

FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
Oktober, 2016

Nama : Tri Fuji Rahmi Zalni
Nomor Bp : 1010323017

Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Usia Lanjut di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas, Padang

ABSTRAK

Proses penuaan pada lansia mengakibatkan berbagai masalah salah satunya gangguan tidur berupa sulit untuk memasuki tidur, sering terjaga ditengah malam dan butuh waktu yang lama untuk kembali tidur. Banyak faktor yang mempengaruhi kualitas tidur pada lansia, salah satunya adalah kecemasan kecemasan yang sering dialami lansia adalah tidak mampu menghadapi masalah atau tidak adanya rasa aman. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan kejadian insomnia pada lansia. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Waktu penelitian dari bulan Januari sampai bulan Oktober 2016. Analisa data menggunakan uji chi-square. Populasi berjumlah 1020 orang dengan jumlah sampel 287 orang. Hasil penelitian diperoleh bahwa 23 responden yang memiliki kualitas tidur baik tingkat kecemasan ringan (7,8%) dan dari 234 responden sebagian besar lansia (92,6%) memiliki kualitas tidur buruk dengan tingkat kecemasan sedang (20,0%). Terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat kecemasan dengan kejadian insomnia pada usia lanjut dengan nilai $p\text{ value} = 0,003$ ($p < 0,05$). Penelitian ini merekomendasikan kepada puskesmas untuk meningkatkan kegiatan penyuluhan atau konseling pada lansia tentang kualitas tidur dan menjelaskan kepada lansia tentang konsep kecemasan yang dirasakan lansia agar nantinya lansia mampu mengatasi insomnia dan rasa cemas yang dialami oleh lansia.

Kata kunci : lansia, kecemasan, insomnia.

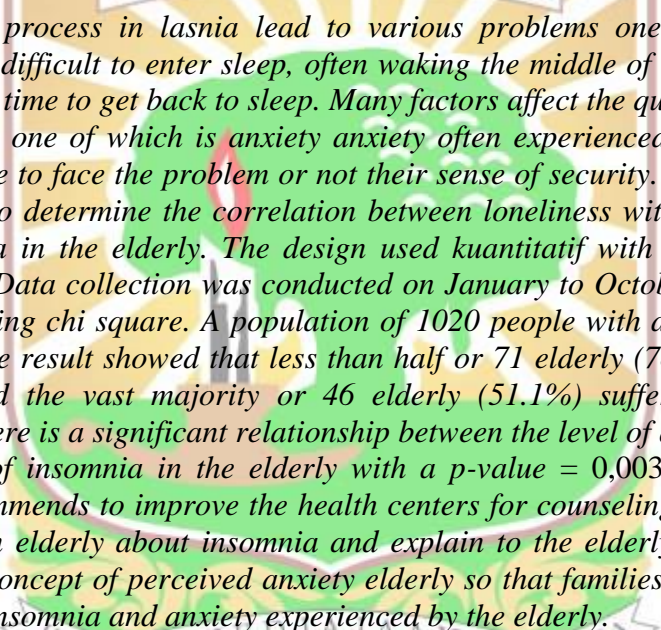
Daftar Pustaka : 34 (2000-2015)

FACULTY OF NURSING
ANDALAS UNIVERSITY
October, 2016

Name : Tri Fuji Rahmi Zalni
BP Number :1010323017

*Correlation Between Anxiety Level and Sleep Quality of Elderly at Region
Work of Andalas Padang Health Care*

ABSTRACT



The aging process in lasnia lead to various problems one form of sleep disorder is difficult to enter sleep, often waking the middle of the night and it took a long time to get back to sleep. Many factors affect the quality of sleep in the elderly, one of which is anxiety anxiety often experienced by the elderly are not able to face the problem or not their sense of security. The purpose of this study to determine the correlation between loneliness with the incidence of insomnia in the elderly. The design used kuantitatif with cross sectional approach. Data collection was conducted on January to October, 2016. Data analysis using chi square. A population of 1020 people with a sample of 287 people.. The result showed that less than half or 71 elderly (78.9%) had mild anxiety and the vast majority or 46 elderly (51.1%) suffered from sleep quality. There is a significant relationship between the level of anxiety with the incidence of insomnia in the elderly with a p-value = 0,003 ($p < 0.05$). The study recommends to improve the health centers for counseling or counseling activities in elderly about insomnia and explain to the elderly of the elderly about the concept of perceived anxiety elderly so that families will be able to overcome insomnia and anxiety experienced by the elderly.

Keywords : elderly, anxiety, sleep quality

Bibliography : 34 (2000-2015)