

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Keluarga merupakan unit terkecil dalam masyarakat yang mana dalam suatu keluarga terdapat lebih dari dua orang misalnya suami, istri dan juga beberapa anak yang terdapat pada keluarga tersebut. Menurut Harmoko, (2011, pp. 9–25) keluarga merupakan individu yang tinggal satu rumah yang sudah terikat oleh pernikahan dan didalam keluarga terdapat lebih dari dua orang yang berhubungan darah atau adopsi di keluarga tersebut Nadirawati, (2018, pp. 9–29).

Dukungan keluarga merupakan dimana tindakan keluarga terhadap lansia, sikap pada keluarga dengan lansia yang ada dirumah atau yang terdapat di keluarga dan penerimaan keluarga terhadap lansia yang sakit maupun yang sehat. Keluarga sebagai pendukung dan penguat satusama lain, didalam keluarga bahwa saat orang yang memiliki sifat mendukung, akan siap memberikan dukungan juga pertolongan pada keluarganya. Menurut Sunaryo *et al.*, (2016, p. vii), ada 7 tahap dukungan keluarga untuk lanjut usia, dengan komunikasi keluarga juga dapat memberikan dukungan, dukungan emosional keluarga, dengan interaksi sosial keluarga juga dapat memberikan dukungannya, dukungan finansial, dukungan keluarga dengan memfasilitasi kendaraan, dukungan kepada lansia untuk tetap melakukan aktivitas yang masih mampu dilakukan, Juga dukungan keluarga dalam menyiapkan makanan Muhith, (2016, p. 121).

Istirahat merupakan menyegarkan diri dan diam mengganggu saat setelah selesai beraktivitas, serta melepaskan diri dari apapun yang membosankan, menyulitkan atau menjengkelkan. Jadi dapat disimpulkan bahwa istirahat adalah keadaan rileks, tanpa tekanan emosional dan bebas dari rasa cemas Hartiah (2008, p. 133).

Tidur merupakan keadaan dimana seseorang mengistirahatkan diri untuk menentukan kualitas kesehatan setiap orang. Tidur merupakan aktifitas yang dapat menentukan kualitas kesehatan setiap orangnya. Disaat seseorang mulai memasuki usia tua akan merasa kurang dan membutuhkan waktu beristirahat yang cukup lama, Pola tidur setiap manusia dikontrol oleh sistem saraf pusat tidur dibagi menjadi 2 bagian, yang pertama tidur *Rapid Eye Movement* REM dan tidur *Non Rapid Eye Movement* NREM. Berapapun usia individu itu akan melewati dua tahap tidur ini. Ada empat siklus tidur tahapan NREM dan 1 tahap REM. Tidur NREM dimana keadaan tubuh relaksasi dan berlanjut ke tidur yang lebih dalam, tidur REM dimana individu dalam keadaan tidur dimalam hari dan berkelanjut tidur yang semakin dalam dan sangat dibutuhkan oleh tubuh setiap individunya. Pada saat seseorang dalam keadaan tidur dan terbangun disaat tidurnya, maka siklus tidur akan terulang kembali pada tahap awal siklus tidur menurut (Sofia Rhosma Dewi, 2014, p. 75).

Seseorang dikatakan tua jika sudah berumur 65 tahun keatas Muhith, (2016, p. 1). Menjadi tua bukan suatu penyakit, melainkan menjadi tahap lanjut proses dari kehidupan yang akan ditandai dengan menurunnya kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stres lingkungan. Stress

lingkungan merupakan keadaan dimana seseorang tidak dapat mempertahankan keseimbangan kondisi stres fisiologisnya. Kegagalan ini berhubungan dengan menurunnya daya kemampuan untuk hidup serta peningkatan pemahaman secara individual.

Menurut *World Health Organization* (WHO) Maylasari *et al.*, (2017, p. vii), di dunia pada tahun 2017 populasi lansia yang berusia 60 tahun atau lebih berjumlah 962 juta jiwa, lebih banyak dua kali lipat lebih besar. Indonesia dalam lima dekade, jumlah persentase lansia selalu meningkat pertahunnya, meningkat sekitar dua kali lipat dari tahun 1971-2017, menjadi 8,97 % atau (23,4 juta) dimana lansia perempuan lebih banyak 1% dibandingkan dengan lansia laki-laki (9,47% berbanding 8,48%). Lansia di Indonesia dibedakan menjadi dua lansia muda yang berusia 60-69 tahun dengan jumlah persentase hingga 5,65% dari jumlah lansia di Indonesia, dan sisanya lansia *madya* berusia 70-79 tahun dan juga lansia tua berusia 80 keatas.

Pada tahun 2017 terdapat 5 provinsi yang mengalami peningkatan persentase struktur penduduk tua dengan jumlah lansia yang sudah mencapai 10% : di Yogyakarta sebanyak 13,90%, Jawa Tengah sebanyak 12,46%, Jawa Timur sebanyak 12,16%, Bali sebanyak 10,79%, dan Sulawesi Barat sebanyak 10,37%. Di kota Palembang pada tahun 2016 populasi lansia sebanyak 111,053 persen dan pada tahun 2017 lansia di kota Palembang sebanyak prevalensi populasi usia lebih dari 65 tahun sebanyak 21%.

