

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN KARAKTERISTIK LANSIA DAN
TINGKAT INSOMNIA DI UPTD PELAYANAN SOSIAL
LANJUT USIA BINJAI**



**THERESIA BR RAJA GUK GUK
P07520121116**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
2024**

SCIENTIFIC PAPER

**DESCRIPTIONS OF ELDERLY CHARACTERISTICS
AND INSOMNIA LEVELS IN SOCIAL SERVICES FOR THE
ELDERLY IN BINJAI IN 2024**



THERESIA BR RAJA GUK GUK

P07520121116

**MINISTRY OF HEALTH OF THE REPUBLIC OF INDONESIA
MEDAN HEALTH POLYTECHNIC
ASSOCIATE DEGREE IN NURSING
2024**

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN KARAKTERISTIK LANSIA
DAN TINGKAT INSOMNIA DI UPTD PELAYANAN SOSIAL
LANJUT USIA BINJAI**

*Sebagai Syarat Menyelesaikan Pendidikan Program Studi
Diploma III Keperawatan*



THERESIA BR RAJA GUK GUK
P07520121116

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
2024

LEMBAR PERSETUJUAN

JUDUL : GAMBARAN KARAKTERISTIK LANSIA DAN TINGKAT
INSOMNIA DI UPTD PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA
BINJAI

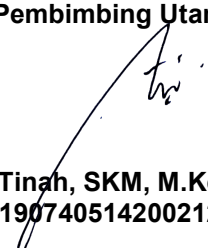
NAMA : THERESIA BR RAJA GUK GUK

NIM : P07520121116

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Politeknik Kesehatan Medan
Telah Diterima Dan Disetujui Untuk Diseminarkan
Dihadapan Penguji Medan, Juli 2024

Menyetujui

Pembimbing Utama


Tina, SKM, M.Kes
NIP: 19074051420021200301

Pembimbing Pendamping


Ida Suryani Hsb, S.Kep, NS, M.Kep
NIP: 197703122002122002

Ketua Jurusan Keperawatan


Dr. Amira P.S. Tarigan, S.Kep, Ns, M.Kes
NIP. 197703162002122001

LEMBAR PENGESAHAN

JUDUL : GAMBARAN KARAKTERISTIK LANSIA DAN TINGKAT INSOMNIA DI UPTD PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA BINJAI

NAMA : THERESIA BR RAJA GUK GUK

NIM : P07520121116

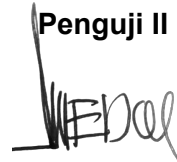
Karya Tulis Ilmiah ini telah di uji pada siding Akhir Program Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Politeknik Kesehatan Medan Prodi D-III Jurusan Keperawatan Bulan Juli Tahun 2024

Penguji I



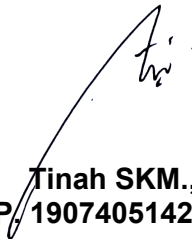
Johani Dewita Nasution, SKM,M.Kes
NIP. 195605121999032001

Penguji II



Endang Susilawati, SKM, M.Kes
NIP. 196609231997032001

Ketua Penguji



Tinah SKM., M.Kes
NIP. 19074051420021200301

Ketua Jurusan Keperawatan



Dr. Amira P.S. Tarigan, S.Kep, Ns, M.Kes
NIP. 197703162002122001

PERTANYAAN TIDAK PLAGIAT

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

Medan, Juli 2024



A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Theresia Br Raja Guk Guk'.

Theresia Br Raja Guk Guk

P07520121116

KEMENKES POLTEKKES MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
KARYA TULIS ILMIAH, JUNI 2024

THERESIA BR RAJA GUK GUK
P07520121116

GAMBARAN KARAKTERISTIK LANSIA DAN TINGKAT INSOMNIA DI UPTD
PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA BINJAI TAHUN 2024

V BAB + 60 HAL + 9 LAMPIRAN

ABSTRAK

Latar Belakang: Lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas. Lansia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya. Kelompok yang di kategorikan lansia ini akan terjadi suatu proses yang di sebut *Aging Process* atau proses penuaan. Memasuki usia tua berarti mengalami kemunduran, misalnya kemunduran fisik, yang di tandai dengan kulit yang mengendur, rambut memutih, gigi mulai ompong, pendengaran kurang jelas, penglihatan semakin memburuk, dan kualitas tidur yang menurun. **Tujuan Penelitian:** Untuk mengetahui Gambaran Karakteristik Lansia Dan Tingkat Insomnia di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai. **Metode Penelitian:** Jenis penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*, teknik pengambilan sampel dengan cara probability sampling, dengan jumlah sampel 36 responden. Analisa data dilakukan secara deskriptif untuk mendapatkan tingkat insomnia berdasarkan usia, jenis kelamin, status pernikahan, dan pendidikan. Alat ukur yang di gunakan adalah kuesioner. **Hasil Penelitian:** Hasil dari penelitian tingkat insomnia diperoleh mayoritas lansia mengalami insomnia ringan sebanyak 23 orang (63,9 %). **Kesimpulan:** Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 36 responden berada dalam kategori insomnia ringan.

