

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Lanjut usia (lansia) yaitu siklus kehidupan manusia yang pasti dialami oleh hampir semua orang. Lansia adalah seseorang yang berusia lebih dari 60 tahun. Umumnya menjadi tua dapat ditandai dengan kemunduran biologis yang terlihat sebagai gejala kemunduran fisik, seperti kulit mengendur pada wajah terlihat keriput dan timbul garis-garis penuaan, rambut beruban, gigi yang mulai lepas, pendengaran dan penglihatan mulai berkurang, mudah lelah, gerak tubuh menjadi lambat ataupun kurang lincah seperti sebelumnya (Andi.dkk, 2018). Ada beberapa faktor yang menyebabkan masalah gangguan pola tidur pada lansia. Kebanyakan lansia berisiko mengalami gangguan pola tidur lebih tinggi karena berbagai faktor. Proses patologis terkait usia dapat mengubah pola tidur sehingga mempengaruhi kualitas hidup. Seiring bertambahnya usia, pola tidur mengalami perubahan yang membedakan lansia dari orang yang lebih muda. Perubahan ini termasuk peningkatan latensi tidur, bangun pada dini hari, dan peningkatan frekuensi tidur siang, kurangnya waktu untuk tidur lebih nyenyak (Sulistyarini, 2016).

Secara global angka kehidupan lansia di dunia akan terus meningkat. Proporsi penduduk lansia di dunia pada tahun 2019 mencapai 13,4% pada tahun 2050 diperkirakan meningkat menjadi 25,3% dan pada tahun 2100 diperkirakan menjadi 35,1% dari total penduduk (WHO, 2019). Seperti halnya yang terjadi di dunia, pada tahun 2019 jumlah lansia di Indonesia mengalami peningkatan yakni menjadi 27,5 juta atau 10,3% dan 57,0 juta jiwa atau 17,9% pada tahun

2045 (Kemenkes, 2019). Dari hasil Sensus Penduduk tahun 2020, diketahui penduduk lansia di Jawa Timur telah mencapai 13,10% yang menunjukkan bahwa struktur penduduk Jawa Timur tergolong penduduk tua (BPS Jatim, 2020). Dan data dari UPT Panti Sosial Tresna Werdha Magetan jumlah lansia sebanyak 110 orang dengan 6 orang diantaranya mengalami gangguan pola tidur (UPT PSTW, 2022).

Memasuki lansia, pasti mengalami perubahan baik fisik, mental maupun perubahan sosial. Perubahan pada lansia secara fisik hampir terjadi di seluruh organ tubuh dan sel-sel tubuh, hal tersebut dapat mempengaruhi metabolisme tubuh. Menyebabkan penyakit fisik yang dihasilkan oleh penuaan sel. Perubahan mental biasanya berhubungan tentang masalah kehilangan ataupun dukacita. Kehilangan kemampuan, kehilangan kekuatan, kehilangan pasangan dan masih banyak lagi kehilangan lainnya. Gangguan mental yang sering dialami oleh lansia yaitu kesulitan tidur atau insomnia, kehilangan daya ingat atau demensia, kesedihan, kesepian, dan obsesif kompulsif (Made, 2019). Banyak lansia yang mengeluh tentang gangguan tidur, tidak bisa tidur maupun tidur namun sering terbangun. Beberapa lansia yang menyampaikan keluhan berupa pernyataan yakni, ada yang mengatakan memang mengalami kesulitan untuk tidur, ada yang mengatakan beberapa kali saat menonton televisi cepat tertidur, saat bersandar di sofa bisa tidur dan masih banyak lainnya.

