

**HUBUNGAN LINGKUNGAN FISIK DENGAN
KEJADIAN INSOMNIA PADA LANSIA
DI TARUDAN BANGUNHARJO
SEWON BANTUL**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun oleh:
MAULIDA FITRIYAH
1910201028**



**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2023**

**HUBUNGAN LINGKUNGAN FISIK DENGAN
KEJADIAN INSOMNIA PADA LANSIA
DI TARUDAN BANGUNHARJO
SEWON BANTUL**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan
Program Studi Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
di Universitas 'Aisyiyah
Yogyakarta



**Disusun oleh:
MAULIDA FITRIYAH
1910201028**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN LINGKUNGAN FISIK DENGAN
KEJADIAN INSOMNIA PADA LANSIA
DI TARUDAN BANGUNHARJO
SEWON BANTUL**

NASKAH PUBLIKASI

**Disusun oleh:
MAULIDA FITRIYAH
1910201028**

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui Sebagai Syarat untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Keperawatan Program Studi Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
di Universitas 'Aisyiyah
Yogyakarta

Oleh:

Pembimbing
Tanggal

: Dr. Ibrahim Rahmat, S.Kp., S.Pd., M.Kes
: 5 Juni 2023

Tanda tangan

: 

HUBUNGAN LINGKUNGAN FISIK DENGAN KEJADIAN INSOMNIA PADA LANSIA DI TARUDAN BANGUNHARJO SEWON BANTUL¹

Maulida Fitriyah², Ibrahim Rahmat³, Suratini⁴

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Email : maulidafitriyah74@gmail.com, ibrahim.rahmat@ugm.ac.id, suratini@unisayogya.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Lansia merupakan tahap akhir dari perkembangan manusia. Struktur penduduk dunia, termasuk Indonesia saat ini sedang mengalami proses penuaan yang ditandai dengan peningkatan jumlah dan proporsi penduduk usia lanjut. Di Indonesia lansia berjumlah 9,77% dari total penduduk pada tahun 2010 dan akan mencapai 11,34% atau 28,8 juta jiwa pada tahun 2020 dimana sekitar 60% lansia di Indonesia dilaporkan menderita insomnia.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan lingkungan fisik dengan kejadian insomnia pada lansia di Tarudan Bangunharjo Sewon Bantul Yogyakarta.

Metode penelitian: Desain penelitian *corelation analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Subjek penelitian adalah lansia yang tinggal di Tarudan Bangunharjo Sewon Bantul Yogyakarta dengan sampel 50 responden, Teknik pengambilan sampel dengan *total sampling*. Pengambilan data mengenai lingkungan fisik menggunakan kuesioner lingkungan fisik, sedangkan insomnia menggunakan KSPBJ-*Insomnia Rating Scale*. Analisis data menggunakan *Spearman Rank*.

Hasil Penelitian: Menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di Tarudan Bangunharjo Sewon Bantul Yogyakarta mengalami lingkungan fisik kategori cukup buruk sebanyak 22 orang (44%). Sedangkan insomnia pada lansia sebanyak 21 orang (42%) mengalami insomnia berat. Hasil analisis *spearman rank* didapatkan nilai $0,000 < \alpha (0,05)$ dengan koefisien korelasi sebesar 0,874 menunjukkan keeratan hubungan dalam rentang tinggi.

Simpulan dan Saran: Terdapat hubungan lingkungan fisik dengan kejadian insomnia pada lansia di Tarudan Bangunharjo Sewon Bantul Yogyakarta oleh sebab itu, disarankan kepada kader untuk mengidentifikasi bagi lansia yang mengalami gangguan tidur.

Kata Kunci : Lingkungan Fisik, Insomnia, Lansia

Daftar Pustaka : 50 buah (2011-2022)

Halaman : xi, 101 halaman, 9 tabel, 3 gambar, 17 lampiran

¹Judul Skripsi

²Mahasiswa PSIK Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

³Dosen PSIK Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

THE CORRELATION BETWEEN PHYSICAL ENVIRONMENT AND INCIDENCE OF INSOMNIA IN THE ELDERLY IN TARUDAN BANGUNHARJO SEWON BANTUL ¹

Maulida Fitriyah², Ibrahim Rahmat³, Suratini⁴
Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
Email : maulidafitriyah74@gmail.com, ibrahim.rahmat@ugm.ac.id,
suratini@unisayogya.ac.id

ABSTRACT

Background: Elderly is the final stage of human development. The structure of the world's population, including Indonesia, is currently experiencing an aging process which is marked by an increase in the number and proportion of the elderly population. In Indonesia, the elderly made up 9.77% of the total population in 2010 and will reach 11.34% or 28.8 million people in 2020 where around 60% of the elderly in Indonesia are reported to suffer from insomnia.

