ABSTRACT

SITI RAHMATIA HASAN. Factors related to sleep disorders (insomnia) in the elderly in Talumopatu Village, Tapa District, Bone Bolango Regency. Supervised by HAMNA VONNY LASANUDDIN as the first supervisor and SABIRIN B. SYUKUR as the second supervisor.

Background: Sleep disorders or commonly called insomnia are conditions where a person has difficulty getting enough sleep both in quality and quantity. Insomnia in the elderly is caused by several factors, namely health status factors, use of drugs, environmental conditions, stress, psychology, diet/nutrition, lifestyle that can cause insomnia in the elderly. Objective: This study aims to determine the factors related to sleep disorders (insomnia) in the elderly in Talumopatu Village. Method: The research design used in this study was Cross-sectional with an analytical survey approach, the number of samples used was 35 respondents with purposive sampling. Results: The results of the study showed that the stress category without insomnia amounted to 7 respondents (20%) with a Pvalue = 0.004 <0.05 and the comfortable environment category without insomnia amounted to 11 respondents (31.4%) with a Pvalue = 0.003 <0.05. Conclusion: There is a relationship between stress and environmental factors on insomnia in the elderly in Talumopatu Village, Tapa District, Bonebolango Regency. Suggestion: For families and surrounding communities, it is hoped that they can increase their support for the elderly to maintain a healthy lifestyle and routinely check themselves at the elderly posyandu and other health services.

Keywords: Insomnia, Stress, Environment

ABSTRAK

SITI RAHMATIA HASAN. Faktor-faktor berhubungan dengan gangguan tidur (insomnia) pada lansia di desa talumopatu kecamatan tapa kabupaten bone bolango. Di Bimbing oleh HAMNA VONNY LASANUDDIN sebagai ketua dan SABIRIN B. SYUKUR sebagai anggota.

Latar belakang: Gangguan tidur atau biasa disebut dengan insomnia adalah kondisi dimana seseorang mengalami kesulitan untuk mendapatkan tidur yang cukup baik secara kualitas maupun kuantitas. Insomnia pada lansia di sebabkan oleh beberapa faktor yakni faktor status kesehatan, penggunaan obat-obatan, kondisi lingkungan, stres, psokologis, diet/nutrisi, gaya hidup yang dapat menyebabkan insomnia pada usia lanjut. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan gangguan tidur (insomnia) pada lansia di desa talumopatu. Metode: Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Cross sectional* dengan pendekatan survei analitik, jumlah sampel yang digunakan sebanyak 35 responden dengan purposive sampling. Hasil: Hasil penelitian menunjukan stres kategori tidak insomnia berjumlah 7 responden (20%) dengan nilai Pvalue= 0,004<0,05 dan lingkungan kategori nyaman tidak insomnia berjumlah 11 responden (31,4%) dengan nilai Pvalue=0,003<0,05. Kesimpulan: Terdapat hubungan antara faktor stres dan lingkungan terhadap insomnia pada lansia di desa talumopatu kecamatan tapa kabupaten bonebolango Saran: Bagi keluarga dan masyarakat sekitar diharapkan dapat meningkatkan dukungan mereka terhadap lansia untuk mempertahankan gaya hidup sehat dan rutin memeriksakan diri di posyandu lansia serta layanan kesehatan lainya.

Kata kunci: Insomnia, Stres, Lingkungan