

INTISARI

HUBUNGAN LINGKUNGAN DAN KECEMASAN DENGAN KEJADIAN INSOMNIA PADA LANSIA DI DESA KENDAL KECAMATAN PUNUNG KABUPATEN PACITAN

Rudi Candra Sahertian¹, AtikAryani², IdrisYani P³

LatarBelakang: Gangguan tidur dapat menyerang semua golongan usia tetapi insomnia semakin meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Stres dan kecemasan merupakan bagian di dalam kehidupan manusia sehari-hari khususnya terjadi pada lansia. Studi pendahuluan terhadap 8 orang insomnia, ada 5 orang menyatakan lingkungan rumah terutama dari dalam keluarga terkadang dari anggota keluarga sendiri menyakitkan hati, karena sering membentak, terlalu mengatur, sehingga hidup terasa terkekang dan hal ini selalu membuat berat pikiran dari lansia dan menjadi tidak mudah tidur, dan 3 orang merasa cemas dalam menghadapi hari tua terutama menghadapi kematian sehingga merasa kurang nyenyak dalam tidur.

Tujuan: Mengetahui hubungan lingkungan dan kecemasan dengan kejadian insomnia pada lansia di Desa Kendal Kecamatan Punung Kabupaten Pacitan.

Metode:

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif korelasional dengan rancangan *cross sectional*. Sampel penelitian sebanyak 77 orang dengan teknik *simple random sampling*. Analisis yang digunakan dengan menggunakan analisis *chi-square*.

Hasil: 1) Sebagian besar responden mempunyai lingkungan rumah yang nyaman (49,4%); 2)

Sebagian besar responden mempunyai kecemasan tergolong kecemasan ringan (83,1%); 3) Sebagian besar responden terjadi insomnia (54,5%); 4) Ada hubungan signifikan antara lingkungan rumah dengan kejadian insomnia pada lansia di Desa Kendal Kecamatan Punung Kabupaten Pacitan ($p\text{-value} = 0,021$); 4) Ada hubungan signifikan antara kecemasan dengan kejadian insomnia pada lansia di Desa Kendal Kecamatan Punung Kabupaten Pacitan ($p\text{-value} = 0,015$).

Kesimpulan: Ada hubungan signifikan antara lingkungan dan kecemasan dengan kejadian insomnia pada lansia di desa Kendal Kecamatan Punung Kabupaten Pacitan.

Kata kunci: Lingkungan, kecemasan, insomnia, lansia.

¹Mahasiswa Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta.

²Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta.

³Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta.

ABSTRACT

THE CORELATIONS ENVIRONMENTAL AND ANXIETY WITH INSOMNIA EVENTS IN LANSIA IN THE VILLAGE DISTRICT OF DISTRICT PUNITEN DISTRICT PACITAN

Rudi Candra Sahertian¹, Atik Aryani², Idris Yani P.³

Background: *This sleep disorder can affect all age groups but insomnia increases with age. Stress and anxiety are part of everyday human life especially in elderly people. A preliminary study of 8 insomniacs, there are 5 people saying the home environment, especially from within the family sometimes from family members themselves is heartbreaking, because it is often yelled, overly set, so life feels restrained and this always makes the mind weight of the elderly and becomes not easy to sleep, and 3 people feel anxious in the face of old age especially face death so feel less soundly in sleep.*

Objective: *To know the relationship of environment and anxiety with the incident of insomnia in elderly in Kendal Village, Punung Sub-district, Pacitan.*

Method: *This research is a descriptive correlation research with cross sectional design. The sample is 77 people with simple random sampling technique. Analyzer used with chi-square analysis.*

Results: *1) Most respondents had a comfortable home environment (49.4%); 2) Most respondents have anxiety classified as mild anxiety (83.1%); (3) Most respondents regarding insomnia in elderly are classified as insomnia (54,5%); 4) There is a significant relationship between home environment with insomnia incidence in elderly in Kendal village, Punung sub-district of Pacitan (p-value = 0,021); 4) There is a significant relationship between anxiety with the incidence of insomnia in elderly in Kendal village, Punung sub-district of Pacitan (p-value = 0,015).*

Conclusion: *There is a significant relationship between environment and anxiety with the incidence of insomnia in elderly in Kendal village, Punung sub-district, Pacitan regency.*

Keywords: *Environment, anxiety, insomnia, elderly.*

1. Students of Nursing Science Program Sahid Surakarta University, 2016.

2. Lecturer of Nursing Science Program Sahid Surakarta University, 2016.

3. Lecturer of Nursing Science Program Sahid Surakarta University, 2016.