Hasil penelitian Nabil and Sulistyarini, (2014) tentang perbedaan kualitas tidur lansia yang tinggal bersama keluarga dan lansia di PSTW ialah lansia

yang mempunyai kualitas tidur cukup adalah lansia yang tinggal bersama keluarganya, sedangkan lansia yang tidak tinggal dengan keluarga mengalami kualitas tidur yang kurang cukup baik. Lansia yang kualitas tidur cukup berjumlah 44,1% dan yang kualitas kurang cukup berjumlah 24,2%. Berdasarkan jurnal bahwa perbedaan lansia yang tinggal di lingkungan tersebut sangat dipengaruhi dari faktor tempat tinggal lansia Nabil and Sulistyarini, (2014). Desa Dukuh Kajen, lansia yang tinggal bersama keluarga lebih merasa nyaman saat tinggal di rumah bersama dengan keluarganya yang dapat mendukung terpenuhinya istirahat tidur lansia. Namun terdapat juga beberapa atau sebagian kecil lansia yang belum terpenuhinya istirahat tidur yang kurang karena disebabkan beberapa dari faktor adanya masalah dengan anggota keluarganya, sakit yang diderita saat ini pada lansia, juga masalah ekonomi yang dapat mengganggu tidur pada lansia. Lansia dengan istirahat tidur lansia yang tinggal di PSTW Yogyakarta Unit Budi Luhur merasa tidak nyaman terhadap tempat tidur yang ada sehingga mengakibatkan kurang terpenuhinya pola tidur dan kualitas tidurnya Nabil and Sulistyarini, (2014).

Studi pendahuluan dengan melakukan wawancara ke RT 12, RT 17 dan RT 27 Kelurahan Talang Jambe yang didapatkan dari ketua RT 12, RT 17 dan RT 27 jumlah lansia yang tinggal bersama dengan keluarganya di RT 12 sebanyak 34 lansia, sedangkan di RT 17 sebanyak 26 dan RT 27 sebanyak 13 lansia. Saat dilakukan wawancara dengan beberapa pertanyaan yang diajukan oleh peneliti keluarga menerima lansia dengan segala keterbatasannya, namun keluarga juga mengatakan bahwa keluarga jarang membawa lansia untuk

melakukan cek kesehatan dikarenakan malas dan tempat melakukan cek kesehatan yang jauh. Keluarga juga mengatakan lansia sering terbangun di malam hari untuk BAK, sering merasakan kesemutan/kram, pegal dan nyeri pada kaki dan bahu, juga sering terbangun pada malam hari karena merasakan gerah, mengalami mimpi buruk dan tidak bisa untuk tidur kembali. Keluarga juga mengatakan tidak pernah menerima usulan lansia untuk berlibur dan tidak pernah membuat jadwal agenda untuk rekreasi keluarga.

Dari 5 keluarga diwawancarai hampir semua lansia sering terbangun pada malam hari dikarenakan sering BAK, merasa gerah, gelisah dan merasa panas pada kaki, merasa kesemutan/kram, pegal, dan nyeri pada kaki dan bahu yang dikeluhkan lansia pada keluarga. Dari uraian pada latar belakang dengan variabel dukungan keluarga dalam pemenuhan istirahat dan tidur lansia sangat berpengaruh terhadap pemenuhan istirahat dan tidur pada lansia itu sendiri, maka peneliti ingin mengetahui gambaran dukungan pada keluarga akan pemenuhan istirahat dan tidur pada lansia, dengan judul yang penelitian “Gambaran Dukungan Keluarga dalam Pemenuhan Istirahat dan Tidur lansia di Kelurahan Talang Jambe Palembang”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan data yang telah diuraikan di atas pada latar belakang maka peneliti menemukan masalah dukungan keluarga dalam pemenuhan istirahat dan tidur lansia sangat berpengaruh terhadap pemenuhan istirahat dan tidur pada lansia itu sendiri, sehingga penulis tertarik ingin mengetahui

“Bagaimanakah gambaran dukungan keluarga terhadap pemenuhan istirahat dan tidur lansia di Kelurahan Talang Jambe Palembang”.

### **C. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Diketahui gambaran dukungan keluarga terhadap pemenuhan istirahat dan tidur lansia di Kelurahan Talang Jambe Palembang.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketuainya distribusi frekuensi karakteristik responden (usia, jenis kelamin dan pendidikan)
- b. Diketuainya distribusi frekuensi dukungan keluarga
- c. Diketuainya distribusi frekuensi pemenuhan istirahat lansia
- d. Diketuainya distribusi frekuensi pemenuhan tidur lansia

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Bagi keluarga**

Hasil penelitian ini dapat memberikan dan menerapkan pengetahuan yang telah diberikan oleh peneliti tentang gambaran dukungan keluarga dalam pemenuhan istirahat dan tidur lansia di Kelurahan Talang Jambe Palembang.

