

**HUBUNGAN TINGKAT *ACTIVITY OF DAILY LIVING* (ADL) DENGAN
KEJADIAN INSOMNIA PADA LANSIA DI DESA PUCANGAN
KECAMATAN KARTASURA KABUPATEN SUKOHARJO**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan
Mencapai Derajat Sarjana
S-1 Keperawatan**



Diajukan oleh :

VITRI DYAH HERAWATI

J. 210 050 014

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2009

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, perbaikan lingkungan hidup, kemajuan ekonomi, terutama dibidang medis atau ilmu kedokteran, dapat meningkatkan kualitas kesehatan penduduk serta meningkatkan umur harapan hidup manusia, saat ini diseluruh dunia jumlah orang lanjut usia diperkirakan ada 500 juta dengan usia rata-rata 60 tahun dan diperkirakan pada tahun 2025 akan mencapai 1,2 milyar (Nugroho, 2000).

Indonesia adalah termasuk Negara yang memasuki era penduduk yang berstruktur lanjut usia karena jumlah penduduk yang berusia 60 tahun keatas sekitar 7,18 %. Pada tahun 2015 menjadi 24,4 juta jiwa atau 10%. Sementara itu populasi penduduk usia lanjut pada tahun 2000 berdasarkan Badan Pusat Statistik (BPS) Jumlah lanjut usia 12,8 juta jiwa atau 9,77% dan pada tahun 2020 diprediksikan mencapai 28,8 juta jiwa atau 11,34% (Iis, 2003).

Menurut UU No. 13/Th.1998 Lanjut usia adalah seseorang yang mencapai usia 60 (enam puluh) tahun keatas (Kadir, 2007). Proses menua (*aging*) merupakan proses dalam kehidupan yang tidak dapat dihindari dan pasti akan dialami oleh setiap individu. Proses menua tersebut dapat menimbulkan berbagai masalah baik fisik, biologi, psikologi maupun sosial

yang berlangsung secara bertahap dan pasti (Rafknowledge, 2004). Masalah-masalah tersebut bisa menyebabkan lansia menjadi rapuh dan banyak yang mengalami masalah-masalah kesehatan, kebanyakan lansia yang perlu bantuan orang lain ini adalah lansia yang mengalami gangguan fisik yang cukup parah sehingga mempengaruhi *Activitiy of Daily Living* (ADL) pada lansia tersebut (Gallo *et all*, 1998).

Activitiy of Daily Living (ADL) adalah kegiatan melakukan pekerjaan rutin sehari-hari. Pada lansia aktivitas kehidupan sehari-hari ini dapat terganggu atau menurun salah satunya disebabkan karena kondisi fisik misalnya penyakit menahun, yang menyebabkan lansia menjadi tersiksa (Setiabudhi, 1999). Aktivitas sehari-hari atau *Activitiy of Daily Living* (ADL) dan istirahat keduanya berjalan beriringan oleh karena itu jika suatu aktifitas terganggu akan mempengaruhi periode istirahat sehingga akan menyebabkan terjadinya gangguan tidur/insomnia (Chopra, 2003).

Tidur merupakan suatu proses otak yang dibutuhkan oleh seseorang untuk dapat berfungsi dengan baik. Tidur bukan berarti rutinitas kesibukan, tidur penting bagi kesehatan, fungsi emosional, mental dan keselamatan. Semakin bertambahnya usia terdapat penurunan tidur, kebutuhan tidur berkurang dari bayi sampai lanjut. Rata-rata dewasa sehat membutuhkan tidur 7 jam di malam hari, kekurangan tidur pada lanjut usia memberikan pengaruh terhadap fisik, kemampuan kognitif dan juga kualitas hidup (Amir, 2007).

Lanjut usia yang mengalami gangguan tidur akan mengalami peningkatan tidur disiang hari, gangguan atensi dan memori, depresi, sering jatuh, penggunaan hipnotik yang berlebih dan penurunan kualitas tidur. Keluhan gangguan tidur yang sering dialami lanjut usia yaitu insomnia. Penelitian telah membuktikan bahwa orang menderita insomnia atau sulit tidur lebih sering menderita masalah psikiatris di banding dengan orang normal (Amir, 2007).

Insomnia adalah gangguan tidur yang dialami oleh penderita dengan gejala-gejala selalu merasa letih dan lelah sepanjang hari dan secara terus menerus lebih dari 10 hari mengalami kesulitan untuk tidur atau selalu terbangun ditengah malam dan tidak dapat kembali tidur, sering kali penderita terbangun lebih cepat dari yang diinginkannya dan tidak dapat kembali tidur. Penyakit fisik juga menjadi aspek pencetus gangguan insomnia, misalnya asma, rematik, maag, ginjal, dan thyroid. Secara khusus, faktor psikologis juga memegang peran utama terhadap kecenderungan insomnia. Hal ini disebabkan oleh ketegangan pikiran seseorang terhadap sesuatu yang kemudian mempengaruhi sistem saraf pusat (SSP) sehingga kondisi fisik senantiasa siaga (Rafknowledge,2004).

Komposisi lansia di Sukoharjo menurut Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2004 berjumlah 120,2 ribu jiwa, pada tahun 2005 sejumlah 121,6 ribu jiwa dan pada tahun 2006 jumlah lansia sebanyak 124,5 ribu jiwa.

