

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Tidur adalah suatu proses aktif, bukan sekedar hilangnya keadaan terjaga. Tingkat aktivitas otak keseluruhan tidak kurang selama tidur. selama tahap-tahap tertentu tidur, penyerapan oksigen oleh otak bahkan meningkat melebihi tingkat normal sewaktu terjaga (Sherwood, 2014). Salah satu gangguan tidur adalah insomnia, insomnia dapat membahayakan bagi diri kita dan orang lain, misalnya seseorang yang kurang tidur lalu mengemudi mobil sendiri sering mengalami kecelakaan fatal. Kurang tidur, dapat pula mengakibatkan masalah dalam keluarga dan perkawinan, karena kurang tidur dapat membuat orang cepat marah dan lebih sulit diajak bergaul (Parmet, 2003).

Salah satu penelitian memperlihatkan distribusi lanjut usia (lansia) yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha Gau Mabaji Kabupaten Gowa mengalami gangguan tidur penderita berdasarkan kelompok umur memperlihatkan bahwa lansia terbanyak pada kelompok umur 71 – 75 tahun (29,2%) dan 76 – 80 tahun (24,0%) serta yang terendah pada kelompok umur < 65 tahun (11,5%) (Abdullah, Arsin dan Yahya, 2012).

Beberapa studi menjelaskan bahwa penurunan waktu tidur merupakan faktor yang berperan dalam peningkatan obesitas. Rerata orang di Amerika Serikat memiliki waktu tidur yang berkurang satu hingga dua jam dibandingkan 40 tahun yang lalu (Sherwood, 2014). Obesitas merupakan salah satu penyakit yang menjadi masalah global yang melanda masyarakat dunia, baik di negara maju dan negara berkembang (Gustafsson, 2005).

Prevalensi obesitas sentral untuk tingkat nasional adalah 18,8%. Dari gambar berikut ini tampak bahwa obesitas sentral cenderung meningkat sampai umur 45-54 tahun, selanjutnya berangsur menurun kembali. Prevalensi obesitas menjelang lansia sampai lansia (kelompok umur 55-64 tahun, 65-74 tahun dan 75+ tahun), didapatkan kelompok umur 55-64 tahun yang obesitasnya paling tinggi (Kemenkes RI, 2013).

Penelitian-penelitian epidemiologis menunjukkan hubungan yang kuat antara kelebihan jaringan adiposa abdomen dengan faktor risiko metabolik untuk penyakit jantung koroner. Kondisi tersebut dapat berdampak lebih buruk terhadap pemunculan penyakit-penyakit degeneratif, serta gangguan metabolisme dan penyakit dengan morbiditas dan mortalitas tinggi, seperti dislipidemia, hipertensi, aterosklerosis, diabetes melitus tipe 2, batu empedu, dan gangguan fungsi pulmonal (Shen, 2006).

Dari pandangan Islam sudah jelas tercantum di Al-Qur'an melarang melakukan sesuatu yang dapat merusak badan. Islam menekankan keteraturan mengatur ritme hidup dengan cara tidur cukup, istirahat cukup, di samping hak – haknya kepada Allah melalui ibadah. Islam melarang membebani badan melebihi batas kemampuan seperti terus menerus begadang untuk salat malam dengan tidak tidur. Dalam konsep *rukhsah* terhadap hak jasmani akan menyebabkan sakit atau memperparah sakitnya sehingga mendapatkan kesulitan dalam ibadah selanjutnya (Zuhroni, 2003).

Berdasar uraian di atas, peneliti tertarik untuk meneliti lebih jauh mengenai hubungan insomnia terhadap indeks masa tubuh di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung Jakarta Timur.

1.2 Perumusan Masalah

Penelitian memperlihatkan bahwa gangguan tidur meningkat seiring bertambahnya usia. Salah satu faktor yang memengaruhi adalah tingkat obesitas, oleh karena itu peneliti ingin mengetahui apakah terdapat Hubungan insomnia terhadap obesitas pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung Jakarta Timur dan Tinjauannya Menurut Islam.

1.3 Pertanyaan Penelitian

- 1.3.1. Apakah ada hubungan antara insomnia terhadap obesitas pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung Jakarta Timur?

- 1.3.2. Apa sajakah faktor-faktor yang menjadi penyebab timbulnya insomnia pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung Jakarta Timur?
- 1.3.3. Bagaimana tingkat insomnia pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung Jakarta Timur?
- 1.3.4. Bagaimana tinjauan menurut Islam hubungan antara insomnia terhadap obesitas pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung Jakarta Timur?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mendapatkan informasi mengenai insomnia sebagai faktor yang memengaruhi obesitas pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung Jakarta Timur dan Tinjauannya Menurut Islam

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mendapatkan informasi mengenai tingkat insomnia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung Jakarta Timur
2. Mendapatkan informasi mengenai tingkat obesitas di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung Jakarta Timur
3. Mengetahui faktor-faktor yang menjadi penyebab timbulnya insomnia pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung Jakarta Timur
4. Mengetahui tinjauan menurut Islam antara hubungan insomnia terhadap obesitas pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 Cipayung Jakarta Timur dan Tinjauannya Menurut Islam

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat bagi institusi

Untuk menambahkan informasi pada institusi demi pengembangan ilmu kedokteran dan penelitian selanjutnya.

1.5.2. Manfaat bagi panti sosial

Data penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi panti sosial dalam meningkatkan kesehatan pada lansia

1.5.3. Manfaat bagi peneliti

Untuk memenuhi persyaratan mendapat gelar dokter muslim di Fakultas Kedokteran Universitas YARSI serta menambah wawasan pengetahuan bagi peneliti dalam bidang ilmu kedokteran dan agama Islam tentang obesitas terhadap insomnia pada lansia