

ABSTRAK

Desi Puspita Sari, 111711133185, Hubungan antara Kecemasan dan Kesepian dengan Insomnia pada Lansia di Surabaya, *Skripsi*, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, 2021. xxi + 95 halaman, 15 lampiran

Populasi lansia di Surabaya meningkat selama 5 tahun terakhir sehingga kesehatan lansia di Surabaya menjadi penting untuk diperhatikan. Masalah yang sering muncul pada lansia adalah kecemasan, kesepian dan insomnia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kecemasan dan kesepian dengan insomnia pada lansia di Surabaya. Insomnia yang dimaksud adalah kesulitan memulai dan/atau mempertahankan tidur secara terus-menerus (Savard, Laroche, Simard, Ivers, & Morin, 2003).

Penelitian ini dilakukan pada 94 subjek yang lansia dengan usia di atas 60 tahun dan tinggal di rumah, yang terdiri dari 56 perempuan dan 38 laki-laki. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian survey dengan menyebarkan kuesioner secara online dan offline. Penelitian ini menggunakan kuesioner Insomnia Severity Index yang dikembangkan oleh Morin dkk (2011) untuk mengukur insomnia, kuesioner Geriatric Anxiety Scale yang dikembangkan oleh Segal (2010) untuk mengukur kecemasan, dan kuesioner UCLA Loneliness Scale version 3 yang dikembangkan oleh Russell (1996) untuk mengukur kesepian. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Analisis data dilakukan dengan teknik statistik korelasi product moment dari Pearson, dengan bantuan program statistik SPSS versi 25.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa kecemasan dan kesepian memiliki hubungan yang signifikan dengan insomnia pada populasi lansia di Surabaya. Selain itu, hubungan antara kecemasan dan kesepian dengan insomnia memiliki arah hubungan yang positif sehingga semakin tinggi kecemasan dan kesepian yang dialami maka semakin tinggi pula insomnia nya.

Kata kunci: *insomnia, kecemasan, kesepian, lansia di Surabaya*
Daftar Pustaka, 84 (1956-2020)

ABSTRACT

Desi Puspita Sari, 111711133185, The correlation between Anxiety and Loneliness with Insomnia in the Elderly in Surabaya, Thesis, Faculty of Psychology, Airlangga University, 2021. xxi + 95 pages, 15 appendix

The elderly population in Surabaya has increased over the last 5 years, so that the health of the elderly in Surabaya is important to pay attention to. Problems that often arise in the elderly are anxiety, loneliness and insomnia. This study aims to determine whether there is a correlation between anxiety and loneliness with insomnia in the elderly in Surabaya. Insomnia is defined as difficulty starting and/or maintaining sleep continuously (Savard, Laroche, Simard, Ivers, & Morin, 2003).

This study was conducted on 94 elderly subjects over 60 years old and living at home, consisting of 56 women and 38 men. The research method used is survey research by distributing questionnaires online and offline. This study used the Insomnia Severity Index questionnaire developed by Morin et al (2011) to measure insomnia, the Geriatric Anxiety Scale questionnaire developed by Segal (2010) to measure anxiety, and the UCLA Loneliness Scale version 3 questionnaire developed by Russell (1996) to measure loneliness. This study uses a quantitative approach. Data analysis was performed using Pearson's product moment correlation statistical technique, with using the SPSS version 25 statistical program.

The results of this study indicate that anxiety and loneliness have a significant correlation with insomnia in the elderly population in Surabaya. In addition, the direction of correlation between anxiety and loneliness with insomnia has a positif correlation so that the higher anxiety and loneliness experienced, the higher the insomnia.

Keywords: *insomnia, anxiety, loneliness, elderly in Surabaya*
References, 84 (1956-2020)