

**ABSTRACT**

***DETERMINANTS OF INSOMNIA IN ELDERLY LIVING AT HOME***

*LITERATURE REVIEW*

By :

Indah Latifa

**Introduction:** *Sleep disturbance or insomnia is one of the most common disorders experienced by the elderly. About 60% of the elderly experience insomnia or difficulty sleeping. This review study was conducted to analyze the determinants associated with insomnia experienced by the elderly in empirical studies of the last ten years. Methods:* *Literature review research with selected and reviewed data sources from 2010-2020 in English. Its databases are Scopus, Science Direct, and CINAHL. Eight scientific journal articles were identified that met the inclusion criteria and had gone through the screening stage for titles, abstracts, full texts, methodology and the quality of the study. Results:* *The authors found 8 articles that met the inclusion criteria used in this review. These articles describe the determinants associated with insomnia in the elderly. The study designs used to discuss the determinants of insomnia in the elderly were mostly cross-sectional. The determinants of insomnia experienced by the elderly include a sleep environment that is not supportive for sleep, illness / medical conditions in the elderly, psychological disorders, lifestyle, and gender. Discussion:* *Knowing the various determinants of insomnia in the elderly who live at home is expected to be the first treatment effort so that the elderly are willing to get treatment and not cause chronic insomnia when they are elderly. In addition, this is also to ensure that the life and welfare of the elderly are optimal.*

**keywords :** *determinants, insomnia, elderly, at home*

**ABSTRAK**

**DETERMINAN INSOMNIA PADA LANSIA YANG ITNGGAL DI  
RUMAH**

*LITERATURE REVIEW*

Oleh :

Indah Latifa

**Latar Belakang:** Gangguan tidur atau insomnia merupakan salah satu gangguan paling sering yang dialami lanjut usia. Sekitar 60% lansia mengalami insomnia atau sulit tidur. Studi review ini dilakukan untuk menganalisis determinan yang terkait dengan insomnia yang dialami oleh lansia dalam studi empiris sepuluh tahun terakhir. **Metode:** Penelitian literature review dengan sumber datayang telah dipilih dan direview dari tahun 2010-2020 dalam bahasa inggris. Basis datanya adalah Scopus, Science Direct, dan CINAHL. Teridentifikasi 8 artikel jurnal ilmiah yang memenuhi kriteria inklusi dan telah melalui tahap penyaringan judul, abstrak, teks lengkap, metodologi dan kualitas kajian. **Hasil:** Penulis menemukan 8 artikel yang memenuhi kriteria inklusi yang digunakan dalam ulasan ini. Artikel-artikel ini menjelaskan determinan yang berhubungan dengan insomnia pada lansia. Desain studi yang digunakan untuk membahas determinan insomnia pada lansia sebagian besar bersifat cross-sectional. Determinan insomnia yang dialami oleh lansia antara lain lingkungan tidur yang tidak mendukung untuk tidur, penyakit/kondisi medis lansia, gangguan psikologi, gaya hidup, dan jenis kelamin. **Diskusi:** Mengetahui berbagai macam determinan insomnia pada lansia yang tinggal dirumah diharapkan menjadi upaya penanganan pertama agar lansia mau mendapatkan perawatan dan tidak menimbulkan insomnia kronis pas lansia. Selain itu hal ini juga untuk memastikan bahwa kehidupan dan kesejahteraan yang optimal pada lansia.

**kata kunci:** determinan, insomnia, lansia, dirumah