

**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN
INSOMNIA PADA LANJUT USIA DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS PATIKRAJA KABUPATEN BANYUMAS**



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Menperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Oleh :

RIZKA MAISHAROH

1611020165

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN S1

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO

2020

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi yang diajukan oleh :

Nama : Rizka Maisharoh

NIM : 1611020165

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Fakultas : Ilmu Kesehatan

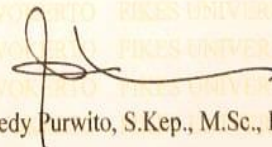
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Judul : Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian
Insomnia di wilayah kerja Puskesmas Patikraja
Kabupaten Banyumas.

Telah diterima dan diketahui

Purwokerto, 3 Februari 2020

PEMBIMBING



Ns. Dedy Purwito, S.Kep., M.Sc., Ph.D

NIK/NIP. 2160153

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang diajukan oleh :

Nama : Rizka Maisharoh

NIM : 1611020165

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Judul : Faktor – faktor yang mempengaruhi kejadian insomnia pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Patikraja Kabupaten Banyumas

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

DEWAN PENGUJI

Penguji 1 : Ns. Diah Yulistika H, S.Kep., M.Kep

Penguji 2 : Ns. Rakhmat Susilo, S.Kep., M.Kep

Penguji 3 : Ns. Dedy Purwito, S.Kep. M.Sc., Ph.D

Ditetapkan di : Purwokerto

Tanggal : 3 Februari 2020

Mengetahui

Dekan FIKES

Dr. Ns. Hj. Umi Solikhah, S.Pd., M.Kep.

NIK : 2160188

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rizka Maisharoh
NIM : 1611020165
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto,

menyatakan dengan sebesar-besarnya bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar serta bukan hasil penjiplakan dari karya orang lain.

Demikian pertanyaan ini saya buat dan apabila kelak dikemudian hari terbukti ada unsur penjiplakan, saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Purwokerto, 3 Februari 2020

Yang membuat pernyataan



Rizka Maisharoh

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Muhammadiyah Purwokerto dan demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rizka Maisharoh
NIM : 1611020165
Program Studi : Keperawatan S1
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto
Jenis Karya : Skripsi

Menyetujui untuk memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non exclusive Royalty-Free Right*) kepada Universitas Muhammadiyah Purwokerto atas karya ilmiah saya yang berjudul :

Faktor – Faktor yang mempengaruhi Kejadian Insomnia pada Lansia di wilayah kerja Puskesmas Patikraja Kabupaten Banyumas.

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non eksklusif ini Universitas Muhammadiyah Purwokerto berhak menyimpan, mengalihmedia/mengalihformatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya dengan tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Purwokerto

Pada tanggal : 3 Februari 2020

Yang menyatakan,



Rizka Maisharoh

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah robbil 'aalamin, segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Faktor–Faktor yang Mempengaruhi kejadian Insomnia pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Patikraja”. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto. Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit untuk menyelesaikan proposal skripsi ini. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Dr. H. Anjar Nugroho, M.Si., M.H.I selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Purwokerto;
2. Dr. Ns. Hj. Umi Solikhah, S.Pd., M.Kep. selaku Dekan FIKES yang telah memberi berbagai informasi dan bimbingan tentang tata laksana penyusunan skripsi;
3. Ns. Happy Dwi Aprilina, M.Kep., selaku Ketua program studi Ilmu Kesehatan S1 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto;
4. Ns. Dedy Purwito, S.Kep. M.Sc., Ph.D selaku pembimbing yang telah memberi berbagai informasi dan bimbingan tentang tata laksana penyusunan proposal skripsi, yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan dalam penyusunan proposal skripsi ini;
5. Ns. Diah Yulistika H, S.Kep., M.Kep., selaku penguji satu yang telah memberikan berbagai pertanyaan untuk menguji berbagai kelayakan sebagai sarjana ilmu keperawatan;

6. Ns. Rakhmat Susilo, S.Kep., M.Kep., selaku penguji dua yang telah memberikan berbagai pertanyaan untuk menguji berbagai kelayakan sebagai sarjana ilmu keperawatan;
7. Bapak dan ibu serta saudara tercinta yang telah memberikan bantuan dan dukungan baik material maupun moral;

Akhir kata, semoga Allah SWT memberikan balasan atas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu. Amin.

Purwokerto, 3 Februari 2020

Penulis



FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN INSOMNIA PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PATIKRAJA KABUPATEN BANYUMAS

¹Rizka Maisharoh, ²Dedy Purwito

ABSTRAK

Latar Belakang : Proses menua menyebabkan berbagai masalah kesehatan salah satunya gangguan tidur. Insomnia adalah gangguan tidur pada lansia dimana seseorang mengalami kesulitan memulai tidur dan mempertahankan tidur. Lansia berisiko tinggi mengalami insomnia akibat beberapa faktor seperti faktor usia, tingkat pendidikan, tingkat pendapatan, lingkungan, gaya hidup, status pernikahan, penyakit fisik dan faktor psikologis.

Tujuan : Mengetahui hubungan antara umur, tingkat pendidikan, tingkat pendapatan, gaya hidup, faktor psikologi, penyakit fisik, status pernikahan dan lingkungan dengan kejadian insomnia pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Patikraja Kabupaten Banyumas.

Metode : Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode penelitian *cross sectional*. Sampel sebanyak 99 lansia dengan teknik *Cluster Random Sampling*. Analisa data menggunakan statistik *uji chi-square* dan dilanjutkan menggunakan analisa *uji regresi logistik*.

