

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dari tahun ke tahun jumlah lansia di Indonesia mengalami peningkatan. Pada tahun 2018 presentase lansia telah mencapai 24,49 juta orang (9,27%).¹ Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia memberinya diperkirakan pada tahun 2020 di Indonesia penduduk lansia mencapai 28,8 juta (11%) dari total penduduk Indonesia. Pada tahun 2021 usia lanjut di Indonesia diperkirakan mencapai 30,1 juta jiwa.²

Seiring meningkatnya angka lansia, lansia harus diberikan perhatian khusus, salah satunya adalah gejala depresi yang kebanyakan dialami oleh lansia. Gejala depresi dapat berakibat buruk seperti memperpendek harapan hidup dan kemudian dapat berakibat kemunduran fisik, penurunan kualitas hidup dan mengganggu kegiatan sehari-harinya.⁴

Depresi merupakan penyakit yang serius, karena menurut World Health Organization (WHO) penyakit ini ada di urutan keempat penyakit dunia. Jutaan orang mengalami depresi dengan berbagai macam gejala. Menurut WHO tingkat prevalensi bervariasi berdasarkan usia memuncak pada usia dewasa, sekitar 7,5% pada wanita dan 5,5% pada laki-laki.³

Pada awal bulan November 2014 telah dilakukan survei di panti werdha Majapahit Mojokerto ditemukan bahwa 4 dari 10 lansia diantaranya mengatakan bahwa dirinya sering menyendiri dan merasa terasing dari keluarganya dan kesepian dan tidak mau untuk berkumpul bersama teman-temannya, dapat disimpulkan bahwa kurang perhatian dan rasa sedih yang berkepanjangan memicu untuk timbulnya gejala depresi yang dialami. Dalam penatalaksanaan depresi pada lansia sangat diperlukan pendekatan keluarga yaitu dengan memberikan dukungan pada lansia yang berlangsung sepanjang hidup. 6 dari 10 lansia mengalami kesulitan jika akan tidur dan sering terbangun pada malam hari. Ketika mereka telah terbangun di malam hari,

mereka sulit untuk tidur kembali dan dipagi harinya sering merasa badan tidak segar walaupun sudah tidur. Berdasarkan penelitian tersebut, didapatkan bahwa terganggunya kebutuhan tidur lansia kemungkinan disebabkan oleh depresi yang mereka alami.^{4,5}

Lansia yang mengalami insomnia cenderung untuk lebih mudah terkena depresi, dan juga sebaliknya, sehingga dapat menimbulkan suatu penyakit, menurunnya kemampuan untuk melaksanakan tugas harian, dan kurang menikmati aktivitas hidup. Hal-hal inilah yang mempengaruhi kehidupan lansia sehari-harinya. Walaupun insomnia terlihat seperti masalah yang ringan, insomnia dapat menyebabkan dampak yang cukup serius seperti mengantuk yang berlebihan di siang hari, tidak fokus, mudah lupa, sering terjatuh, menggunakan obat-obat tidur yang tidak semestinya, dan dapat menurunkan kualitas hidup lansia.⁶

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di daerah Tangerang dengan judul “Hubungan Antara Tingkat Depresi Dan Tingkat Insomnia Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2”

1.2 Rumusan masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah

- a. Bagaimana tingkat depresi pada lansia di panti sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2?
- b. Bagaimana tingkat insomnia pada lansia di panti sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2?
- c. Apakah ada hubungan antara tingkat depresi dengan tingkat insomnia pada lansia di panti sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2?

1.3 Hipotesis Penelitian

Ho: tidak terdapat adanya hubungan pada tingkat depresi dengan tingkat insomnia

Ha: terdapat adanya hubungan pada tingkat depresi dengan tingkat insomnia

1.4 Tujuan penelitian

1.4.1 Tujuan umum

Untuk menurunkan tingkat kejadian depresi dan insomnia dengan mengetahui adanya hubungan antara tingkat depresi dan tingkat insomnia pada lansia di panti sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2

1.4.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat depresi pada lansia di panti sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2
- b. Mengetahui tingkat insomnia pada lansia di panti sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2
- c. Mengetahui hubungan depresi dan insomnia pada lansia di panti sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi Peneliti

Dapat mengetahui hubungan mengenai kaitan antara tingkat depresi dan tingkat insomnia pada lansia

1.5.2 Bagi Akademik

Dapat digunakan untuk bahan referensi selanjutnya sesuai dengan topik yang terkait

1.5.3 Bagi Masyarakat

Dapat mengatasi masalah depresi dan insomnia yang sedang di alami oleh lansia