

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN TERHADAP
INSOMNIA PADA LANSIA DI DESA TEJAKULA**



SKRIPSI

Oleh:

MADE DWI HANDAYANI

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2023**

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN TERHADAP
INSOMNIA PADA LANSIA DI DESA TEJAKULA**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Diajukan Oleh:

MADE DWI HANDAYANI

C1117097

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2023**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Made Dwi Handayani

NIM : C1117097

Jurusan : S1 Keperawatan

Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Insomnia Pada Lansia di
Desa Tejakula

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, 19 Juli 2023



(Made Dwi Handayani)

HALAMAN PERSETUJUAN
HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN TERHADAP
INSOMNIA PADA LANSIA DI DESA TEJAKULA

Diajukan Oleh:


MADE DWI HANDAYANI

NIM. C1117097

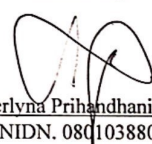
Mangupura, 20 Juli 2023

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I


Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0821058603

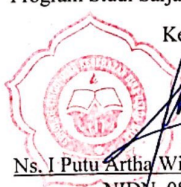

Pembimbing II


Ns. IGAA Sherlyna Prihandhani, S.Kep., M.Kes
NIDN. 0801038801

Mengetahui,

Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan

Kerua



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0821058603

HALAMAN PENGESAHAN

**SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI
DEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI S1
KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI**

Tanggal : 09 Agustus 2023

Diajukan Oleh:

MADE DWI HANDAYANI

NIM. C1117097

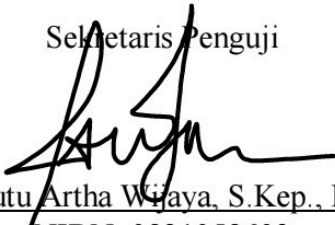
Disahkan oleh Tim Penguji Terdiri dari:

Ketua Penguji



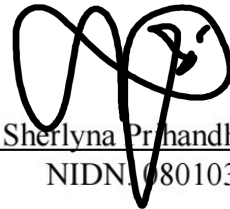
Ns. Ni Made Ari Sukmandani, S.Kep., M.Kes
NIDN. 0812108702

Sekretaris Penguji



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0821058603

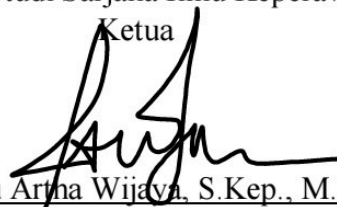
Anggota Penguji



Ns. IGAA Sherlyna Prhandhani, S.Kep., M.Kes
NIDN. 0801038801

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan

Ketua



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0821058603

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**

Skripsi, Juli 2023

Made Dwi Handayani

Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Insomnia Pada Lansia Di Desa Tejakula

LXIII + 63 + 5 tabel + 1 gambar + 1 skema + 10 lampiran

ABSTRAK

Seiring dengan mengalami tingkat kecemasan yang tinggi maka berdampak pada kualitas dan pola tidur lansia yang tidak baik sehingga mengakibatkan berbagai macam kemungkinan lansia mengalami penurunan kesehatan. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan tingkat kecemasan terhadap insomnia pada lansia di Desa Tejakula. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain *Cross Sectional*. Teknik sampling pada penelitian ini menggunakan total sampling dengan jumlah sampel 68 responden. Data di analisis menggunakan uji hipotesis *spearman rank* untuk mengetahui hubungan dua variabel berskala ordinal. Dari hasil analisa data didapatkan nilai *p-value* 0,04 yang berarti $<0,05$ sehingga ada hubungan antara tingkat kecemasan terhadap insomnia pada lansia di Desa Tejakula. Diharapkan perlu adanya upaya promotif terhadap masalah insomnia dengan memberikan informasi dan edukasi mengenai insomnia pada lansia

Kata Kunci : Tingkat Kecemasan, Insomnia, Lansia

Daftar Pustaka : 26 (2013-2022)

HEALTH INSTITUTION

BINA USADA BALI BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM

Undergraduate thesis, July 2022

Made Dwi Handayani

The Correlation of Anxiety Levels and Insomnia in the Elderly at Tejakula Village