Peningkatan jumlah lansia ini memerlukan perhatian yang besar baik dari keluarga, masyarakat maupun pemerintah.

Berdasarkan data kependudukan dari wilayah Desa Pucangan Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo, desa Pucangan ini memiliki 23 dukuh dan merupakan desa yang memiliki jumlah lansia berusia 60 tahun atau lebih terbanyak nomor 2 (dua) yaitu 941 orang. Peneliti memperoleh data bahwa lingkungan disekitar wilayah tersebut masih banyak yang kurang nyaman, tingkat kesejahteraan lansia diwilayah tersebut masih banyak yang kurang. Di wilayah ini juga banyak lansia yang sudah pensiun, tidak memiliki pekerjaan, tidak memiliki kegiatan sampingan apapun di masa tuanya. Selain itu juga sebagian lansia masih dituntut untuk menjalankan fungsi ekonominya dalam memenuhi kebutuhan sehari-harinya, diwilayah ini juga ada sebagian lansia yang mengalami masalah kesehatan terutama masalah fisik sehingga menyebabkan terganggunya *Activity of Daily Living (ADL)*, tetapi ada yang masih bisa melakukan kegiatan sehari-harinya dengan mandiri, ada yang dibantu bahkan ada yang total tidak bisa melakukan aktivitas sehari-harinya karena penyakit fisiknya. Dari hasil wawancara singkat terhadap beberapa orang lanjut usia didesa Pucangan ini didapatkan bahwa mereka yang mengalami ketergantungan *Activity of Daily Living (ADL)* mengeluh gangguan tidur, berupa kesulitan untuk memulai tidur, sering terbangun dan kesulitan untuk mulai tidur kembali. Berdasarkan hal diatas maka penulis

tertarik untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan hubungan *Activity of Daily Living* (ADL) dengan kejadian insomnia pada lanjut usia di Desa Pucangan Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo.

B. Rumusan masalah

Dalam penelitian ini perumusan masalahnya adalah sebagai berikut :
“Apakah ada hubungan tingkat *Activity of Daily Living* (ADL) dengan kejadian insomnia pada lanjut usia di Desa Pucangan Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui hubungan Tingkat *Activity of Daily Living* (ADL) dengan kejadian insomnia pada lanjut usia di Desa Pucangan Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo”.

2. Tujuan Khusus

a. Untuk mengetahui tingkat *Activity of Daily Living* (ADL) pada lansia di Desa Pucangan Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo.

b. Untuk mengetahui kejadian insomnia pada lansia di Desa Pucangan Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo .

- c. Untuk mengetahui hubungan tingkat *Activitiy of Daily Living* (ADL) dengan kejadian insomnia pada lansia di Desa Pucangan Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo.

D. Manfaat penelitian

1. Bagi profesi keperawatan khususnya keperawatan gerontik.

Dapat menambah khasanah pengetahuan tentang hubungan tingkat *Activitiy of Daily Living* (ADL) dengan kejadian insomnia pada lansia.

2. Bagi keluarga dan masyarakat.

Dapat mengetahui dan memahami bahwa orang lanjut usia lebih berisiko terhadap gangguan tidur terutama insomnia dan dapat mengalami penurunan *Activitiy of Daily Living* (ADL) sebagai akibat dari proses ketuaan maupun faktor risiko lainnya.

3. Bagi peneliti.

Untuk menambah pengetahuan mengenai gangguan tidur insomnia dan *Activitiy of Daily Living* (ADL) pada lansia.

E. Keaslian Penelitian

Sejauh pengetahuan peneliti belum pernah dilakukan penelitian yang sama dengan penelitian yang penulis lakukan. Ada beberapa penelitian yang serupa dengan penelitian ini yaitu :

1. Sawika (2007), “Hubungan karakteristik demografi dengan kemandirian dalam ADL pada lansia dipanti wredha Darma Bakti Pajang Surakarta. Penelitian menggunakan rancangan studi korelasi dengan sampel 30 orang. Pengambilan sampel secara acak non random dengan metode *purposive* sampling. Hasil membuktikan bahwa variable jenis kelamin, usia, status perkawinan, pendidikan dan stress tidak ada hubungan yang signifikan dengan kemandirian dalam ADL, untuk variable dukungan sosial memiliki hubungan yang signifikan dengan kemandirian dalam ADL dimana nilai $p = 0,035$ dan $c = 0,850$
2. Murti (2005), “Kecenderungan strategi koping usia lanjut dalam mengatasi insomnia di Dusun Kerjo II wilayah kerja puskesmas ponjong 1 gunung kidul”. Menggunakan metode Deskriptif kuantitatif. Jumlah sampel 41 orang dan teknik sampling yang digunakan adalah *purposive* sampel. Hasilnya : lansia yang mengalami insomnia lebih banyak menggunakan PFC. Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah tempat dan variabel, teknik sampling. pada penelitian diatas variabel bebasnya adalah karakteristik demografi dan kecenderungan strategi koping sedang pada penelitian ini variabel bebasnya adalah tingkat ADL, variabel terikatnya pada penelitian diatas adalah kemandirian dalam ADL dan insomnia sedang variabel terikat yang akan dilakukan peneliti adalah insomnia pada lansia.