

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Lanjut usia merupakan suatu proses penuaan yang ditandai dengan menurunnya kemampuan fungsi jaringan di dalam tubuh sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi atau kerusakan. (Sunaryo, 2016). Populasi lansia dalam perkembangannya terus mengalami peningkatan. Menurut WHO (2014), proporsi penduduk lansia (>60 tahun) dunia akan berlipat ganda dari sekitar 11% pada tahun 2000 menjadi 22% pada tahun 2050 dengan jumlah mutlak lansia diperkirakan meningkat 605 juta menjadi 2 milyar, di Indonesia pada tahun 2010 jumlah lansia tercatat 18,1 juta jiwa, tahun 2013 tercatat 26,4 juta jiwa, dan diperkirakan akan mencapai 36 juta pada tahun 2020. (Depkes RI, 2014). Bertambahnya jumlah lansia menyebabkan bertambahnya masalah kesehatan. Masalah kesehatan yang sering terjadi pada lansia adalah gangguan tidur atau insomnia. Pada studi epidemiologi prevalensi gangguan tidur pada usia lanjut sekitar 6% - 8% pada populasi umum, dan lebih dari 50% lanjut usia mengeluh kesulitan tidur pada malam hari atau disebut dengan Insomnia (Astuti, 2009).

Gangguan tidur atau insomnia merupakan suatu keadaan seseorang yang mengalami sulit tidur atau sering terbangun di malam hari atau terbangun terlalu pagi. Insomnia diklasifikasikan ke dalam dua kategori yaitu insomnia dengan gejala susah untuk tertidur dan insomnia yang ditandai dengan sering atau gampang terbangun dari tidur. Insomnia dapat disebabkan oleh rasa gelisah, ketegangan, rasa sakit, kafein (kopi), obat-obatan, ketidakseimbangan emosi, dan rasa cemas untuk tidak bisa bangun tepat waktu. Lingkungan tempat tidur juga memberikan pengaruh signifikan terhadap insomnia seperti suara bising, tempat tidur yang tidak nyaman, terlalu terang / gelap, dan suhu ruangan yang tidak cocok. Faktor kesehatan fisik juga dapat mengakibatkan munculnya insomnia (Andria, 2014).

Insomnia dapat menyebabkan gangguan pada kemampuan intelektual, motivasi yang rendah, ketidakstabilan emosional, depresi bahkan resiko gangguan penyalahgunaan zat. Efek fisik yang disebabkan oleh insomnia pada lansia adalah berupa kelelahan, nyeri otot, memperparah hipertensi, penglihatan menjadi kabur, dan konsentrasi berkurang atau tidak fokus, dengan adanya gangguan tidur (insomnia) dapat menyebabkan tidak terpenuhinya kualitas tidur pada lansia (Yuli Aspiani, 2014).

Pengobatan pada lansia yang menderita insomnia dapat dengan non farmakologi yaitu dengan cara pemberian aroma terapi dari bunga-bunga. Aromaterapi merupakan salah satu bentuk terapi relaksasi. Sehingga dapat merelaksasikan tubuh dan merangsang rasa kantuk pada penderita insomnia (Lanywati, 2011).

Menurut Siagian H.S. (2018) pada penelitian di Panti Werdha Guna Budi Bhakti Medan, didapatkan dari penelitian sebelum diberi aromaterapi ada 14 responden mengalami insomnia sedang dan 1 orang mengalami insomnia berat, sedangkan pada post test terjadi penurunan tingkat insomnia menjadi 13 orang insomnia ringan dan 2 orang insomnia sedang. Uji statistic Wilcoxon Signed Ranks Test diperoleh nilai probabilitas  $p$   $0,000 < 0,005$  yang berarti terdapat pengaruh aromaterapi terhadap penurunan tingkat insomnia pada lanjut usia.

Menurut Kurnia D.K. (2009) pada penelitian di panti Werdha Griya Asih Lawang Malang, didapatkan hasil pemberian aromaterapi lavender memberikan kualitas tidur yang besar dan signifikan pada lansia yang mengalami gangguan kualitas tidur. Penelitian klinis lanjutan perlu dilakukan untuk mengkaji efek samping pemakaian aromaterapi lavender dalam jangka panjang.

Menurut Sumartyawati N.M. (2017) pada penelitian di Balai Sosial Lanjut Usia Mandalika NTB, didapatkan hasil berdasarkan analisa uji Wicoxon kualitas tidur pada lansia sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi menunjukkan bahwa yang mengalami tidur kurang 2

responden (9,09%) dan yang mengalami tidur cukup 6 responden (27,27%) dan kualitas tidur baik 14 responden (59,09%). Dan hasil dari perhitungan memperoleh nilai signifikan yang berarti ada pengaruh aromaterapi terhadap kualitas tidur pada lansia.

Meurut Sari D. (2018) pada penelitian di Wisma Cinta Kasih Padang, didapatkan hasil frekuensi kualitas tidur lansia sesudah doberikan aromaterapi lavender adalah 12 (40%) kualitas tidur baik, sehingga disimpulkan terdapat pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap kualitas tidur lansia dengan *p value* 0,000.

Hasil dari penelitian orang lain dapat disimpulkan bahwa pemberian aromaterapi lavender berpengaruh untuk memperbaiki kualitas tidur. Oleh karena itu penulis tertarik untuk menerapkan “ Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur Lansia “.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka dapat dirumuskan masalah “ Apakah Pemberian Aromaterapi Lavender Berpengaruh terhadap Kualitas Tidur Lansia ?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **a. Tujuan Umum :**

Mengetahui asuhan keperawatan pada responden dengan kualitas tidur buruk yang diberikan aromaterapi lavender untuk memperbaiki kualitas tidurnya.

### **b. Tujusn Khusus :**

1. Mendeskripsikan pengkajian pada responden yang mengalami kualitas tidur buruk.
2. Mendeskripsikan diagnosa keperawatan pada responden yang mengalami kualitas tidur buruk.
3. Mendeskripsikan hasil rencana keperawatan pada responden yang mengalami kualitas tidur buruk dengan aromaterapi lavender.
4. Mendeskripsikan hasil implementasi pada responden yang mengalami kualitas tidur buruk dengan aromaterapi lavender.

5. Mendeskripsikan hasil evaluasi pada responden yang mengalami kualitas tidur buruk dengan pemberian aromaterapi lavender.

#### **D. Manfaat Penulisan**

Hasil laporan kasus ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam keperawatan yaitu sebagai panduan perawat dalam pengelolaan kasus tentang Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia. Dan diharapkan menjadi informasi bagi tenaga kesehatan lain terutama dalam pengelolaan kasus yang bersangkutan.