

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi Yang Berjudul

**FAKTOR FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN INSOMNIA
PADA LANSIA DI PANTI TRESNA WERDHA BERINGIN KABUPATEN
GORONTALO**

Oleh :

**Nur Fajriatika Lihawa
NIM 841417181**

Telah diperiksa dan disetujui

Pembimbing I

Pembimbing II

**Dr. Hj. Rosmin Ilham, S.Kep.,Ns.,MM
NIP. 198209232008121002**

**dr. Ivan Virnanda Amu, M.kes.,Sp.PD
NIP. 1963112619877032004**

**Mengetahui:
Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan**

**Yuniar M. Soeli, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.Jiwa
NIP 198506212008122003**

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Yang Berjudul

**FAKTOR FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN INSOMNIA
PADA LANSIA DI PANTI TRESNA WERDHA BERINGIN KABUPATEN
GORONTALO**

Oleh :

**Nur Fajriatika Lihawa
NIM 841417181**

Telah dipertahankan didepan dewan penguji


Hari/Tanggal : Jumat/03, Desember 2021

Waktu : 15.00 WITA

Penguji

1. Dr. Hj. Rosmin Ilham, S.Kep.,Ns.,MM 1.
NIP 1963112619877032004
2. dr. Ivan Virnanda Amu, M.kes., Sp.PD 2.
NIP 198209232008121002
3. Dr. Ansar Katili, M.Kes 3.
NIP 195601061983031003
4. Ns. Nirwanto K. Rahim, S.Kep., M.Kep 4.

**Gorontalo, 03 Desember 2021
Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan**


Prof. Dr. Hj. Herlina Jusuf, Dra., M.Kes
NIP 196310011988032002



ABSTRAK

Nur Fajriatika Lihawa. 2021. *Faktor Faktor yang Berhubungan dengan Insomnia pada Lansia di Panti Tresna Werdha Beringin Kabupaten Gorontalo.* Skripsi, Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo.

Pembimbing I Dr. Hj. Rosmin Ilham, S.Kep.,Ns.,MM, dan Pembimbing II dr. Ivan virnanda Amu, M.kes Sp.PD.

Peningkatan jumlah lansia akan berdampak pada masalah kesehatan, hal ini disebabkan oleh karena terjadi perubahan pada saat proses menua. Adanya proses penuaan membuat lansia lebih mudah mengalami gangguan tidur. Insomnia merupakan salah satu gangguan utama dalam memulai dan mempertahankan tidur dikalangan lansia. Kualitas tidur pada lansia yang buruk tidak lepas dari faktor faktor yang mempengaruhinya yaitu usia, jenis kelamin, gaya hidup, penyakit fisik dan lingkungan fisik. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor usia, jenis kelamin, dan lingkungan fisik berhubungan dengan insomnia pada lansia di Panti Tresna Werdha Beringin Kabupaten Gorontalo

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi 43 data lansia. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 42 lansia, teknik pengambilan sampel *total sampling*.

Dari hasil penelitian disimpulkan bahwa lansia sebagian besar mengalami insomnia ringan (57,2%) dan terdapat hubungan yang signifikan antara usia, jenis kelamin dan lingkungan fisik dengan insomnia pada lansia di Panti Tresna Werdha Beringin Kabupaten Gorontalo

Penelitian ini diharapkan menjadi bahan pertimbangan untuk lebih memperdalam penelitian selanjutnya dengan menentukan faktor faktor apa saja yang berhubungan dengan insomnia pada lansia.

Kata Kunci : Insomnia, Jenis Kelamin, Lingkungan Fisik, Usia

Daftar pustaka : 60 (2008-2020)

ABSTRACT

Nur Fajriatika Lihawa. 2021. *Factors Associated with Insomnia in the Elderly at the Tresna Werdha Beringin Nursing Home, Gorontalo Regency.* Undergraduate Thesis, Study Program of Nursing, Faculty of Sports and Health, State University of Gorontalo.

The Principal Supervisor is Dr. Hj. Rosmin Ilham, S.Kep., Ns., M.M., and the Co-supervisor is dr. Ivan Virnanda Amu, M.kes., Sp.PD.

An increase in the number of elderly will have an impact on health problems, and this is due to changes in the aging process. The aging process makes it easier for the elderly to experience sleep disorders. Insomnia is one of the main disorders among the elderly. Poor sleep quality in the elderly cannot be separated from the factors that influence it, namely age, gender, lifestyle, physical illness, and physical environment. This study aims to know the relationship between age, gender, and physical environment factors with insomnia in the elderly at the Tresna Werdha Beringin Nursing Home, Gorontalo Regency.

This is a quantitative study by applying a descriptive correlation design with a cross-sectional approach. The population is 43 elderlies, with the sample is 42 elderlies taken by using a total sampling technique.

Based on the finding, it can be concluded that most of the elderly experience mild insomnia (57.2%), and there is a significant relationship between age, gender, and physical environment with insomnia in the elderly at the Tresna Werdha Beringin Nursing Home, Gorontalo Regency.

This study is expected to be a material consideration for deepening further study by determining what factors are associated with insomnia in the elderly.

Keywords : Insomnia, Gender, Physical Environment, Age

References : 60 (2008-2020)

