

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Tahap perkembangan seseorang di mulai dari lahir, remaja, dewasa, dewasa akhir hingga lansia tahapan itu terjadi secara alami, ditandai dengan menurunnya kemampuan akal dan fisik dan beberapa perubahan dalam hidup (Darmojo, 2009). Menurut Stanley dan Beare (2006) terdapat perubahan-perubahan pada lanjut usia, yaitu perubahan sistem panca indera, sistem integumen, sistem muskuloskeletal, sistem neurologis, sistem kardiovaskuler, sistem pulmonal, sistem endokrin, sistem renal dan urinaria, perubahan psikologis. Perubahan sistem tubuh pada lansia dapat mempengaruhi kebutuhan tidur.

Menurut WHO Lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas, di tandai dengan penurunan fungsi organ tubuh, rentannya tubuh terhadap berbagai serangan penyakit, dan merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya (WHO, 2015). Pada saat ini jumlah penduduk lansia didunia sebanyak 500 juta jiwa, sedangkan dikawasan asia tenggara populasi lansia sebanyak 8% kurang lebih sebanyak 142 juta jiwa. Indonesia menempati urutan kelima Negara didunia yang memiliki populasi lansia tertinggi, Berdasarkan data proyeksi penduduk, diperkirakan tahun 2017 terdapat 23,66 juta jiwa penduduk lansia di Indonesia

(9,03%). Diprediksi jumlah penduduk lansia tahun 2020 (27,08 juta), tahun 2025 (33,69 juta), tahun 2030 (40,95 juta) dan tahun 2035 (48,19 juta). ada tiga provinsi dengan persentase lansia terbesar di Indonesia yaitu DI Yogyakarta (13,81%), Jawa Tengah (12,59) dan Jawa Timur (12,25%). Menurut Badan Pusat Statistik (2015), Propinsi sumatera barat memiliki populasi lansia sebanyak 44.403 jiwa, dan kota padang memiliki populasi lansia sebanyak 28.896 jiwa.

Lanjut usia merupakan proses kehidupan yang alami dan tidak dapat dihindari karena lanjut usia merupakan tahapan akhir kehidupan (Rohana, 2011). Menurut Stanley dan Beare (2007) terdapat perubahan-perubahan pada lanjut usia, yaitu perubahan sistem panca indera, sistem integumen, sistem muskuloskeletal, sistem neurologis, sistem kardiovaskuler, sistem pulmonal, sistem endokrin, sistem renal dan urinaria, perubahan psikologis. Perubahan sistem tubuh pada lansia dapat mempengaruhi kebutuhan tidur.

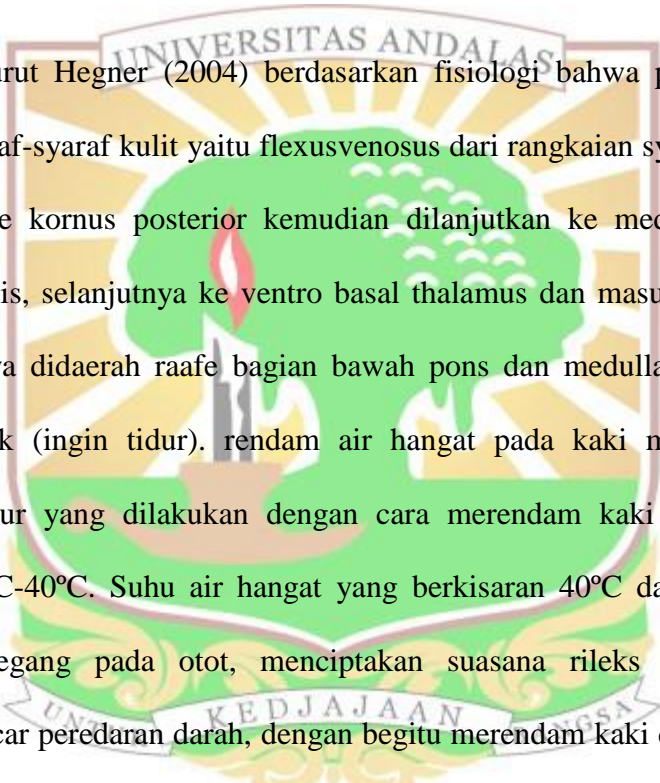
Frost (2011) menyatakan bahwa prevalensi gangguan tidur pada lansia cukup tinggi yaitu sekitar 67 % gangguan tidur disini mencakup kurangnya kualitas tidur, sulit memasuki tidur, sering terbangun malam kemudian kesulitan untuk kembali tidur, bangun terlalu pagi, tidur yang tidak nyenyak, dan merasa tidak segar waktu bangun dipagi hari. Perasaan tidak nyaman atau perasaan terganggu yang dirasakan oleh seseorang lansia akibat perubahan dalam kualitas dan kuantitas pada pola tidur yang dimiliki merupakan keadaan dimana seseorang lansia mengalami gangguan tidur (Ekayulia, 2009)

Menurunnya kualitas tidur lanjut usia akan berdampak buruk terhadap kesehatan fisiologis maupun psikologis. Gangguan fisiologis yang muncul antara lain, ketidakstabilan tanda-tanda vital, kerentanan terhadap penyakit, penurunan aktifitas sehari-hari, rasa lelah, lemah, daya tahan menurun, dan gangguan psikologis yang muncul antara lain menurunnya kemampuan berkonsentrasi, cemas, lesu, kemampuan membuat keputusan stress konfusi, disorientasi, gangguan mood, (Potter & Perry, 2009). Dampak lebih lanjut dikaitkan dengan peningkatan risiko jatuh, penurunan kognitif, dan tingkat kematian lebih tinggi (Cahyaningsih, 2016).

