

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN TERHADAP KEJADIAN
INSOMNIA PADA LANSIA RW 11 KELURAHAN CAWANG
TAHUN 2022**

SKRIPSI

Oleh

TESA RAHAYU ARUNG TIKU

1761050163



**PROGAM STUDI PENDIDIKAN SARJANA KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
JAKARTA
2022**

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN TERHADAP KEJADIAN
INSOMNIA PADA LANSIA RW 11 KELURAHAN CAWANG
TAHUN 2022**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana
Kedokteran (S.Ked) Pada Program Studi Pendidikan Sarjana Kedokteran
Universitas Kristen Indonesia

Oleh

TESA RAHAYU ARUNG TIKU
1761050163



**PROGAM STUDI PENDIDIKAN SARJANA KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
JAKARTA
2022**



PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TUGAS AKHIR

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tesa Rahayu Arung Tiku
Nim : 1761050163
Program Studi : Pendidikan Sarjana Kedokteran
Fakultas : Fakultas Kedokteran

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis tugas akhir yang berjudul "HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN TERHADAP KEJADIAN INSOMNIA PADA LANSIA RW. 11 KELURAHAN CAWANG TAHUN 2022" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan sendiri dengan hasil kuliah, tinjauan lapangan, buku-buku dan jurnal acuan yang tertera di dalam referensi pada karya tugas akhir saya.
2. Bukan merupakan duplikasi karya tulis yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar sarjana di universitas lain, kecuali pada bagian-bagian sumber informasi yang dicantumkan dengan cara referensi yang semestinya.
3. Bukan merupakan karya terjemahan dari kumpulan buku atau jurnal acuan yang tertera di dalam referensi pada tugas.

Kalau terbukti saya tidak memenuhi apa yang dinyatakan di atas, maka karya tugas akhir ini dianggap batal.

Jakarta, 11 Juli 2022



Tesa Rahayu Arung Tiku



**UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
FAKULTAS KEDOKTERAN**

**PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING
HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN TERHADAP
KEJADIAN INSOMNIA PADA LANSIA RW. 11
KELURAHAN CAWANG TAHUN 2022**

Oleh :

Nama : Tesa Rahayu Arung Tiku
Nim : 1761050163
Program Studi : Pendidikan Sarjana Kedokteran

telah diperiksa dan disetujui untuk diajukan dan dipertahankan dalam Sidang Tugas Akhir guna mencapai gelar Sarjana Strata Satu/ pada program studi Pendidikan Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Indonesia.

Jakarta, 11 Juli 2022

Menyetujui:

Pembimbing

dr. Luana Nantingkaseh Achmad, Sp.KJ
NIDN: 0326045801

Ketua Progam Studi Pendidikan
Sarjana Kedokteran

dr. Yusias Hikmat Diani, M.Kes
NIDN: 032305732

Dekan

Dr. dr. Robert Hotman Sirait, Sp.An
NIDN: 0301106203



**UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
FAKULTAS KEDOKTERAN**

PERSETUJUAN TIM PENGUJI TUGAS AKHIR

Pada 11 Juli 2022 telah diselenggarakan Sidang Tugas Akhir untuk memenuhi sebagai persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana Strata Satu pada Program Studi Pendidikan Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Indonesia, atas

Nama : Tesa Rahayu Arung Tiku
Nim : 1761050163
Program Studi : Pendidikan Sarjana
Fakultas : Kedokteran

termasuk ujian Tugas Akhir yang berjudul "HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN TERHADAP KEJADIAN INSOMNIA PADA LANSIA RW. 11 KELURAHAN CAWANG TAHUN 2022" oleh tim penguji yang terdiri dari:

Nama Penguji	Jabatan dalam Tim Penguji	Tanda Tangan
dr. Yunita R.M.B. Sitompul, MKK., Sp.OK	Sebagai Dosen Penguji	

Jakarta, 11 Juli 2022



Pernyataan dan Persetujuan Publikasi Tugas Akhir

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tesa Rahayu Arung Tiku
Nim : 1761050163
Program Studi : Pendidikan Sarjana
Fakultas : Fakultas Kedokteran
Jenis Tugas : Skripsi
Judul : Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Kejadian
Insomnia pada Lansia RW. 11 Kelurahan Cawang
Tahun 2022

