

ABSTRAK

Kecemasan yang dialami lansia dapat menyebabkan kesulitan tidur serta dapat mempengaruhi konsentrasi, kesiagaan, dan juga meningkatkan resiko-resiko kesehatan. Kekurangan tidur pada lansia memberikan pengaruh terhadap fisik, kemampuan kognitif, dan juga kualitas hidup. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi hubungan kualitas tidur dengan tingkat kecemasan lansia di Poli lansia puskesmas bungah kabupaten gresik. Penelitian ini menggunakan metode korelasional, dengan menggunakan rancangan survey cross sectional, dengan menggunakan teknik konsektif sampling. Populasi pada penelitian ini adalah 35 lansia, sampel yang digunakan yaitu lansia yang datang ke poli lansia, Analisa data penelitian ini menggunakan uji korelasi chi-square. Hasil penelitian menunjukkan sebagian kecil dari responden yang mengalami kecemasan, berat sebanyak 6 responden (17,1%) dan mengalami kecemasan ringan sebanyak 8 responden (22,9%), sebagian besar dari responden mengalami kecemasan sedang sebanyak 21 responden (60%) dan tidak satupun responden mengalami panik. Selain itu hampir seluruh responden mengalami kualitas tidur baik sebanyak 29 responden (82,9%) dan hanya sebagian kecil responden yang mengalami kualitas tidur buruk sebanyak 6 responden (17,1%). Hasil analisa menunjukkan adanya hubungan antara kualitas tidur dan tingkat kecemasan lansia hipertensi, dengan nilai korelasi.

Kata Kunci: Lansia, Kecemasan, Kualitas Tidur

ABSTRACT

Anxiety experienced by the elderly can cause sleep difficulties and can affect concentration, alertness, and also increase health risks. Lack of sleep in the elderly has an influence on physical, cognitive abilities, and also quality of life. The purpose of this study is to identify the relationship between quality of sleep and the anxiety level of elderly hypertension in the elderly Poli district of Gresik district. This study uses a correlational method, using a cross sectional survey design, using consecutive sampling techniques. The population in this study were 35 elderly, the sample used was the elderly who came to the elderly poly. Analysis of the data of this study using the chi-square correlation test. The results showed a small proportion of respondents who experienced anxiety, weighed as many as 6 respondents (17.1%) and experienced mild anxiety as much as 8 respondents (22.9%), most of the respondents experienced moderate anxiety as many as 21 respondents (60%) and none of the respondents panicked. In addition, almost all respondents experienced good sleep quality of 29 respondents (82.9%) and only a small proportion of respondents who experienced poor sleep quality were 6 respondents (17.1%). The results of the analysis showed a relationship between sleep quality and anxiety levels of elderly hypertension, with correlation values

Keywords: Elderly, Anxiety, Sleep Quality