

SKRIPSI

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN POLA TIDUR PADA LANSIA DI DESA TANJUNG SELAMAT KECAMATAN MEDAN SUNGGAL TAHUN 2023



**ELSIN ROY S.SAGALA
NIM : P07520219016**

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
PRODI SARJANA TERAPAN JURUSAN KEPERAWATAN
TAHUN 2023**

THESIS

CORRELATION OF ANXIETY LEVELS WITH SLEEP PATTERNS IN THE ELDERLY IN TANJUNG SELAMAT VILLAGE OF MEDAN SUNGGAH SUB DISTRICT IN 2023.



ELSIN ROY S.SAGALA
NIM : P07520219016

MEDAN MINISTRY OF HEALTH POLYTECHNIC
APPLIED GRADUATE PRODUCT, NURSING DEPARTMENT
YEAR 2023

SKRIPSI

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN POLA TIDUR
PADA LANSIA DI DESA TANJUNG SELAMAT
KECAMATAN MEDAN SUNGGAL
TAHUN 2023**

Sebagai Syarat Menyelesaikan Pendidikan Program Studi
Sarjana Terapan Keperawatan



**ELSIN ROY S.SAGALA
NIM : P07520219016**

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
PRODI SARJANA TERAPAN JURUSAN KEPERAWATAN
TAHUN 2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

**JUDUL : HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN POLA TIDUR
PADA LANSIA DI DESA TANJUNG SELAMAT KECAMATAN
MEDAN SUNGGAL TAHUN 2023.**

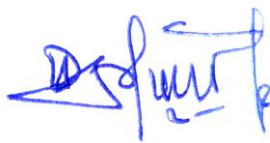
NAMA : ELSIN ROY S.SAGALA

NIM : P07520219016

Telah Diterima Dan Disetujui Untuk Diseminarkan Dihadapan Penguji
Medan, Juni 2023

Menyetujui

Pembimbing I



Dina YUSDIANA, S.Kep, Ns, M.Kes
NIP: 197606241998032001

Pembimbing II



Dra. Indrawati, S.Kep, Ns, M.Psi
NIP: 196310061983122001

Ketua Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



Suriani Br Ginting, S.St, S.Pd S.Kep, Ns, M.Kep
NIP: 196810211994032005

LEMBAR PENGESAHAN

**JUDUL : HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN POLA TIDUR
PADA LANSIA DI DESA TANJUNG SELAMAT KECAMATAN
MEDAN SUNGGAL TAHUN 2023.**

NAMA : ELSIN ROY S.SAGALA

NIM : P07520219016

Skripsi Ini Telah Diuji Pada Sidang Ujian Akhir Program
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan
Tahun 2023

Penguji I



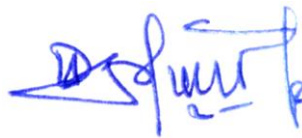
Johani Dewita Nasution, SKM, M.Kes
NIP: 196505121990032001

Penguji II



Endang Susilawati, SKM, M.Kes
NIP: 196609231997032001

Ketua Penguji



Dina Yusdiana, S.Kep, Ns, M.Kes
NIP: 197606241998032001

Ketua Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



Suriani Br Ginting, S.St, S.Pd S.Kep, Ns, M.Kep
NIP: 1968102119940320

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RI MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN PRODI SARJANA TERAPAN
SKRIPSI, JULI 2023**

**Elsin Roy S.Sagala
P07520217016**

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN POLA TIDUR PADA LANSIA
DI DESA TANJUNG SELAMAT KECAMATAN MEDAN SUNGGAL TAHUN
2023.**

