

ABSTRACT

MEIGI HARUN. Relationship Between Emotional Stress and Sleep Quality on Elderly at LKS.LU Beringin, Gorontalo Regency, Gorontalo Province, supervised by. HAMNA LASANUDIN as chairman and FIRMAWATI as member.

One of the impacts which is often experienced by the elderly is sleep disturbances, including sleep quality. The sleep quality of elderly is influenced by several factors, one of which is emotional stress. The Objective of research was to determine the relationship between emotional stress and quality of sleep on the elderly at the LKS.LU Beringin, Gorontalo Regency. The design uses a cross sectional research design. The population were all elderly at the Lks.Lu Beringin. The sample is 40 respondents. The sampling technique is purposive sampling. The research instrument used a questionnaire. The results showed 23 respondents had high emotional stress with poor sleep quality, while 14 respondents had low emotional stress with good sleep quality and 3 respondents had low emotional stress with poor sleep quality. Conclusion, there is a significant relationship (p value = 0.000) between emotional stress and quality of sleep for the elderly at the LKS.LU Beringin. Suggestions for the management of the orphanage can be used as input material in controlling the emotional stress of the elderly which can cause disturbances in the quality of sleep of the elderly.

Keywords: *Stress, Emotion, Quality, Sleep, Elderly*

ABSTRAK

MEIGI HARUN. Hubungan Antara Stres Emosi Dengan Kualitas Tidur Lansia Di Panti LKS.LU Beringin Kabupaten Gorontalo Provinsi Gorontalo di bimbing oleh. HAMNA LASANUDIN sebagai ketua dan FIRMAWATI sebagai anggota.

Salah satu dampak yang sering dialami oleh lansia adalah adanya gangguan tidur antara lain kualitas tidur. Kualitas tidur lansia dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya stress emosi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara stress emosi dengan kualitas tidur lansia Di Panti LKS.LU Beringin Kabupaten Gorontalo Provinsi Gorontalo. Desain dalam penelitian ini menggunakan desain penelitian *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia di Panti Lks.Lu Beringin Kabupaten Gorontalo Provinsi Gorontalo. Sampel berjumlah 40 responden. Teknik sampling dalam penelitian ini adalah *Purposive Sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden dengan kategori stress emosi tinggi dengan kualitas tidur lansia buruk sebanyak 23 responden, sedangkan stress emosi rendah dengan kualitas tidur baik sebanyak 14 responden dan stress emosi rendah dengan kualitas tidur lansia buruk sebanyak 3 responden. *Kesimpulannya* terdapat adanya hubungan yang bermakna (p value = 0,000) antara stress emosi dengan kualitas tidur lansia Di Panti LKS.LU Beringin Kabupaten Gorontalo Provinsi Gorontalo. *Saran* bagi pihak pengelola panti Dapat menjadi sebagai bahan masukan dalam mengontrol stress emosi lansia yang dapat menyebabkan gangguan pada kualitas tidur lansia.

Kata Kunci : *Stres, Emosi, Kualitas, Tidur, Lansia*