LXIII + 63 + 5 tables + 1 drawing + 1 schematic + 10 attachments

ABSTRACT

Along with experiencing high levels of anxiety, it has an impact on the quality and sleep patterns of the elderly who are not good, resulting in various kinds of aging possibilities that experience a decrease in health. The purpose of this study was to determine the relationship between anxiety levels and insomnia in the elderly in Tejakula Village. This study used a quantitative research method with a cross sectional design. The sampling technique in this study used total sampling with a total sample of 68 respondents. The data were analyzed using the Spearman rank hypothesis test to determine the relationship between the two variables on an ordinal scale. From the results of the data analysis, it was obtained that the p-value was 0.04 which means <0.05 so that there is a relationship between the level of anxiety and insomnia in the elderly at Tejakula Village. It is hoped that there will be promotive efforts on the problem of insomnia by providing information and education about insomnia in the elderly

Keywords: Anxiety Level, Insomnia, Elderly

Bibliography : 26 (2013-2022)

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan Puja dan Puji Syukur atas Kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas Rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan penulisan Skripsi dengan judul “Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Insomnia Pada Lansia di Desa Tejakula” dengan tujuan untuk memenuhi Tugas Akhir penulis.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada STIKES Bina Usada Bali. Selanjutnya penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, M.M. selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan program Sarjana Keperawatan di STIKES Bina Usada Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bina Usada Bali yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan serta bimbingan dalam menyelesaikan penelitian ini.
3. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan serta membimbing dalam menyelesaikan penelitian ini.
4. Ns. IGAA Sherlyna Prihandhani, S.Kep., M.Kes selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan dan saran dalam menyelesaikan penelitian ini.
5. Teman-teman dan berbagai pihak yang telah memberikan dukungan dan masukan kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca untuk menyempurnakan hasil tulisan yang akan datang. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat untuk pembaca semuanya.

Mangupura, 20 Juni 2023

Penulis

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN ASLI KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR SKEMA.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I: PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II: TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Lansia.....	9
1. Definisi Lansia	9
2. Perubahan-Perubahan Pada Lansia	9
3. Batasan Lanjut Usia	12
B. Kecemasan	12
1. Definisi Kecemasan	12
2. Tanda dan Gejala Kecemasan	13
3. Etiologi Kecemasan	14
4. Tingkat Kecemasan.....	16
5. Penatalaksanaan Kecemasan.....	18
C. Insomnia.....	21

1. Pengertian Insomnia.....	21
2. Etiologi Insomnia.....	21
3. Klasifikasi Insomnia.....	24
4. Penatalaksanaan Insomnia	25
D. Kerangka Teori	28
BAB III: KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI	
OPERASIONAL.....	29
A. Kerangka Konsep.....	29
B. Hipotesis	30
C. Definisi Operasional	31
BAB IV: METODE PENELITIAN	32
A. Rancangan Penelitian.....	32
B. Populasi dan Sampel	32
C. Tempat Penelitian	33
D. Waktu Penelitian.....	33
E. Etika Penelitian	34
F. Alat Pengumpulan Data	35
1. Instrumen Penelitian.....	35
2. Validitas dan Reliabelitas.....	37
G. Prosedur Pengumpulan Data.....	39
1. Prosedur Administrasi	39
2. Prosedur Teknis.....	40
H. Pengolahan Data	41
I. Analisis Data	43
BAB V HASIL PENELITIAN	45
A. Waktu dan Tempat Penelitian.....	45
B. Hasil Uji Univariat.....	46
C. Hasil Uji Bivariat	48
BAB VI PEMBAHASAN.....	50
A. Identifikasi karakteristik responden	50
B. Tingkat Kecemasan pada lansia.....	51

C. Kejadian Insomnia	53
D. Hubungan tingkat kecemasan terhadap insomnia.....	54
E. Keterbatasan Penelitian.....	55
F. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian	56
BAB VII PENUTUP	57
A. Simpulan	57
B. Saran	58
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional	31
Tabel 5.1 Karakteristik responden pada lansia di Desa Tejakula	60
Tabel 5.2 Distribusi tingkat kecemasan pada lansia di Desa Tejakula	61
Tabel 5.3 Distribusi insomnia pada lansia di Desa Tejakula	61
Tabel 5.4 Hasil Uji <i>Spearman Rank</i>	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	28
--------------------------------	----

DAFTAR SKEMA

Skema 3.1 Kerangka Konsep	29
---------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Rencana Penelitian
- Lampiran 2 Surat Ijin Studi Pendahuluan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali
- Lampiran 3 Surat Balasan Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 4 Surat Ijin Penelitian Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali
- Lampiran 5 Balasan Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 6 Lembar Kuesioner HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*)
- Lampiran 7 Lembar Kuesioner *Insomnia Rating Scale* (KSPBJ-IRS)
- Lampiran 8 Surat Pengantar Kuesioner
- Lampiran 9 Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 10 Hasil Olah Data