iii + 50 Halaman + 9 Tabel + 1 Gambar + 11 Lampiran

ABSTRAK

Pada lansia terjadinya perubahan fisiologis maupun psikososial akan membawa banyak menghadapi berbagai masalah kesehatan yang perlu penanganan segera dan terintegrasi. Masalah kesehatan jiwa yang sering terjadi pada lansia adalah kecemasan, depresi, insomnia, paranoid dan demensia (Julianti H dkk, 2021). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur Pada Lansia Di Desa Tanjung Selamat Kecamatan Medan Sunggal Tahun 2023. Penelitian ini dilaksanakan di posbindu Desa Tanjung Selamat Kecamatan Medan Sunggal Tahun 2023 menggunakan metode kuantitatif dengan desain deskriptif korelasi dan pendekatan *cross-sectional*. Jumlah populasi sebanyak 155 dan sample 44 orang. Cara pengambilan sample dengan teknik *purposive sampling* sesuai kriteria inklusi yaitu lansia berusia diatas 45 tahun. Data diambil menggunakan kuesioner HAM-A dan PSQI dengan dianalisis menggunakan uji statistik spearman's rho dengan derajat bermakna ≤ 0.05 . Setelah dilakukan penelitian didapatkan dari 44 responden, mayoritas responden memiliki kecemasan berat sebanyak 19 orang (43,2%) dan mayoritas responden memiliki pola tidur buruk 35 orang (79,5%). Analisa menggunakan uji spearman's rho diperoleh nilai p value : $0,00 < 0,05$ dengan $r = 0,677$. Artinya hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan ada hubungan bermakna yang kategori kuat antara tingkat kecemasan dengan pola tidur pada lansia di Desa Tanjung Selamat Kecamatan Medan Sunggal Tahun 2023. Dari hasil penelitian diharapkan lansia lebih peduli dalam menjaga kesehatan tubuh, mengurangi kecemasan, memperbaiki gejala dan memperkuat mekanisme coping dan melatih membiasakan diri untuk tidur lebih teratur.

Kata kunci : Lansia, Kecemasan, Pola Tidur.

**MEDAN HEALTH POLYTECHNIC OF MINISTRY OF HEALTH
DEPARTMENT OF NURSING
SCIENTIFIC WRITING, JULY 2023**

**ELSIN ROY S.SAGALA
P07520217016**

**CORRELATION OF ANXIETY LEVELS WITH SLEEP PATTERNS IN THE
ELDERLY IN TANJUNG SELAMAT VILLAGE OF MEDAN SUNGGAL SUB
DISTRICT IN 2023.**

III + 50 PAGES + 9 TABLE + 1 FIGURE + 11 APPENDIX

ABSTRACT

In the elderly the occurrence of physiological and psychosocial changes will bring a lot to face a lot of health problems that need immediate and integrated treatment. Mental health problems that often occur in the elderly are anxiety, depression, insomnia, paranoid and dementia (Julianti H et al, 2021). The purpose of this study was to identify the correlation of anxiety levels with sleep patterns in the elderly in Tanjung Selamat Village, Medan Sunggal Sub District in 2023. This study was conducted in *Posbindu*, Tanjung Selamat Village, Medan Sunggal Sub District in 2023 using quantitative methods with descriptive design and cross-sectional approaches. The population was 155 and 44 samples. How to take samples with purposive sampling techniques according to inclusion criteria, namely the elderly aged over 45 years. Data was taken using the HAM-A and PSQI questionnaires analyzed using the Spearman's RHO statistical test with a significant degree ≤ 0.05 . After the study was obtained from 44 respondents, the majority of respondents had a weight anxiety of 19 people (43.2%) and the majority of respondents had a bad sleep pattern of 35 people (79.5%). Analysis using the Spearman's RHO test obtained P value: $0.00 < 0.05$ with $r = 0.677$. This means that hypothesis is accepted. This showed that there was a significant correlation that is a strong category between the level of anxiety and sleep patterns in the elderly in Tanjung Selamat Village, Medan Sunggal Sub District in 2023. From the results of the study it is expected that the elderly are more concerned in maintaining health, reducing anxiety, improving symptoms and strengthening coping mechanisms and training Getting used to sleep more regularly.

Keywords: Elderly, Anxiety, Sleep Patterns.



KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa berkat rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini yang berjudul **“Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur Pada Lansia Di Desa Tanjung Selamat Kecamatan Medan Sunggal Tahun 2023”**. Skripsi ini di tulis sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi di Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan.