Khotimah (2012) menyatakan masalah gangguan tidur ini belum menjadi perhatian di kalangan masyarakat awam, mereka belum mengenal masalah gangguan pola tidur ini dan cenderung membiarkannya saja tanpa mencari pertolongan, pada hakekatnya gangguan tidur ini dapat mengancam jiwa baik secara langsung atau tidak langsung. Pada tahun 2014 didapatkan sebanyak 28.053 juta orang Indonesia mengalami gangguan tidur atau insomnia atau sekitar 11,7 % yang meningkat dari tahun-tahun sebelumnya (BPS, 2014)

Proses menua pada lansia akan mempengaruhi beberapa syaraf yang mana semakin mengalami kemunduran, dampak kemunduran dari proses menua berdampak pada susunan sistim syaraf pusat terjadi karena pengurangan aliran darah ke sel syaraf serebral, karena perubahan fisiologis ini siklus tidur pada lansia mulai berubah dan mengalami gangguan (Stanley, 2006) Gangguan tidur atau insomnia sering terasa sangat berat bagi orang-orang yang pernah merasakan

nya dan terasa mengganggu, meski belum mendapatkan banyak perhatian yang serius (Febriastuti, 2015). Dalam mengatasi hal tersebut dua cara yaitu secara farmakologi Penggunaan obat-obatan memiliki efek kecanduan sehingga tidak dianjurkan konsumsi jangka panjang dan secara non farmakologi yaitu salah satunya dengan menggunakan terapi air hangat (footbath therapy) (Ningtiyas, 2014)



Menurut Hegner (2004) berdasarkan fisiologi bahwa pada daerah kaki terdapat syaraf-syaraf kulit yaitu flexusvenosus dari rangkaian syaraf ini stimulasi diteruskan ke kornus posterior kemudian dilanjutkan ke medulla spinalis, ke radiks dorsalis, selanjutnya ke ventro basal thalamus dan masuk ke batang otak yang tepatnya didaerah raafe bagian bawah pons dan medulla disinilah terjadi efek sofarifik (ingin tidur). rendam air hangat pada kaki merupakan teknik stimulasi tidur yang dilakukan dengan cara merendam kaki pada air hangat bersuhu 36°C-40°C. Suhu air hangat yang berkisaran 40°C dapat meringankan sakit dan tegang pada otot, menciptakan suasana rileks dan santai, dan memeperlancar peredaran darah, dengan begitu merendam kaki dengan air hangat dapat membuat rileks dan membuat kita tidur lebih mudah (Dinkes, 2014).

Raisanen (2010) mengatakan banyak manfaat dari rendam kaki air hangat (footbath therapy) diantaranya yaitu mendetoksifikasi, merelaksasikan otot, meredakan nyeri, mengurangi stress, meningkatkan kerja jantung, dan membuat tidur nyenyak serta mangatasi masalah gangguan tidur. Joo Hyun et al (2016) dalam penelitian nya terhadap lansia yang melakukan rendam kaki air hangat

(footbath therapy) selama 30 menit dengan suhu air 40°C sebelum tidur ternyata efektif dalam meningkatkan kualitas tidur dan mengatasi gangguan tidur pada lansia sehingga terjadi penurunan jumlah skor PSQI setelah dilakukan intervensi.

Berdasarkan survey yang dilakukan mahasiswa keperawatan peminatan gerontik Universitas Andalas di RW 01 Kelurahan Koto Pulai, Kecamatan Koto Tengah Padang pada tanggal 24-25 januari 2018. Dari 37 orang lansia yang dilakukan wawancara dan pembagian kuisioner didapatkan 25 orang (68%) mengalami gangguan pola tidur. Hasil pengkajian yang dilakukan pada keluarga Ny. S didapatkan masalah keperawatan gangguan pola tidur. Ny.S mengeluhkan susah tidur di malam hari, biasanya pergi tidur jam 9 malam namun baru dapat tertidur jam 11 malam, sering terbangun di malam hari sekitar jam 3 an dan setelah itu sulit untuk tertidur lagi. Ny.S juga mengatakan tidak bisa tidur disiang hari walaupun sudah mengantuk. Keluarga belum mengetahui ganguan pola tidur dan cara perawatanya.