DAFTAR PUSTAKA

- Abarca, R. M. (2021). Tingkat Insomnia Dan Pengaruhnya Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Nuevos Sistemas De Comunicación E Información*, 2013–2015.
- Aisi, V. Z. (2017). Pengaruh Terapi Relaksasi Guided Imagery Terhadap Insomnia Pada Lansia. *Open Journal Systems (OJS) STIKES Insan Cendekia Medika Jombang*, 1–113.
- Alawy, A. (2022). Efektivitas Seft (*Spiritual Emotional Freedom Technique*) Untuk Mengurangi Ketergantungan Obat Pada Lansia. 13(2). <https://doi.org/10.34305/jikbh.v13i02.515>
- Ameliyanti S, H. D. (2020). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kecemasan Lansia Yang Mengalami Insomnia Di UPTD Pusat Pelayanan Sosial Lanjut Usia (PPSLU) Mappakasunggu Pare Pare.
- Amirullah. (2015). Populasi Dan Sampel. *Wood Science And Technology*, 16(4), 293–303. <https://doi.org/10.1007/BF00353157>
- Anisa, F. (2011). *No Title*. 10–32.
- Annisa, D. F. (2016a). Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia (Lansia). 5(2).
- Annisa, D. F. (2016b). Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor*, 05(02).
- Ayu, I. D., Vikhanti, A., Ayu, I. G., & Ardani, I. (2016). Angka Kejadian Gangguan Cemas Dan Insomnia Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Wana Seraya Denpasar Bali Tahun 2013 Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana , Bagian / SMF Ilmu Kedokteran Jiwa Fakultas Kedokt. 5(9), 1–3.
- Badan Pusat Statistik Provinsi Bali. (2021). *Provinsi Bali Dalam Angka Tahun 2021*. 283.
- Chasanah, N. (2017). Pengaruh Terapi Aktivitas Sleep Hygiene Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur

- Yogyakarta. *Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Di Kelurahan Karangasem Kecamatan Laweyan Surakarta.*, 62(7), 276–283.
[Http://Eprints.Ums.Ac.Id/55437/1_1/Naskah Publikasi.Pdf](http://Eprints.Ums.Ac.Id/55437/1_1/Naskah_Publikasi.Pdf)
- Diferiansyah, O. (2016). Gangguan Cemas Menyeluruh. *J Medula Unila*, 05(02), 63–68.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Buleleng. (2020). Profil Kesehatan Kabupaten Buleleng 2020. *Kementerian Kesehatan*, 100.
- Isaac Dalam Untari & Rohmawati. (2016). Parent's Anxiety Towards Juvenile Delinquency Phenomenon In Bandung Indonesia. *Nurseline Journal*, 03(02).
- Kasmin, L. Z. D. H. R. R. D. Subaidah Sulaiman Supeno. (2017). Hubungan Pengetahuan Dan Riwayat Hipertensi Dengan Tindakan Pengendalian Tekanan Darah Pada Lansia. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 5(2017), 174–184.
<https://doi.org/10.20473/jbe.v5i2.2017.174-184>
- Kautsar, Ad, Gustopo, D., & Achmadi, F. (2015). Uji Validitas Dan Reliabilitas Hamilton Anxiety Rating Scale Terhadap Kecemasan Dan Produktivitas Pekerja Visual Inspection PT. Widatra Bhakti. *Seminar Nasional Teknologi*, 588–592.
- Kholifah, Situ Nur. (2016). *Keperawatan Gerontik*.
- Kumbara, H. (2018). Analisis Tingkat Kecemasan (Anxiety) Dalam Menghadapi Pertandingan Atlet Sepak Bola Kabupaten Banyuwangi Pada Porprov 2017. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 17(02).
- Masturoh & Anggita. (2018). Metode Penelitian Kesehatan. *Metode Penelitian Kesehatan*.
- Mufarrihah, N., & Umamah, F. (2017). *Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lanjut Usia Di UPTD Griya Werdha Surabaya*. 7(1), 45–56.
- Napitupulu, M., & Ahmad, H. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Insomnia Pada Lansia Di Panti Jompo Majelis Ta'Lim Bassilam Baru Tapanuli Selatan Tahun 2021. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian*

Health Scientific Journal), 6(2), 187.