2. Bagi Fakultas Ilmu kesehatan Universitas Katolik Musi Charitas Palembang

Pada hasil penelitian ini diharapkan mampu digunakan sebagai salah satu sumber informasi dan wawasan untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan dukungan keluarga terhadap pemenuhan istirahat dan tidur lansia.

3. Bagi lansia

Hasil penelitian diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan lansia tentang pentingnya pemenuhan istirahat dan tidur saat seseorang berusia lanjut.

4. Bagi peneliti lain

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi untuk pertimbangan dalam melakukan pertimbangan selanjutnya pada gambaran dukungan keluarga dalam pemenuhan istirahat dan tidur lansia dan juga dapat melanjutkan penelitian ini dengan faktor-faktor pemenuhan istirahat dan tidur pada lansia.

#### **E. Ruang Lingkup**

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dan termasuk dalam ruang lingkup keperawatan komunitas gerontik untuk mengetahui Gambaran dukungan keluarga dalam pemenuhan istirahat dan tidur lansia di Kelurahan Talang Jambe Palembang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Cross Sectional* dengan teknik pengambilan sampel *Total Sampling*. Sasaran penelitian ini adalah keluarga lansia di Kelurahan Talang Jambe. Waktu penelitian dilaksanakan pada 20 juni 2019. Alat ukur yang digunakan

menggunakan kuesioner dukungan keluarga dalam pemenuhan istirahat dan tidur lansia.





## F. Peneliti Terkait

Tabel 1.1 Penelitian Terkait

No	Nama penelitian	Judul peneliti	Hasil	Persamaan	Perbedaan	
					Penelitian terkait	Penelitian saat ini
1.	Mulia Astuti, 2016	Dukungan keluarga Bagi kesejahteraan Lanjut usia	Hasil kajian menguraikan tentang dukungan keluarga dan kesejahteraan lanjut usia yang meliputi kebutuhan dan hak-haknya berdasarkan pendapat para ahli dan peraturan perundang-undangan.	1. Variabel independen: dukungan keluarga 2. Populasi: lansia yang tinggal bersama keluarga 3. Teknik pengambilan sampel : <i>total sampling</i> 4. Alat ukur: kuisisioner	1 variabel dependen : kesejahteraan lanjut usia 2 Populasi : lansia yang tinggal bersama keluarga di seluruh indonesia	1 variabel dependen : pemenuhan istirahat dan tidur lansia. 2 populasi : lansia yang tinggal bersama keluarga di kelurahan sukarami

No	Nama penelitian	Judul peneliti	Hasil	Persamaan	Perbedaan	
					Penelitian terkait	Penelitian saat ini
2.	Ambarsari, Siti Aisyah, 2015	Pemenuhan Kebutuhan Tidur Lansia: Terapi Akupresur	Sebelum dilakukan terapi Akupresur 13 (72%)lansia kebutuhan tidurnya agak buruk, setelah dilakukan terapi Akupresur 11 (73%)lansia kebutuhan tidurnya agak baik.	1. variabel dependen : kebutuhan tidur lansia	1. Variabel independen : terapi akupresur 2. Variabel dependen : pemenuhan kebutuhan tidur 3. Populasi : semua lansia di wilayah RW 11 Desa Sumberarum kec. Dander Kab. Bojo negoro N=22 4. Teknik pengambilan sampel: nonprobability sampling	1. Variabel independen: dukungan keluarga 2. Variabel dependen : pemenuhan istirahat dan tidur lansia 3. Populasi: lansia yang tinggal dengan keluarga 4. Teknik pengambilan sampel: <i>total sampling</i>

No	Nama penelitian	Judul peneliti	Hasil	Persamaan	Perbedaan	
					Penelitian terkait	Penelitian saat ini
3.	Muhammad Ischaq Nabil, 2014	Perbedaan Kualitas Tidur Lansia yang Tinggal Bersama Keluarga dengan Lansia di PSTW	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 29 responden (29,9%) memiliki kualitas tidur baik dan 68 responden (70,1%) memiliki kualitas tidur buruk atau jelek dan dapat disimpulkan bahwa semua lansia yang ada kualitas tidurnya buruk.	1 Jenis penelitian : kuantitatif 2 Desain penelitian: Cross Sectional 3 Alat ukur: kuisisioner 4 Teknik pengambilan sampel: <i>total sampling</i>	1. Variabel independen : kualitas tidur lansia yang tinggal dengan keluarga 2. Variabel dependen : lansia yang tinggal di PSTW 3. Populasi : lansia yang tinggal bersama keluarga dan lansia yang tinggal di PSTW	1. variabel independen: dukungan keluarga 2. Variabel dependen: pemenuhan istirahat dan tidur lansia. 3. populasi : lansia yang tinggal bersama keluarha