

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Lanjut usia adalah individu yang berumur 60 tahun keatas, menurut Undang-Undang Republik Indonesia nomor 13 tahun 1998.¹ Menurut DEPKES RI, lansia dapat diklasifikasikan menjadi 2 yaitu: pralansia usia 45-59 tahun dan lansia berusia 60 tahun keatas. Pada tahun 2010 di Indonesia terdapat 18 juta jiwa lansia (7,56%), pada tahun 2019 terdapat 25,9 juta jiwa (9,7%) dan diperkirakan pada tahun 2035 akan ada 48,2 juta jiwa (15,77%).¹

Pada usia 65 tahun di Indonesia 50% mengalami insomnia, diperkirakan setiap tahun sekitar 20%-50% lansia melaporkan terjadinya insomnia dan sekitar 17% mengalami insomnia yang serius. Pada lansia Prevalensi insomnia cukup tinggi yaitu sekitar 67%.²

Lansia memiliki resiko yang tinggi mengalami gangguan tidur yang dapat disebabkan berbagai factor patologis yang berkaitan dengan usia, usia dapat terjadinya gangguan tidur. Gangguan tidur disebabkan oleh adanya kekhawatiran yang dirasakan oleh lansia.² Perubahan fisik, kognitif, perasaan, sosial dan seksual merupakan dampak dari proses penuaan secara degeneratif.³

Kecemasan merupakan reaksi normal karena adanya stres yang dapat dirasakan oleh seseorang dalam menghadapi suatu masalah tetapi gangguan kecemasan ialah gangguan kekhawatiran yang tidak sementara. Seseorang yang memiliki gangguan kecemasan dari waktu ke waktu bisa menjadi buruk bahkan kecemasan tersebut bisa tak kunjung hilang, dimana kecemasan tersebut akan mengganggu aktivitas sehari-hari seseorang.⁴ Kecemasan merupakan gangguan paling umum yang dapat terjadi pada lansia yang dapat disebabkan karena banyak hal seperti adanya penyakit medis yang disertai kecemasan karena tempat tinggal maupun kecemasan akan kehilangan keluarga.⁵

Insomnia ialah gangguan tidur yang dapat dialami oleh seseorang. Berbagai penelitian di seluruh dunia telah menunjukkan prevalensi insomnia terjadi

pada orang dewasa yang lebih tua, wanita, dan orang-orang dengan gangguan kesehatan mental dan medis.⁶

Pada usia 40-50 tahun sekitar 40% wanita melaporkan adanya gangguan tidur.⁷ Menurut hasil studi metanalisis, wanita dengan usia ≥ 65 tahun, memiliki resiko menderita insomnia hampir dua kali lipat lebih besar.⁸

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana tingkat kecemasan berhubungan terhadap insomnia pada lansia di RW. 11 Kelurahan Cawang

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tingkat kecemasan terhadap kejadian insomnia

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan terhadap kejadian insomnia di RW. 11 Kelurahan Cawang
- b. Untuk mengetahui hubungan usia terhadap kejadian insomnia pada lansia di RW. 11 Kelurahan Cawang
- c. Untuk mengetahui hubungan Jenis kelamin terhadap kejadian insomnia di RW. 11 Kelurahan Cawang
- d. Untuk mengetahui hubungan Pendidikan terhadap kejadian insomnia pada lansia di RW. 11 Kelurahan Cawang

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bahan masukan untuk RW. 11 Kelurahan Cawang sehingga mengetahui tingkat kecemasan pada lansia
2. Sebagai referensi bagi penulis selanjutnya, terutama bagi yang tertarik yang meneliti hubungan tingkat kecemasan dengan insomnia pada lansia
3. Sebagai tambahan kepastakaan Universitas dalam memperluas dan memperkaya wawasan mahasiswa
4. Bagi penulis sendiri, penelitian ini merupakan wadah untuk menuangkan pengetahuan yang didapatkan selama Pendidikan.