<https://doi.org/10.51933/Health.V6i2.545>

- Notoatmodjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Promosi Kesehatan, Teori & Aplikasi, Ed. Revisi 2010*. Rineka Cipta.
- Notoatmojo, S. (2010). Notoatmodjo. In *Metodologi Penelitian Kesehatan* (Pp. 1–220). Jakarta : Rineka Cipta.
- Nursalam. (2015). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* (Lestari (Ed.); 4th Ed.). Penerbit Salemba Medika.
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Salemba Medika.
- Okatiranti, E. D. D. (2015). Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Lansia Di Posbindu Anyelir Kecamatan Cisarua Kabupaten Bandung Barat. *Jurnal Ilmu Keperawatan, III*(2), 87–104.
- Puspita, L. (2017). Infeksi Menular Seksual Pada Wanita Pekerja Seksual. *Jurnal Ilmu Kesehatan, 2*(1), 31–44.
- Safithry, E. (2014). Latihan Relaksasi Untuk Mengurangi Gejala Insomnia. *Pedagogik Jurnal Pendidikan, 9*(1), 70–79.
- Sincihu, Y., Daeng, B. H., & Yola, P. (2018). Hubungan Kecemasan Dengan Derajat Insomnia Pada Lansia. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Wijaya Kusuma, 7*(1), 15–30.
- Sohat, F., Bidjuni, H., & Kallo, V. (2014). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Insomnia Pada Lansia Di Balai Penyantunan Lanjut Usia Senja Cerah Paniki Kecamatan Mapanget Manado. *Jurnal Keperawatan Jiwa, 1–7*.
- Sony, F. (2017). *Metodologi Penelitian Dan Statistik*.
- Suardana, W. (2014). *Kulitas Hidup & Fungsi Kognitif*. http://poltekkes-denpasar.ac.id/files/jurnal_gema_keperawatan/juni_2015/i_wayan_suardana.pdf
- Sugiyono. (2016). *Statistik Untuk Penelitian*. Alfabeta.

- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Dan R&D* (2nd Ed.). Alfabeta.
- Sumirta, I. N., & Laraswati, A. I. (2017). Faktor Yang Menyebabkan Gangguan Tidur (Insomnia) Pada Lansia. *Jurnal Gema Keperawatan*, 8(1), 20–30.
- Surgawa, E., & Nikado, H. (2019). Tingkat Insomnia Mahasiswa Tahap Profesi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang. *Journal Of Chemical Information And Modeling*, 53(9), 1689–1699. [Http://Repository.Unimus.Ac.Id/271/3/Bab II.Pdf](http://Repository.Unimus.Ac.Id/271/3/Bab%20II.Pdf)
- Suriyati. (2015). Efektifitas Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pada Lanjut Usia Di Panti Graha Kasih Bapa Kabupaten Kubu Raya. *Teaching And Teacher Education*, 12(1), 1–17. [Http://Dx.Doi.Org/10.1080/01443410.2015.1044943%0Ahttp://Dx.Doi.Org/10.1016/J.Sbspro.2010.03.581%0Ahttps://Publications.Europa.Eu/En/Publication-Detail/-/Publication/2547ebf4-Bd21-46e8-88e9-F53c1b3b927f/Language-En%0Ahttp://Europa.Eu/.%0Ahttp://Www.Leg.St](http://Dx.Doi.Org/10.1080/01443410.2015.1044943%0Ahttp://Dx.Doi.Org/10.1016/J.Sbspro.2010.03.581%0Ahttps://Publications.Europa.Eu/En/Publication-Detail/-/Publication/2547ebf4-Bd21-46e8-88e9-F53c1b3b927f/Language-En%0Ahttp://Europa.Eu/.%0Ahttp://Www.Leg.St)
- Tahun, L., & Ratulangi, S. (2020). Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Tekanan Darah Pada Usia Lanjut 60-74 Tahun. *Jurnal Keperawatan*, 8(1), 83–90.
- Umamah, F. (2017). Pengaruh Terapi Tertawa Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia. *Journal Of Chemical Information And Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Windarwati, H. D. (2020). “Takut Kehilangan” Penyebab Kecemasan Keluarga Yang Merawat Anak Dengan Hospitalisasi Di Rumah Sakit. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 197–202.
- Witriya, C., Utami, N. W., & Andinawati, M. (2016). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur Lansia Di Kelurahan Tlogomas Kota Malang. *Nursing News : Jurnal Ilmiah Mahasiswa Keperawatan*, 1 No. 2(2), 190–203.
- Yaslina, Y., Maidaliza, M., & Srimutia, R. (2021). Aspek Fisik Dan Psikososial Terhadap Status Fungsional Pada Lansia. *Prosiding Seminar Kesehatan Perintis*, 4(2), 68–73.