

FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ANDALAS  
April 2016

Nama : Raffy Marista

BP : 1010323065

Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Insomnia Pada Lansia di Panti Sosial  
Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2016

UNIVERSITAS ANDALAS  
**ABSTRAK**

Gangguan tidur pada lansia merupakan keadaan dimana individu mengalami suatu perubahan dalam kuantitas dan kualitas pola istirahatnya yang menyebabkan rasa tidak nyaman, merasa pusing, kelelahan, gelisah, otot tegang, nyeri dan kesulitan berkonsentrasi. Insomnia pada lansia dipengaruhi oleh faktor status kesehatan atau penyakit, kecemasan, dan lingkungan. Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan insomnia pada lansia. Jenis penelitian ini adalah deskriptif *analitik* dengan desain pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah lansia yang berada di Panti Sosial Trena Wherda Sabai Nan Aluih Sicincin sebanyak 110 orang dengan sampel 52 orang. Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari 2016. Teknik pengambilan sampel *simple random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Analisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji statistik *Chi-Square* dengan tingkat kepercayaan 95%  $\alpha = 0,05$ . Hasil penelitian ini didapatkan (46,2%) lansia mengalami insomnia dan (53,8%) tidak insomnia. Sebanyak (30,8%) tingkat kecemasan ringan, sebanyak (36,5%) tingkat kecemasan sedang, (26,9%), kecemasan berat dan (5,8%) tingkat kecemasan panik. Sebanyak (73,1%) lansia mengalami penyakit dan sebanyak (26,9%) tidak terdapat penyakit. Didapatkan (42,3%) lingkungan lansia tidak mendukung terhadap insomnia dan sebanyak (57,7%) lingkungan mendukung terhadap insomnia. Ada hubungan bermakna antara tingkat kecemasan dengan insomnia. Ada hubungan bermakna antara penyakit pada lansia dengan insomnia. Ada hubungan bermakna antara lingkungan dengan insomnia. Diharapkan pada pegawai Panti Sosial Tresna Wherda bekerja sama dengan instituti kesehatan yang ada untuk dapat memberikan penyuluhan tentang bagaimana cara mencegah terjadinya insomnia pada lansia dengan cara memberikan terapi musik dan melakukan senam otot agar lansia dapat rileks saat mau tidur.

Kata Kunci : Kecemasan, penyakit, lingkungan dan insomnia

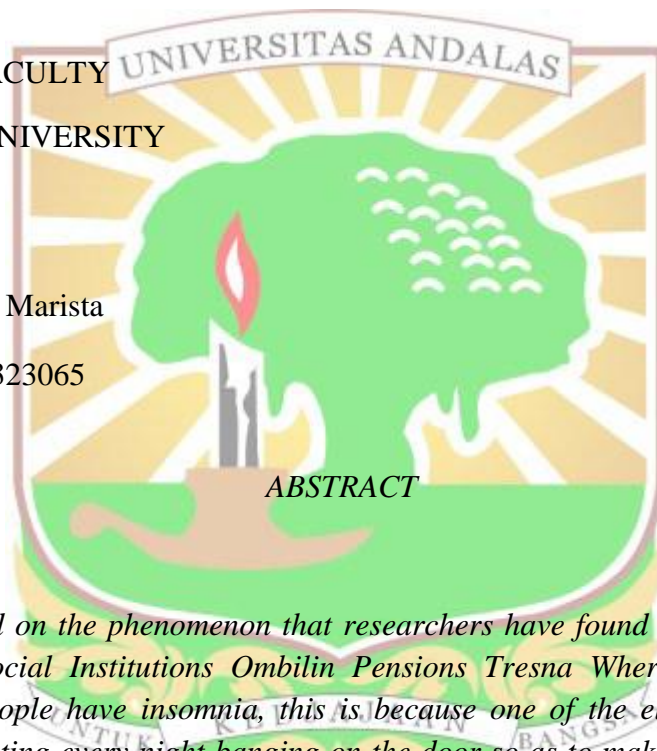
Daftar Bacaan : 26 (2005 – 2014)

NURSING FACULTY  
ANDALAS UNIVERSITY

April 2016

Nama : Raffy Marista

BP : 1010323065



*Based on the phenomenon that researchers have found in April 2014 in one of the Social Institutions Ombilin Pensions Tresna Wherda to 9 elderly people, six people have insomnia, this is because one of the elderly depressed thereby disrupting every night banging on the door so as to make more impaired in the elderly bed, 3 people said they experienced aching joints, kidneys and headaches, two people experience anxiety because of the family rarely visit or to see it. Purpose of this study was Factors Associated with Insomnia In Elderly in Social Institutions Tresna Wherda Sabai Nan Aluih Sicincin 2015. This type of research is descriptive analytic design with cross sectional approach. The population in this study is the elderly who are in PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin many as 110 people with a sample of 52 people. Primary data collection was conducted in June 2015. The sampling technique is simple random sampling. The research instrument using a questionnaire. Univariate and bivariate analysis using statistical test Chi-Square with a 95% confidence level  $\alpha = 0.05$ . Based on*

*these results less than most 24 persons (46.2%) of elderly experiencing insomnia and insomnia as many as 28 people (53.8%). Less than most (30.8%) mild anxiety levels, as many as (36.5%) medium anxiety levels, (26.9%) severe anxiety and (5.8%) levels of anxiety panic , Less than most (73.1%) elderly disease and as many as (26.9%) there is no disease. Less than most (42.3%) elderly environment is not supportive of insomnia and as many as (57.7%) supportive environment against insomnia. There is a significant relationship between the level of anxiety with insomnia. There is a significant association between the disease in the elderly with insomnia. There is a significant relationship between the environment and insomnia. Expected in PSTW employee can provide counseling on how to prevent insomnia in the elderly by providing music therapy and doing exercises to relax the muscles so that older people can be when going to bed.*

*Keywords : anxiety, disease, environment and insomnia hypertension*

*Reading List: 26 (2005 - 2014)*