Di dalam islam telah dijelaskan dalam Al-Qur`an surah ar-Rum ayat 23 tentang waktu tidur yang baik menurut syariat islam, sebagaimana isi kandungan dalam surahnya yaitu:

وَمِنْ آيَاتِهِ مَنَامُكُمْ بِاللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَابْتِغَاؤُكُمْ مِّنْ فَضْلِهِ إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ  
لِّقَوْمٍ يَسْمَعُونَ

Yang artinya:

*“Dan di antara tanda-tanda kekuasaan-Nya ialah tidurmu di waktu malam dan siang hari dan usahamu mencari sebagian dari karunia-Nya. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda bagi kaum yang mendengarkan.”*

Gangguan pola tidur merupakan gangguan kualitas dan kuantitas waktu tidur akibat faktor eksternal. Penyebab dari gangguan pola tidur antara lain; hambatan lingkungan, kurang kontrol tidur, kurang privasi, restraint fisik, ketiadaan teman tidur, tidak familiar dengan peralatan tidur (Tim Pokja DPP PPNI SDKI, 2017). Tindakan yang dilakukan untuk menangani gangguan pola tidur dalam proses pemberian asuhan keperawatan dengan intervensi utama yaitu dukungan tidur dan edukasi aktivitas/istirahat. Dukungan tidur yaitu memfasilitasi siklus tidur dan terjaga yang teratur. Edukasi aktivitas/istirahat yaitu mengajarkan pengaturan aktivitas dan istirahat. Dan intervensi pendukung yaitu dukungan kepatuhan program pengobatan, dukungan meditasi, dukungan perawatan diri: BAB/BAK, fototerapi gangguan *mood*/tidur, latihan otogenik, manajemen demensia, manajemen energi, manajemen lingkungan, manajemen medikasi, manajemen nutrisi, manajemen nyeri, manajemen penggantian hormon, pemberian obat oral, pengaturan posisi, promosi koping, promosi latihan fisik, reduksi ansietas, teknik menenangkan, terapi aktivitas, terapi



musik, terapi pemijatan, terapi relaksasi, terapi relaksasi otot progresif. (Tim Pokja DPP PPNI SIKI, 2018).

Berdasarkan pemaparan diatas penulis tertarik mengambil masalah tersebut dengan judul asuhan keperawatan lansia yang mengalami gangguan tidur dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur di UPT PSTW Magetan.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah yang sesuai dengan latar belakang diatas yaitu: Bagaimanakah asuhan keperawatan lansia yang mengalami gangguan tidur dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur di UPT PSTW Magetan?

## **1.3 Tujuan**

### **1.1.1 Tujuan Umum**

Untuk melakukan asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami gangguan tidur dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur di UPT PSTW Magetan.

### **1.1.2 Tujuan Khusus**

1. Mengkaji lansia yang mengalami gangguan tidur dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur di UPT PSTW Magetan.
2. Merumuskan diagnosis keperawatan pada lansia yang mengalami gangguan tidur dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur di UPT PSTW Magetan.
3. Merencanakan intervensi pada lansia yang mengalami gangguan tidur dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur di UPT PSTW Magetan.

4. Melakukan implementasi keperawatan pada lansia yang mengalami gangguan tidur dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur di UPT PSTW Magetan.
5. Melakukan evaluasi keperawatan pada lansia yang mengalami gangguan tidur dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur di UPT PSTW Magetan.
6. Melakukan dokumentasi keperawatan pada lansia yang mengalami gangguan tidur dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur di UPT PSTW Magetan.

#### **1.4 Manfaat**

##### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi untuk menambah wawasan dan keterampilan dalam mengembangkan ilmu keperawatan khususnya dalam pengaplikasian asuhan keperawatan lansia yang mengalami gangguan tidur dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur.

##### **1.4.2 Manfaat Praktis**

###### **1. Bagi Pasien**

Diharapkan hasil dari asuhan keperawatan yang diberikan, dapat mengatasi masalah gangguan pola tidur pada pasien.

###### **2. Bagi Pelayanan Kesehatan**

Diharapkan hasil dari studi kasus ini dapat dijadikan bahan masukan dan pertimbangan bagi unit pelayanan kesehatan untuk dapat

meningkatkan asuhan keperawatan lansia dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur dengan lebih baik lagi.

### 3. Bagi Institusi

Diharapkan hasil studi kasus ini dapat dijadikan acuan ataupun rujukan studi keperawatan dalam meningkatkan wawasan mengenai asuhan keperawatan lansia dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur.

### 4. Bagi Penulis

Diharapkan dengan hasil studi kasus ini penulis dapat menjelaskan dan menerapkan asuhan keperawatan yang sudah diberikan kepada pasien.