Oleh karena itu mahasiswa melakukan pembinaan pada keluarga Ny.S di RW 01 Kelurahan Koto Pulai, Kecamatan Koto Tengah. Dalam bentuk upaya Promotif, Preventive, dan Kuratif. Pembinaan lansia tersebut di dokumentasikan dalam sebuah Laporan Ilmiah Akhir yang berjudul “ Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Lansia Ny. S dengan Gangguan Pola Tidur Melalui Penerapan Terapi Rendam Kaki Air Hangat (Footbath) Di RW 01 Kelurahan Koto Pulai, Kecamatan Koto Tengah Padang Tahun 2019.

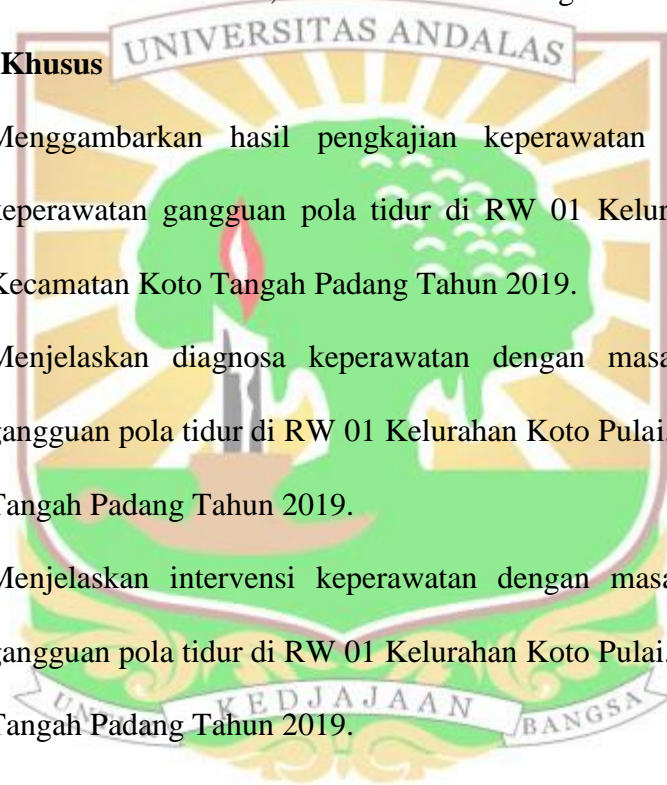
B. TUJUAN

1. Tujuan Umum

Memberikan gambaran asuhan keperawatan pada lansia kelolaan Ny. S dengan masalah keperawatan yaitu gangguan pola tidur serta mampu menerapkan terapi rendam kaki (footbath) yang telah diajarkan pada Ny.S di RW 01 Kelurahan Koto Pulai, Kecamatan Koto Tangah Padang Tahun 2019.

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan hasil pengkajian keperawatan dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur di RW 01 Kelurahan Koto Pulai, Kecamatan Koto Tangah Padang Tahun 2019.
- b. Menjelaskan diagnosa keperawatan dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur di RW 01 Kelurahan Koto Pulai, Kecamatan Koto Tangah Padang Tahun 2019.
- c. Menjelaskan intervensi keperawatan dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur di RW 01 Kelurahan Koto Pulai, Kecamatan Koto Tangah Padang Tahun 2019.
- d. Menjelaskan implementasi tindakan keperawatan dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur di RW 01 Kelurahan Koto Pulai, Kecamatan Koto Tangah Padang Tahun 2019.
- e. Menjelaskan evaluasi terhadap implementasi dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur di RW 01 Kelurahan Koto Pulai, Kecamatan Koto Tangah Padang Tahun 2019.



- f. Menjelaskan analisa kasus dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur di RW 01 Kelurahan Koto Pulai, Kecamatan Koto Tengah Padang Tahun 2019.

C. MANFAAT PENELTIAN

1. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil laporan ilmiah akhir ini dapat sebagai tambahan ilmu bagi profesi keperawatan dalam hal perawatan yang komprehensif dan pengembangan ilmu pengetahuan dalam memberikan asuhan pada lansia yang mengalami gangguan pola tidur dengan intervensi non-farmakologi yaitu footbath terapi. Dan diharapkan laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi bahan referensi bagi mahasiswa yang ingin meneliti tentang pemberian asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami gangguan pola tidur melalui penerapan terapi footbath atau rendam kaki air hangat ini dengan pengembangan variable lain.

2. Bagi Peneliti

Diharapkan hasil laporan akhir ilmiah ini dapat menjadi acuan proses belajar dalam menerapkan ilmu yang telah didapat selama proses perkuliahan oleh peneliti serta menambah kekeyaan intelektual.

3. Bagi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan hasil laporan akhir ilmiah ini dapat menjadi salah satu bahan masukan bagi pelayanan kesehatan atau puskesmas dalam membuat standar asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami gangguan pola tidur dengan cara penerapan terapi rendam kaki air hangat atau Footbath. Serta diharapkan hasil laporan ilmiah akhir ini menjadi salah satu bahan pertimbangan dalam pembuatan kebijakan dipuskesmas untuk meningkatkan pelayanan yang bersifat promotif dan preventif tentang penyuluhan dan penerapan terapi rendam kaki air hangat (footbath) sehingga dapat meningkatkan minat dan partisipasi lansia dalam kegiatan tersebut.

