

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Lansia (lanjut usia) memiliki arti yaitu sebuah siklus hidup manusia yang hampir seluruh orang lalui (Dewanti *et al.*, 2021). Menurut WHO (2022) Populasi terbesar lansia dengan totals 8% atau 142 juta jiwa terdapat pada kawasan Asia Tenggara. Hampir 50 tahun, proporsi penduduk dengan status lansia di Indonesia hampir dua kali lipat (dari tahun 1971 hingga 2020) menjadi 26 juta jiwa, lansia dengan jenis kelamin perempuan lebih banyak 1% daripada laki- laki dengan persentase laki-laki 10,43% dan perempuan 9,42%. Di Jawa Barat sendiri merupakan provinsi kedua terbanyak dengan pravelensi penduduk yang berusia lanjut ialah sebanyak 4,94 Juta jiwa pada tahun 2021 (Dukcapil, 2021).

Dengan peningkatan jumlah penduduk usia lanjut dapat menjadi sebuah permasalahan apabila tidak diikuti dengan penanganan yang baik dan tepat. Jumlah lansia yang semakin meningkat disebabkan oleh meningkatnya berbagai factor seperti peningkatan kualitas Kesehatan (Tanaya and Yasa, 2015). Hal ini disebabkan karena adanya penurunan angka morbiditas dan mortalitas serta adanya peningkatan harapan hidup karena kemajuan pelayanan kesehatan dan akses terhadap pelayanan kesehatan tersebut. Keberhasilan pembangunan terkait perbaikan kualitas kesehatan dan kondisi sosial masyarakat yang meningkat menjadi faktor pendorong tingginya jumlah dan persentase penduduk lanjut usia. Pertumbuhan penduduk lanjut usia yang sangat pesat juga diperkirakan akan terjadi di Indonesia (Balqist *et al.*, 2022).

Menurut KEMENKES RI (2018), Indonesia mulai memasuki Aging Population periode, hal tersebut merupakan masa terjadinya peningkatan usia harapan hidup yang dibarengi oleh jumlah lansia yang meningkat. Pada tahap usia lanjut merupakan periode dimana terjadinya penurunan fungsi pada organ tubuh, anatomis, fisiologis maupun secara psikologis (Statistik, 2020). WHO (2018) mengemukakan beberapa kondisi permasalahan kesehatan yang sering dialami oleh

usia lanjut antara lain ialah permasalahan pendengaran, permasalahan tidur, permasalahan penglihatan, sakit punggung, gangguan paru, diabetes, demensia, dan depresi.

Salah satu permasalahan yang sering dijumpai individu pada usia lanjut ialah permasalahan tidur. Tidur merupakan suatu kebutuhan dasar yang harus dipenuhi setiap individu. Tidur yang baik akan menghasilkan kualitas tidur yang baik pula. National Sleep Foundation (2010) mencatat sebanyak 67% lansia di Amerika yang berusia 65 tahun lebih mengalami permasalahan tidur, di Indonesia kondisi permasalahan tidur menyerang hampir 50% individu yang berusia dari 65 tahun dan setiap tahun diperkirakan 20% hingga 50% lansia tercatat mengalami permasalahan tidur dan sebanyak 17% mengalami permasalahan tidur yang buruk (Sumirta and Laraswati, 2017). Kualitas tidur yang buruk paling banyak dialami oleh lansia wanita sebanyak 70,8% sedangkan lansia laki-laki sejumlah 29,2% (Puspita et al., 2020). Lansia wanita lebih banyak mengalami kualitas tidur yang buruk dikarenakan pada lansia wanita mengalami fase menopause, (Ni Kadek Risa Astria, 2021).

Selain permasalahan tidur, gangguan yang umum terjadi di kalangan usia lanjut ialah gangguan perasaan atau gangguan mood (depresi), depresi merupakan kata lain dari sedih, kesal, marah dan tertekan. Individu yang mengalami depresi akan berdampak pada aktivitas fisiknya yang menurun, berpikir lambat, kepercayaan diri yang rendah, kehilangan minat atau antusiasme, kelelahan, insomnia bahkan sampai adanya keinginan untuk mengakhiri hidupnya (Febrianto, 2017). Prevalensi menurut usia, memuncak pada kalangan lansia (7,5% atau lebih pada wanita berusia 55-74 tahun, dan > 5,5% untuk pria). Data yang diperoleh oleh WHO pada tahun 2015, depresi merupakan kontributor tunggal penyebab utama bunuh diri didunia, dan menduduki peringkat ke-6 (3,4%) dengan jumlah sebanyak 800.000 per tahun. Total jumlah orang yang hidup dengan gangguan depresi meroket yaitu 18,4% pada 2005 hingga 2015 (WHO, 2017).

Menurut data Riskesdas (2018), 19 juta orang lebih di Indonesia yang berusia lebih dari 15 tahun diperkirakan mengalami permasalahan mental dan emosional (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021). Sedangkan prevalensi depresi pada lansia berkisar 0.4% hingga 35%, dengan rata-rata nilai prevalensi depresi berat 1,8%, depresi ringan 9,8%. Depresi sering terjadi dikalangan orang tua dengan kondisi medis tertentu. Beberapa kondisi lingkungan juga telah dikaitkan dengan peningkatan kejadian depresi (Syaifudin, 2017).

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Febrianto (2017) didapati hasil terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan depresi pada lansia, dengan hasil sebanyak 60% lansia mengalami kualitas tidur yang buruk dan 40% lansia mengalami depresi sedang, dengan nilai korelasi $0,015 < 0,05$. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Salasifah, Cahyati dan Farida (2022) di Kota Semarang dilaporkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dan gangguan Kesehatan mental.

Lansia merupakan kelompok individu yang rentan akan terkena permasalahan Kesehatan, kurangnya perhatian terhadap kondisi lansia secara psikologis menjadi sebuah evaluasi untuk dapat memperhatikan secara lebih terhadap Kesehatan lansia. Mengingat hal tersebut, maka dari itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Depresi pada Lansia Wanita”, sebagai salah satu cara agar dapat mengetahui atau memeriksa adanya permasalahan tidur serta kejadian depresi yang terjadi pada lansia di Dahlia senja Limo Depok.

I.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah pada peneliian ini adalah sebagai berikut : Apakah terdapat hubungan penelitian antara kualitas tidur dengan depresi pada lansia wanita di Komunitas Dahlia Senja Limo Depok?

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Hubungan Kualitas tidur dan Depresi pada Lansia Wanita

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui distribusi frekuensi kualitas tidur pada lansia Wanita
- b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi depresi pada lansia Wania

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Penulis

Manfaat yang didapatkan oleh penulis yaitu meningkatkan pengetahuan dari hasil penelitian dapat menambah pengalaman bagi penulis, kemampuan dalam menyimpulkan dan menyusun suatu masalah menjadi sebuah karya tulis ilmiah, serta berguna dalam mendukung kemajuan ilmu pengetahuan di bidang Fisioterapi untuk penelitian selanjutnya.

I.4.2 Bagi Institusi

Manfaat bagi Institusi yaitu, Sebagai wadah refrensi dalam menangani masalah yang berhubungan dengan kualitas tidur dan tingkat depresi pada Lansia, sebagai salah satu syarat guna menyelesaikan studi Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, serta sebagai salah satu kontribusi penelitian di dalam bidang Fisioterapi

I.4.3 Bagi Masyarakat

Manfaat bagi masyarakat antara lain sebagai penambahan ilmu pengetahuan mengenai kualitas tidur dengan depresi pada lansia.