Menyatakan bahwa:

1. Tugas akhir tersebut adalah benar karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan bukan merupakan duplikasi karya tulis yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar akademik di perguruan tinggi manapun;
2. Tugas akhir tersebut bukan merupakan plagiat dari hasil karya pihak lain, dan apabila saya/kami mengutip dari karya orang lain maka akan dicantumkan sebagai referensi sesuai dengan ketentuan yang berlaku;
3. Saya memberikan Hak Noneksklusif Tanpa Royalti kepada Universitas Kristen Indonesia yang berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilih hak cipta.

Apabila di kemudian hari ditemukan pelanggaran Hak Cipta dan Kekayaan Intelektual atau Peraturan Perundangan-undangan Republik Indonesia lainnya dan integritas akademik dalam karya saya tersebut, maka saya bersedia menanggung secara pribadi segala bentuk tuntutan hukum dan sanksi akademis yang timbul serta membebaskan Universitas Kristen Indonesia dari segala tuntutan hukum yang berlaku.

Dibuat di Jakarta,
Pada 11 Juli 2022
Yang menyatakan



Tesa Rahayu Arung Tiku

KATA PENGANTAR

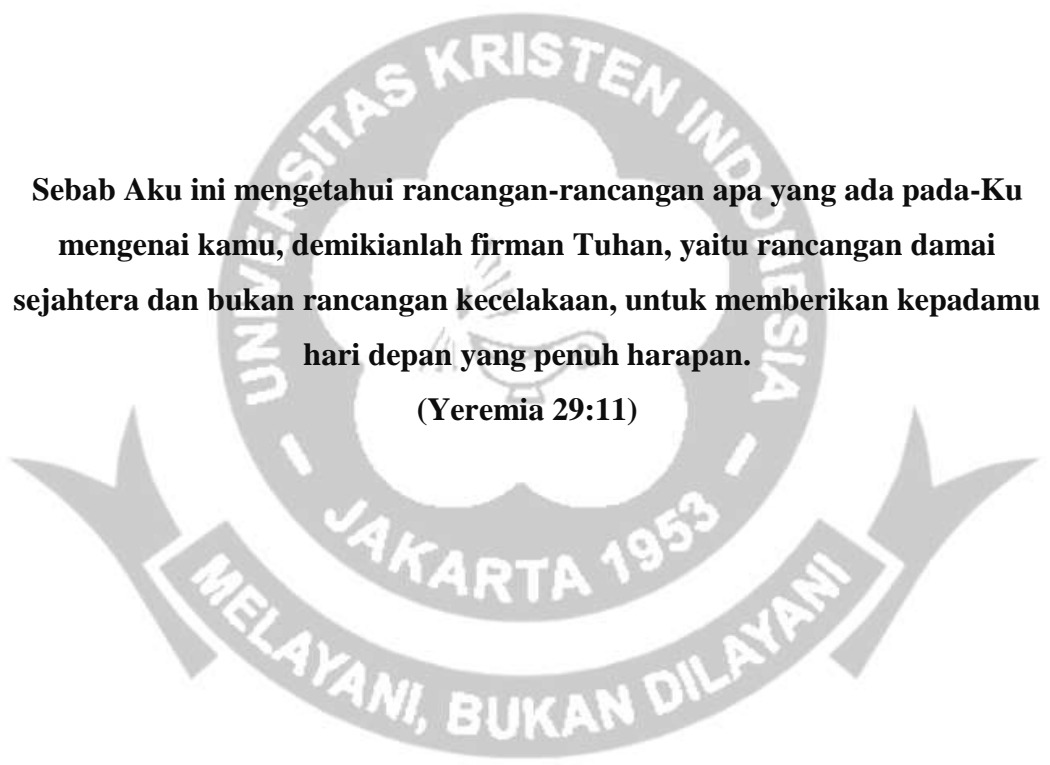
Dengan kerendahan hati penulis memanjatkan puji dan syukur kepada Tuhan Yesus Kristus yang telah memberikan hikmat pengetahuan sehingga skripsi dengan judul “Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Kejadian Insomnia Pada Lansia RW 11 Kelurahan Cawang Tahun 2022” dapat diselesaikan penulis dengan baik. Skripsi ini dibuat dalam rangka pemenuhan salah satu syarat untuk mencapai gelar sarjana kedokteran pada Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia. Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna yang disebabkan karena adanya keterbatasan dari penulis, dalam menulis tidak sedikit kendala yang dihadapi namun karena bantuan, dan bimbingan dari berbagai pihak maka penulisan skripsi ini terselesaikan. Oleh karena itu, Penulis mengucapkan rasa terimakasih kepada:

1. Kedua orang tua yang selalu mendoakan dan memberikan dukungan kepada penulis.
2. Dr. Dhaniswara K. Hardjono, S.H., M.H., M.B.A selaku Rektor Universitas Kristen Indonesia
3. Dr. dr. Robert Hotman Sirait, Sp.An selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia
4. dr. Yusias Hikmat Diani, M.Kes selaku Ketua Program Studi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia
5. DR. Muhammad Alfarabi, SSi.MSI selaku Ketua Tim Skripsi beserta seluruh tim skripsi
6. dr. Luana Nantingkaseh Achmad, Sp.KJ selaku pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing serta memberikan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
7. dr. Yunita R.M.B. Sitompul, MKK., Sp.Ok selaku penguji yang telah meluangkan waktunya untuk menguji, memberikan masukan, dan arahan kepada saya sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.

8. dr. Bambang Suprayogi Resi Utomo, Sp.THT-KL selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah membimbing penulis dari awal perkuliahan di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia
9. Ketua RW 11 kelurahan Cawang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melakukan Penelitian di RW 11 Kelurahan Cawang
10. Kader Jumantik RW.11 Yang telah membantu penulis bertemu dengan Responden
11. Kakak dan adik saya, kak Lexy, kak Mega, kak Nela, kak Nuel, adek Ekki, adek Ratu yang selalu mendokan ,memberi nasihat dan dukungan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini
12. Teman-teman saya Rai Yuliana, Yulianita ,Kharisa, Kristin dan Wira selaku partner penulis yang selalu sedia memberikan support kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini
13. Semua pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah membantu penulis menyelesaikan penulisan skripsi ini.

Akhir kata penulis berharap semoga Tuhan Yesus Kristus membalas semua kebaikan yang telah membantu. semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dalam pengembangan ilmu kedokteran.

Jakarta, 11 Juli 2022



**Sebab Aku ini mengetahui rancangan-rancangan apa yang ada pada-Ku mengenai kamu, demikianlah firman Tuhan, yaitu rancangan damai sejahtera dan bukan rancangan kecelakaan, untuk memberikan kepadamu hari depan yang penuh harapan.
(Yeremia 29:11)**

DAFTAR ISI

	Halaman
PERNYATAAN KEASLIAN	i
HALAMAN PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI.....	iii
HALMAAN PERNYATAAN PUBLIK	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR BAGAN.....	xii
DAFTAR SINGKATAN	xiii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT	xv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1.Latar Belakang	1
1.2.Rumusan Masalah	2
1.3.Tujuan Penelitian	2
1.3.1. Tujuan umum	2
1.3.2. Tujuan khusus	2
1.4.Manfaat Penelitian	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1. Lanjut Usia	4
2.1.1. Definisi lanjut usia	4
2.2. Tidur	4
2.2.1. Definisi Tidur	4
2.2.2. Kebutuhan Tidur	4
2.2.3. Fisiologi Tidur	5