Hasil : Sebagian besar responden adalah kelompok umur usia lanjut dini sebanyak 53 (53,5%), Tingkat pendidikan adalah sekolah dasar sebanyak 66 (66,7%), Tingkat pendapatan adalah <Rp 1.589.000,00 adalah 62 (62,6%), Status pernikahan adalah janda / duda adalah 52 (52,5%), Penyakit fisik adalah 62 (62,6%), Faktor psikologi adalah stress normal 76 (76,8%), Lingkungan nyaman adalah 55 (55,6%), Gaya hidup sehat adalah 52 (52,6%). Gaya Hidup adalah faktor yang paling mempengaruhi kejadian insomnia pada lansia dimana nilai Exp (B) 16,577.

Kesimpulan : Lanjut usia harus memperhatikan pola kebiasaan hidup yang lebih sehat kembali, sehingga dapat mengurangi kejadian terjadinya insomnia

Kata Kunci : Faktor, Insomnia, Lanjut Usia

-
- 1) Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto
 - 2) Dosen Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto

**FACTORS AFFECTING INSOMNIA OCCURENCE IN WORKING AREA
OF PUSKESMAS (PUBLIC HEALTH CENTER) PATIKRAJA
BANYUMAS REGENCY**

³Rizka Maisharoh, ⁴Dedy Purwito

ABSTRACT

Background: Aging process causes many health problems, one of which is a sleeping disorder. Insomnia is an elderly sleeping disorder in which someone suffers difficulty in starting to sleep and maintaining sleep. Elderly has a high risk to suffer from insomnia due to some factors, such as age, educational level, income level, environment, lifestyle, marital status, physical illness, and psychological factors.

Objective: Identifying the correlation among age, educational level, income level, lifestyle, psychological factors, physical illness, marital status, and the environment with insomnia occurrence on elderly in the working area of Puskesmas Patikraja, Banyumas Regency.

Method: This research is a quantitative descriptive research using the cross-sectional method. The sample was 99 elderly taken through cluster random sampling. Data were analysed using the chi-square statistical test and continued with logistic regression test.

Results: Most of the respondents belong to early elderly with 53 respondents (53.5%), the educational level of elementary school with 66 respondents (66.7%), the income level of Rp. 1,589,000.00 with 62 respondents (62.6%), the marital status of widow/ widower with 52 respondents (52.5%), physical illness with 62 respondents (62.6%), psychological factors of normal stress with 76 respondents (76.8%), comfortable environment with 55 respondents (55.6%), healthy lifestyle with 52 respondents (52.6%). Among the result, it is found that lifestyle becomes the most affecting factors of insomnia occurrence on the elderly, in which the value of Exp (B) is 16.577.

Conclusion: Elderly must pay attention to a healthier lifestyle so that they can reduce the risk of insomnia occurrence.

Keywords: Factors, Insomnia, Elderly

³ Student of Nursing Department University Muhammadiyah of Purwokerto

⁴ Lectures of Nursing Department University Muhammadiyah of Purwokerto

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
a. Latar Belakang.....	1
b. Rumusan Masalah.....	8
c. Tujuan Penelitian	8
d. Manfaat Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
a. Hasil Penelitian Terdahulu	10

b. Insomnia	12
c. Lanjut Usia.....	20
d. Faktor Yang Mempengaruhi Insomnia	31
e. Kerangka Teori	36
f. Kerangka Konsep.....	37
g. Hipotesis Penelitian	37

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

a. Desain Penelitian	39
b. Tempat dan Waktu Penelitian.....	39
c. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling	39
d. Variabel Penelitian.....	42
e. Definisi Operasional	43
f. Instrumen Penelitian	44
g. Metode Pengumpulan Data.....	47
h. Validitas dan Reabilitas Instrumen.....	48
i. Pengolahan dan Analisa Data	51
j. Alur Penelitian.....	54
k. Etika Penelitian.....	55

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

a. Hasil Penelitian	58
b. Pembahasan	65
c. Keterbatasan Penelitian	80

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

- a. Kesimpulan 82
- b. Saran 83

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Hasil Penelitian Terdahulu.....	10
Tabel 3.1 Teknik Pengambilan Sampel	41
Tabel 3.2 Definisi Operasional	43
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik responden di wilayah kerja Puskesmas Patikraja Kabupaten Banyumas.....	58
Tabel 4.2 Deskriptive Statistika Variabel Insomnia	60
Tabel 4.3 Tabulasi silang hubungan antara umur, tingkat pendidikan, tingkat pendapatan, status pernikahan, status psikologi, gaya hidup, lingkungan, penyakit fisik dengan kejadian insomnia pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Patikraja.....	61
Tabel 4.4 Hasil analisa regresi logistik	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	36
Gambar 2.2 Kerangka Konsep.....	37



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Persetujuan menjadi Responden
- Lampiran 2 Lembar kuesioner Demografi
- Lampiran 3 Lembar kuesioner PSQI (*The Pittsburgh Sleep Quality Index*)
- Lampiran 4 Lembar keterangan skoring PSQI (*The Pittsburgh Sleep Quality Index*)
- Lampiran 5 Lembar kuesioner DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*)
- Lampiran 6 Lembar kuesioner Gaya Hidup
- Lampiran 7 Lembar kuesioner Lingkungan
- Lampiran 8 Lembar SPSS Univariat, Bivariat dan Multivariat
- Lampiran 9 Surat Persetujuan Ujian Seminar Proposal
- Lampiran 10 Surat Persetujuan Ujian Seminar Hasil Skripsi
- Lampiran 11 Surat Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 12 Surat izin Validitas
- Lampiran 13 Surat izin Penelitian
- Lampiran 14 Surat Selesai Penelitian
- Lampiran 15 Lembar Terjemahan Judul dan Abstrak Skripsi
- Lampiran 16 Dokumtasi penelitian