Penulis menyadari dalam proses penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan dan dukungan dari banyak pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada :

1. Ibu RR.Sri Arini Winarti Rinawati, SKM.,M.Kep selaku direktur Poltekes Kemenkes RI medan.
2. Ibu Suriani Br Ginting, S.St, S.Pd S.Kep, Ns, M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekes Kemenkes RI medan.
3. Ibu Dr.Risma D.Manurung, S.Kep, Ns, M.Biomed selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekes Kemenkes RI medan.
4. Ibu Dina Yusdiana, S.Kep, Ns, M.Kes selaku pembimbing I dan Ibu Dra. Indrawati, S.Kep, Ns, M.Psi selaku pembimbing II yang telah bersedia memberikan waktunya, tenaga dan pikiran untuk membimbing, masukan koreksi dan saran sehingga terwujudnya skripsi ini.
5. Ibu Johani Dewita Nasution, SKM, M.Kes selaku penguji I dan Ibu Endang Susilawati, SKM, M.Kes selaku penguji II.
6. Seluruh dosen dan staf pengajar Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekes Kemenkes RI medan.
7. Kedua orang hebat di hidup saya, Ayahanda Joel Sagala dan Ibunda Shinta Maria Naibaho. Terima kasih banyak atas kasih sayang, perhatian, nasihat, doa, kesabaran serta segala pengorbanan yang sangat luar biasa dalam setiap langkah hidup saya, yang sangatlah anugrah terbesar dalam hidup saya. Terimakasih karena selalu menjaga penulis di dalam doa-doanya dan selalu mendorong penulis mengejar impiannya apapun itu. Semoga saya bisa anak yang selalu dibanggakan dan membanggakan.

8. Untuk teristimewa saudara kandung penulis yaitu: Anro Seyunus Sagala, Desi Triana Sagala dan Doa Maringan Sagala saya mengucapkan terima kasih banyak sudah menemani dan *mensupport* saya, selalu sabar dan selalu memberikan motivasi bagi saya dengan melewati suka maupun duka. Terima kasih atas dukungan kalian selama ini terhadap saya untuk meraih cita cita saya. Semoga kita sukses dan apa yang menjadi tujuan serta harapan kita diawal untuk membanggakan dan mengangkat derajat orangtua yang kita cintai terwujud amin. Doa kita saling menguatkan.
9. Untuk teman spesial Edi Irwanto Saragi S.P yang telah kebersamai penulis pada hari-hari yang tidak mudah. Terima kasih telah menjadi sosok rumah hingga sekarang ini. Tetap kebersamai dan tabah sampai akhir.
10. Untuk sahabat tersayang Descia dan Eka tempat berbagi cerita saling mendukung serta teman-teman seangkatan Program Studi S.Tr Keperawatan Poltekkes Kemenkes RI medan tahun 2019 yang telah mengalami suka dan duka sejak awal kuliah.
11. Seluruh pihak yang membantu dan memberikan dukungan yang tidak dapat disebutkan satu persatu, peneliti ucapkan terima kasih tidak terhingga.
12. Terakhir, diri saya sendiri Elsin Roy S.Sagala atas segala perjuangan, kerja keras dan semangatnya dalam berjuang hingga bisa sampai pada tahap ini. Semoga saya selalu tetap rendah hati, karena ini baru awal dari semuanya, masih banyak tahap untuk menjadi seorang perawat yang hebat dan sukses. Semoga langkah selanjutnya dipermudah. Terima kasih!

Penulis menyadari bahwa laporan penelitian ini masih jauh dari sempurna, maka dari itu penulis dengan senang hati menerima kritik dan saran yang membangun bagi penelitian ini. Semoga laporan penelitian ini dapat bermanfaat bagi penulis maupun masyarakat.

Medan, Juni 2023



Elsin Roy S.Sagala
NIM:P07520219016

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
ABSTRAK	III
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan penelitian	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	5
D. Manfaat penelitian	5
1. Manfaat Praktis	5
2. Manfaat Akademis	5
BAB II TINJAUAN TEORI	7
A. Konsep Dasar lansia	7
1. Pengertian Lanjut Usia	7
2. Batasan-Batasan Lanjut Usia	7
3. Tipe-Tipe Lanjut Usia	8
4. Proses Menua (<i>Aging Proses</i>)	9
5. Teori Proses Menua	10
6. Dampak Kemunduran Pada Lansia	12
7. Penyakit Umum Pada Lansia	14
B. Konsep Dasar Kecemasan	14
1. Pengertian Kecemasan	14
2. Jenis-Jenis Kecemasan	15
3. Penyebab Kecemasan	16
4. Tanda dan Gejala Klinis Kecemasan	17