2.3. Insomnia	6
2.3.1. Definisi Insomnia	6
2.3.2. Faktor Penyebab Insomnia	6
2.3.3. Patofisiologi Insomnia	8
2.3.4. Klasifikasi Insomnia	9
2.4. Kecemasan	10
2.4.1. Definisi Kecemasan	10
2.4.2. Jenis Kecemasan	10
2.4.3. Gejala Kecemasan	11
2.4.4. Faktor Kecemasan	11
2.4.5. Tingkat Kecemasan	12
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
3.1. Desain Penelitian	15
3.2. Lokasi dan Waktu Penelitian	15
3.2.1. Lokasi Penelitian.....	15
3.2.2. Waktu Penelitian.....	15
3.3. Populasi dan Sampel	15
3.3.1. Populasi Penelitian.....	15
3.3.2. Sampel Penelitian.....	15
3.4. Kriteria inklusi dan kriteria eksklusi	16
3.4.1. Kriteria Inklusi	16
3.4.2. Kriteria Eksklusi	16
3.5. Variabel Penelitian	16
3.5.1. Variabel Independen	16
3.5.2. Variabel Dependen.....	16
3.6. Kerangka Konsep	17
3.7. Definisi Operasional	18
3.8. Instrumen Penelitian	19
3.9. Alur Penelitian	20

3.10. Pengolahan dan Analisis Data.....	21
3.11. Penyajian Data	22

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Hasil Penelitian	23
4.1.1. Hasil Penelitian Univariat	23
4.1.2. Hasil Penelitian Bivariat	26
4.2. Pembahasan	28

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan	31
5.2. Saran	31

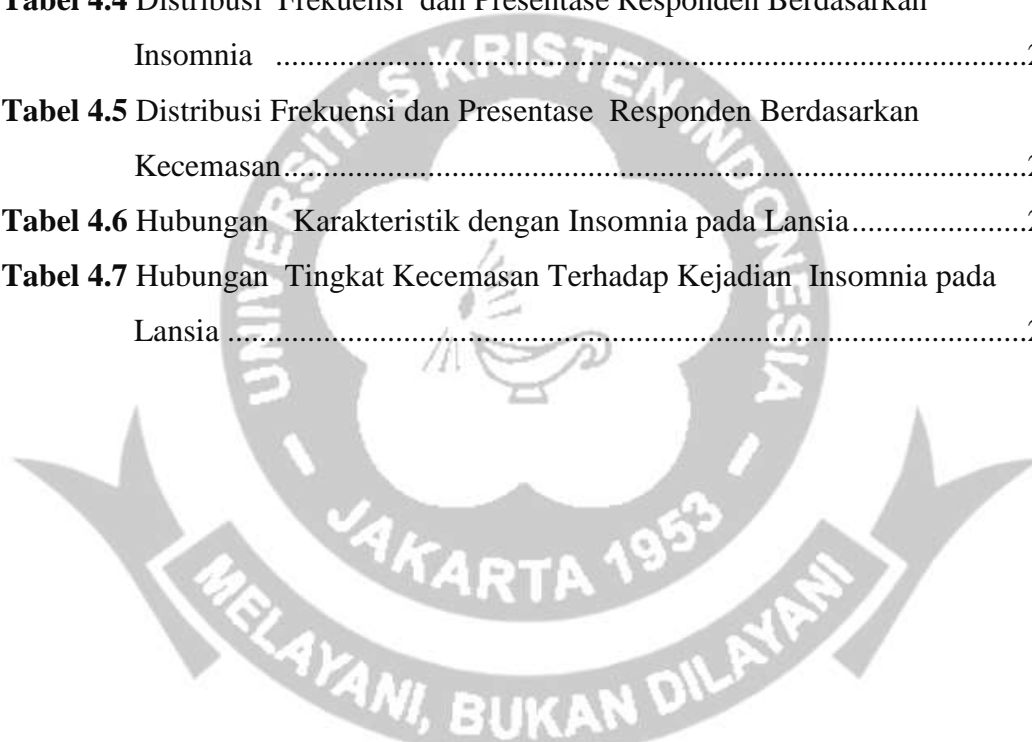
DAFTAR PUSTAKA	32
-----------------------------	----

LAMPIRAN	35
-----------------------	----



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Oprasional	18
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi dan Presentase Responden Berdasarkan Usia.....	23
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi dan Presentase Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	24
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi dan Presentase Responden Berdasarkan Pendidikan	24
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi dan Presentase Responden Berdasarkan Insomnia	25
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi dan Presentase Responden Berdasarkan Kecemasan.....	25
Tabel 4.6 Hubungan Karakteristik dengan Insomnia pada Lansia.....	26
Tabel 4.7 Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Kejadian Insomnia pada Lansia	27



DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1. Kerangka Teori	14
Bagan 3.1. Kerangka Konsep	17



DAFTAR SINGKATAN

NREM	: <i>Non-Rapid Eye Movement</i>
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
EEG	: <i>Electroencefalogram</i>
HPA	: <i>Hypothalamic Pituitary Adrenal</i>
CRH	: <i>Corticotrophin Releasing Hormone</i>
ACTH	: <i>Adreno cortico tropic hormone</i>
EKG	: <i>Elektrokardiogram</i>
PET	: <i>Positron Emission Tomography</i>
ZSAS	: <i>Zung self- Rating Anxiety Scale</i>
ISQ	: <i>Insomnia Symptom Questionnaire</i>
RLS	: <i>Restless Legs Syndrome</i>
OSA	: <i>Obstructive Sleep Apnea</i>
SCN	: <i>Nukleus suprachiasmatic</i>



ABSTRAK

Lanjut usia merupakan individu yang berumur 60 tahun keatas yang sudah mengalami proses menua yang bisa menimbulkan masalah sosial, ekonomi, fisik, dan psikologi. Insomnia merupakan penyakit umum yang ditemukan pada lansia salah satu penyebab dari insomnia ialah kecemasan. Tujuan dilakukannya penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan terhadap kejadian insomnia pada lansia menggunakan desain penelitian deskriptif korelatif dengan pendekatan cross sectional. Data penelitian ini diperoleh dengan membagikan kuesioner kepada 72 responden. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan responden terbanyak berusia 75 tahun kebawa sebanyak 57 (79,2 %) responden. Responden perempuan 36 (50,0%) responden dan laki-laki 36 responden (50,0%). Pendidikan akhir terbanyak pada SD yakni sejumlah 45 (62,5%), responden yang mengalami insomnia sebanyak 38 (52,8%) responden yang mengalami kecemasan sebanyak 40 (55,6%). Berdasarkan hasil yang diperoleh pada karakteristik umur dengan hasil uji Chi-Square diperoleh $p=0,090$ ($p>0,05$), tidak ada hubungan bermakna antara usia dengan kejadian insomnia di RW 11 kelurahan Cawang, pada jenis kelamin ditemukan hubungan terhadap jenis kelamin dengan kejadian insomnia dengan hasil uji Chi-Square diperoleh $p=0,000$ ($p<0,05$). Pada Pendidikan tidak ditemukan hubungan yang bermakna karena hasil uji Chi-Square diperoleh $p= 0,514$ ($p>0,05$), pada tingkat kecemasan dengan kejadian insomnia ditemukan hubungan yang bermakna dengan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$).

Kata Kunci : insomnia , kecemasan

ABSTRACT

Elderly are individuals aged 60 years and over who have experienced the aging process which can cause social, economic, physical, and psychological problems. Insomnia is a common disease found in the elderly, one of the causes of insomnia is anxiety. The purpose of this study was to determine the relationship between anxiety levels and the incidence of insomnia in the elderly using a descriptive correlative research design with a cross-sectional approach. Based on the result of the study, the majority of respondents aged 75 years and under were 57 (79.2%) respondents. Female 36 respondents (50.0%) and 36 Male respondents (50.0%). Most final education was in elementary school, namely 45 (62.5%), respondents who experienced insomnia were 38 (52.8%) respondents who experienced anxiety were 40 (55.6%). with the results of the Chi-Square test obtained 0,090 ($p > 0,05$), there is no significant relationship between age and the incidence of insomnia in Hamlet 11, Cawang sub-district, for gender, there is a relationship between sex and the incidence of insomnia with the Chi-Square test results obtained $p = 0,000$ ($p < 0,05$) In education, no significant relationship was found because the Chi-Square test results obtained $p = 0,514$ ($p > 0,05$), on the level of anxiety with the incidence of insomnia found a significant relationship with $p = 0.000$ ($p < 0.05$).

Keywords: *insomnia, anxiety*