Kata Kunci: Lansia, Karakteristik, Insomnia

MINISTRY OF HEALTH OF THE REPUBLIC OF INDONESIA
MEDAN HEALTH POLYTECHNIC
ASSOCIATE DEGREE OF NURSING
SCIENTIFIC PAPER, JUNE 2024

THERESIA BR RAJA GUK GUK
P07520121116

DESCRIPTIONS OF ELDERLY CHARACTERISTICS AND INSOMNIA LEVELS
IN SOCIAL SERVICES FOR THE ELDERLY IN BINJAI IN 2024

V CHAPTER + 60 PAGES + 9 APPENDIX

ABSTRACT

Background: Elderly is someone who has entered the age of 60 years and over. The elderly is an age group in humans who have entered the final stage of their life phase. The group categorized as elderly will experience a process called the Aging Process or aging process. Entering old age means experiencing decline, for example, physical decline, which is marked by sagging skin, graying hair, teeth starting to fall out, hearing is less clear, vision worsening, and decreasing sleep quality. **Objective:** To determine the Characteristics of the Elderly and Insomnia Levels at the Advanced Social Services Udia Binjai. **Method:** This type of research used a quantitative descriptive research design with a cross-sectional approach, a sampling technique using probability sampling, with a sample size of 36 respondents. Data analysis was carried out descriptively to obtain the level of insomnia based on age, gender, marital status, and education. The measuring instrument used was a questionnaire. **Results:** The results of the study on the level of insomnia showed that the majority of the elderly experienced mild insomnia as many as 23 people (63.9%). **Conclusion:** Based on the results of the study, it showed that out of 36 respondents, they were in the mild insomnia category.

Keywords: Elderly, Characteristics, Insomnia



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan karunianya yang telah memberikan hikmat dan pengetahuan kepada penulis sehingga mampu menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul **“GAMBARAN KARAKTERISTIK LANSIA DAN TINGKAT INSOMNIA DI UPTD PELAYANAN LANJUT USIA BINJAI”**. KTI merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan program studi D-III Keperawatan di Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan.

Pada kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih banyak kepada Ibu Tinah, SKM., M.Kes selaku dosen pembimbing utama saya dan serta kepada ibu Ida Suryani Hsb, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing pendamping saya yang telah banyak memberikan bimbingan, dukungan, dan arahan kepada peneliti sehingga karya tulis ini dapat diselesaikan.

Penulis juga menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Ibu RR. Sri Arini Winarti, SKM, M.Kep, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes RI Medan.
2. Ibu Dr. Amira P.S Tarigan S.Kep, Ns, M.Kes selaku Ketua Jurusan Poltekkes Kemenkes RI Medan.
3. Ibu Masnila Siregar S.Kep, Ns, M.Pd selaku Ketua Prodi D-III Keperawatan Politeknik Kemenkes RI Medan
4. Ibu Dr. Johani D. Nasution, SKM, M.Kes selaku penguji 1 dan ibu Endang Susilawati, SKM, M.Kes selaku penguji 2
5. Seluruh dosen dan Staf Poltekkes Kesehatan Kemenkes Medan.
6. Teristimewa kepada kedua orangtua yang saya sayangi dan saya cintai Bapak Djoni Raja Guk Guk dan Ibu Kalara Br Nambela, dua orang paling berjasa di hidup saya. Terimakasih telah memberikan kasih sayang, support dan tiada henti-hentinya selalu mendoakan sehingga saya dapat menyelesaikan pendidikan. Semoga Tuhan memberikan umur panjang dan melimpahkan berkat yang penuh dengan sukacita.
7. Kepada kelima saudara saya kakak saya Theodora Br Raja Guk Guk dan adik saya Imelda Br Raja Guk Guk, Arnelson Raja Guk Guk, Bastian Raja Guk Guk, Palti Raja Guk Guk yang selalu memberikan support, motivasi, dan selalu mendoakan saya.