5. Level Kecemasan.....	19
6. Pengukuran Tingkat Kecemasan.....	23
C. Konsep Tidur	24
1. Pengertian Tidur.....	24
2. Jenis-Jenis Tidur	25
3. Pola Tidur Berdasarkan Tingkat Perkembangan Usia	27
4. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Istirahat Tidur.....	29
5. Gangguan-Gangguan Tidur.....	30
6. Pengkajian Kebutuhan Istirahat dan Tidur	30
7. Pengukuran Kualitas Tidur	31
D. Kerangka Konsep	33
E. Defenisi Operasional	33
F. Hipotesis.....	34
BAB III METODE PENELITIAN.....	35
A. Desain dan Jenis Penelitian.....	35
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	35
C. Populasi dan Sample Penelitian	35
1. Populasi Penelitian	35
2. Sample Penelitian.....	35
D. Jenis dan Cara Pengumpula Data	37
1. Jenis Pengumpula Data.....	37
2. Cara Pengumpula Data	37
E. Pengolahan dan Analisa Data	39
1. Pengolahan	39
2. Analisa Data.....	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	41
A. Hasil Penelitian	41
1. Karakteristik Umum Responden	41
2. Analisis Univarit	42
a. Data Distribusi Sampel Berdasarkan Tingkat Kecemasan Pada Lansia	42
b. Data Distribusi Sampel Berdasarkan Pola Tidur Pada Lansia	42
3. Analisis Bivariat.....	43

B. Pembahasan	44
1. Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Desa Tanjung Selamat Kecamatan Medan Sunggal Tahun 2023.....	44
2. Pola Tidur Pada Lansia Di Desa Tanjung Selamat Kecamatan Medan Sunggal Tahun 2023.....	45
3. Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur Pada Lansia Di Desa Tanjung Selamat Kecamatan Medan Sunggal Tahun 2023.....	47
Bab V Kesimpulan Dan Saran.....	49
A. Kesimpulan	49
B. Saran	49
DAFTAR PUSTAKA.....	51
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tingkat Kecemasan	20
Tabel 2.2 Tingkat Kecemasan Yang Diadopsi Dari Peplau	22
Tabel 2.3 Kategori Tingkat Kecemasan.....	24
Tabel 2.4 Pola Tidur Normal Berdasarkan Tingkat Perkembangan/Usia ...	28
Tabel 2.5 Defenisi Operasional	33
Tabel 4.1 Karakteristik Umum Responden.....	41
Tabel 4.2 Data Distribusi Sampel Berdasarkan Tingkat Kecemasan Pada Lansia	42
Tabel 4.3 Data Distribusi Sampel Berdasarkan Pola Tidur Pada Lansia....	42
Tabel 4.4 Menganalisis Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur Pada Lansia Di Desa Tanjung Selamat Kecamatan Medan Sunggal Tahun 2023.....	43

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konsep Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur Pada Lansia di Desa Tanjung Selamat Tahun 2023.....	33
--	-----------

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1** Surat Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 2** Surat Izin Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 3** Surat Persetujuan Kepk Tentang Pelaksanaan Penelitian Bidang Kesehatan
- Lampiran 4** Kuesioner Penelitian
1. Lembar *Informed*
 2. Lembar *Consent*
 3. Karakteristik Responden
 4. Kuesioner Tingkat Kecemasan: *Hamiltio Anxiety Rating Scale (HAM-A)*
 5. Kuesioner Pengkajian Pola Tidur *The Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)*.
 6. Keterangan Cara Skoring PSQI
- Lampiran 5** Master Tabel
- Lampiran 6** Hasil Analisa Statistik
1. Hasil Analisa Statistik Data Umum Karakteristik Responden
 2. Hasil Analisa Statistik Data Khusus
 3. Hasil Uji Kolerasi Spermean`s Rho
- Lampiran 7** Data Distribusi Skor PSQI Pada Sample Penelitian
- Lampiran 8** Jadwal Penelitian
- Lampiran 9** Lembar Konsultasi Bimbingan Skripsi
- Lampiran 10** Dokumentasi Penelitian Di Posbindu Desa Tanjung Selamat.
- Lampiran 11** Daftar Riwayat Hidup Peneliti
- Lampiran 12** Hasil Turnitin Skripsi

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk disuatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Medan, Juni 2023



Elsin Roy S.Sagala
NIM:P07520219016