



Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Kedokteran
Universitas Diponegoro
Semarang
2008

ABSTRAK

Puji Raharjo

**Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Insomnia Pada Lanjut Usia
Di Desa Wonorejo Kecamatan Guntur Kabupaten Demak**

xii + 53 halaman + 8 tabel + 2 gambar + 13 lampiran

Latar Belakang : *Insomnia* merupakan gangguan tidur yang telah lama dikenal. Gangguan ini menjadi masalah yang cukup besar bagi masyarakat terutama pada lanjut usia. Banyak lansia mengaku pernah mengalami kesulitan tidur, meskipun tingkat kesulitan tidur itu berbeda pada masing-masing individu. 3 dari 4 lanjut usia mengatakan bahwa biasanya sukar tidur pada waktu malam, tapi ia bangun terlalu awal di pagi hari dan sering terjaga diantara tidurnya di malam hari, seringkali merasa tidak segar, lemah, dan lesu saat bangun dari tidurnya, mengatakan sulit untuk tidur walaupun badan capek, dan juga sulit berkonsentrasi

Tujuan : Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya *insomnia* pada lanjut usia, kemudian dilakukan penelitian tentang faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya *insomnia* pada lanjut usia. di desa Wonorejo, Kecamatan Guntur, Kabupaten Demak.

Metode : Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*, metode pengambilan data dengan pengisian kuesioner kepada 37 responden yang berusia >60 tahun.

Hasil : Penelitian yang didapat dengan analisa univariat, bivariat dan analisis regresi bahwa faktor lingkungan, gaya hidup, sakit fisik terhadap *insomnia* terdapat hubungan yang signifikan (probabilitas value penelitian ($\alpha = 0,000$) < probabilitas value peneliti ($\alpha = 0,05$)). Dari hasil analisis regresi bahwa sakit fisik lebih besar pengaruhnya terhadap *insomnia*.

Kesimpulan : Setelah dilakukan penelitian di Desa Wonorejo, Kecamatan Guntur, Kabupaten Demak, dan mengolah data hasil kuesioner ternyata dari ketiga faktor (faktor lingkungan, faktor gaya hidup dan faktor sakit fisik), ternyata sakit fisik yang lebih mempengaruhi untuk terjadinya *insomnia* pada lanjut usia.

Kata kunci : Tidur, *Insomnia*, Lanjut Usia

Kepustakaan : 26, 1954 - 2007



Nursing Study Program
Medical Faculty
Diponegoro University
Semarang
2008

ABSTRACT

Puji Raharjo

The Factors That Influence The Happened of Insomnia To Aging at Wonorejo Village, Guntur Subdistrict, Demak Regency.

Xii + 53 pages + 8 tables + 2 picture + 13 enclosures

Back Ground: Insomnia is sleeping disorder has been known. This disorder will become the great problem for the citizen especially for aging. Many aging have experience about the difficulty to sleep, although the level about difficulty to sleep its differences to each individu. 3 from 4 the aging had said that they usually have the difficulty to sleep in the night, but they get up over early in the morning and often wake up in mid night, often feel not fresh, weak, tired when to get up, they had said that difficult to sleep although their body is being tired, and also difficulty to concentrate.

The Purpose: To know about factors that influence the happened of insomnia to aging, than done a research about factors that influence the happened of insomnia to aging at Wonorejo village, Guntur Subdistrict, Demak Regency.

Method : This research is quantitative research with croos sectional approach, the method of taking the data with to fill a questioner to 37 responder who have ages > 60th years old.

Result: The research that have been gotten with univariat analysis, bivariat and regretion analysis that the environment factor, life style, sickness of physical of insomnia there is a significant correlation (probability of research value ($\alpha = 0,000$) < probability of researcher value ($\alpha = 0,05$)). From regretion analysis that sickness of physical more influence to the insomnia.

Conclution : After have been done the research at Wonorejo village, Guntur Subdistrict, Demak Regency, and to analysis the data from queationer from three factors (environment factor, life style factor, and sickness of physical factor), fact sickness of physical that more influence to happened of insomnia to aging.

Key Words : Sleep, Insomnia, Aging

References : 26, 1954 – 2007