8. Sahabat-sahabat seperjuangan saya Grecia Sirait, Fisien Minel Pinem, Thesalonika Br Karo dan Princess Malau yang dalam dua tahun ini saling memberikan semangat. Terimakasih sudah berjuang bersama-sama sampai berada di titik saat ini. Semoga kelak apa yang mereka cita-citakan dapat tercapai. Dan ketika masa pertemanan ini telah habis, saya akan selalu mengingat segala perjuangan bersama, dan suka-duka selama perjalanan perkuliahan.
9. Kepada Ribka Rosa Angeli Panjaitan yang selalu ada dari Maba sampai akhir semester ini. Terimakasih telah membantu selama perjalanan perkuliahan dan mendengar segala keluhan kesah selama perkuliahan. Semoga pertemanan ini tiada habisnya walaupun nanti tidak berjuang bersama lagi.
10. Teman satu bimbingan saya, Sahara H Lubis dan Sadina Nurfadila yang telah membantu dan memberi saran.
11. Kepada seluruh angkatan XXXV terimakasih atas kebersamaan dan perjuangan selama tiga tahun ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan, baik dari segi penulisan maupun dari tata bahasanya. Maka dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan kritik dan saran serta masukan dari semua pihak demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini. Penulis berharap Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Medan, Juni 2024

Penulis



Theresia Br Raja Guk Guk

P07520121116

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN`	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat Penelitian	4
1. Bagi Panti Jompo Tresna Werdha Abdi Binja	4
2. Bagi Responden	4
3. Bagi Peneliti	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Lansia.....	5
1. Pengertian Lansia.....	5
2. Batasan Batasan Usia Lanjut.....	6
3. Ciri Ciri Lansia	6
4. Tipe Lansia.....	7
5. Karakteristik Lansia	9
6. Permasalahan Pada Lansia.....	10
7. Penilaian Pada Lansia	12
B. Insomnia.....	14
1. Definisi Insomnia	14
2. Gejala Klinis Insomnia	16

3. Tahapan Tidur	16
4. Patofisiologi Insomnia.....	17
5. Klasifikasi Insomnia	18
6. Faktor Risiko Insomnia	20
7. Pencegahan Insomnia	21
C. Kerangka Konsep	25
D. Definisi Operasional.....	26
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	28
A. Jenis Dan Desain Penelitian	28
B. Lokasi Dan Waktu Penelitian	28
C. Populasi Dan Sampel Penelitian.....	28
1. Populasi.....	28
2. Sampel	28
D. Jenis Dan Cara Pengumpulan Data.....	29
1. Jenis Data	29
2. Metode Pengumpulan Data	30
E. Pengolahan Dan Analisa Data	30
1. Pengolahan Data.....	30
2. Analisa Data.....	30
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	32
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	32
B. Hasil Penelitian	32
C. Pembahasan.....	36
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	40
A. Kesimpulan	40
B. Saran	40
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Defenisi operasional
Tabel 4.1	Distribusi frekuensi karakteristik lansia di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai
Tabel 4.2	Distribusi frekuensi tingkat insomnia di UPTD Pelayananan Sosial Lanjut Usia Binjai
Tabel 4.3	Tabulasi silang usia dengan tingkat insomnia di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai
Tabel 4.4	Tabulasi silang jenis kelamin dengan tingkat insomnia di UPTD Pelayanan Soaial Lanjut Usia Binjai
Tabel 4.5	Tabulasi silang status pernikahan dengan tingkat insomnia di UPTD Pelayanan Lanjut Usia Binjai
Tabel 4.6	Tabulasi silang pendidikan dengan tingkat insomnia di UPTD Pelayanan Lanju Usia Binjai

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Bagan Kerangka Konsep Teori	25
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	1	Lembar Persetujuan Responden
Lampiran	2	Lembar Kuesioner Penelitian
Lampiran	3	Master Tabel
Lampiran	4	Hasil SPSS
Lampiran	5	Lembaran Pengajuan Judul KTI
Lampiran	6	Surat Izin Survey Pendahuluan
Lampiran	7	Surat Balasan Izin Survey Pendahuluan
Lampiran	8	Surat Izin Penelitian
Lampiran	9	Surat Balasan Izin Penelitian
Lampiran	10	Surat Etika Clirent
Lampiran	11	Lembar Konsultasi Bimbingan Karya Tulis Ilmiah
Lampiran	12	Daftar Riwayat Hidup Penulis
Lampiran	13	Dokumentasi Penelitian
Lampiran	14	Turnitin Karya Tulis Ilmiah