Objective: The study aims to determine the correlation between the physical environment and the incidence of insomnia in the elderly at Tarudan Bangunharjo Sewon Bantul, Yogyakarta. **Research method:** The research design was analytic correlation with across sectional approach. The research subjects were the elderly who lived in Bangunharjo Sewon, Bantul, Yogyakarta with a sample of 50 respondents. The sampling technique was total sampling. The data collection regarding the physical environment used a physical environment questionnaire, while insomnia used the KSPBJ-Insomnia Rating Scale. The data were analysed using Spearman Rank.

Research Result: The result showed that most of the elderly in Tarudan Bangunharjo Sewon Bantul Yogyakarta experienced a moderately bad physical environment as many as 22 people (44%) while severe insomnia in the elderly experienced by 21 people (42%). The results of the Spearman rank analysis obtained a value of $0.000 < \alpha (0.05)$ with a correlation coefficient of 0.874 indicating a close relationship in the high range.

Conclusion and Suggestion: There is a correlation between the physical environment and the incidence of insomnia in the elderly at Tarudan Bangunharjo Sewon Bantul Yogyakarta, therefore, it is suggested to cadres to identify elderly people who have sleep disorders.

Keywords : Physical Environment, Insomnia, Elderly
References : 50 References (2011-2022)
Pages : xi, 101 Pages, 9 Tables, 3 Figures, 17 Appendices

¹Title

²Student of Nursing Study Program, Faculty of Health Sciences, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

³Lecturer of Nursing Study Program, Faculty of Health Sciences, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

PENDAHULUAN

Lanjut usia (lansia) merupakan tahap akhir dari perkembangan manusia. Penuaan dikaitkan dengan penurunan viabilitas dan sensitivitas individu. Struktur penduduk dunia, termasuk Indonesia, saat ini sedang mengalami proses penuaan yang ditandai dengan peningkatan jumlah dan proporsi penduduk usia lanjut. Meningkatnya proporsi lansia di masyarakat merupakan realitas global. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) telah mengidentifikasi lansia sebagai kelompok orang yang rentan terhadap penurunan fisik dan mental (Dwi, 2017).

Populasi menua atau lansia adalah penduduk berusia 60 tahun, dan jumlah lansia di dunia, Asia dan Indonesia semakin meningkat setiap tahunnya. Berdasarkan data Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) tentang penuaan penduduk dunia, jumlah lansia sebanyak 705 juta orang atau 9,18% dari lansia dunia. Jumlah ini diprediksi akan terus bertambah menjadi dua miliar orang pada tahun 2050 (Nasution, 2016).

Fadul F.M, (2019) menyatakan bahwa survei penduduk antar sensus, jumlah penduduk Indonesia adalah 269,6 juta jiwa, dimana 135,34 juta adalah laki-laki dan 134,27 juta adalah perempuan. Jumlah Lansia di Indonesia diperkirakan meningkat menjadi 27,5 juta atau 10,3% dan 57 juta jiwa atau 17,9% pada tahun 2045. Diukur dari sebaran Provinsi Lansia di Bali tahun 2019, jumlah Lansia di Bali sebanyak 11,22 jiwa atau 0.43% (Badan Pusat Statistik, 2021).

Sensus penduduk Kota Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY), menyebutkan angka penduduk lanjut usia terdapat 12,54% pada tahun 2000, pada tahun 2010 meningkat menjadi 13,08% dan pada tahun 2020 tercatat sebesar 15,94% (Jayani, 2021). Peningkatan jumlah penduduk usia lanjut merupakan efek dari terjadi transisi demografi, jumlah yang semakin banyak secara tidak langsung memiliki dampak sosial dan ekonomi bagi individu, keluarga maupun lingkungan sosial. Badan Pusat Statistik, (2021) menyebutkan ada tiga faktor utama yang menjadikan lansia rentan, yaitu tidak lagi produktif secara ekonomi, masalah kesehatan, dan membutuhkan pendampingan sebagai pengasuh (caregiver).

Fabiana MF, (2019) mengungkapkan bahwa salah satu penyebab lansia mengalami gangguan tidur adalah faktor lingkungan seperti suhu ruangan yang terlalu panas atau terlalu dingin dan kebisingan, cahaya yang terlalu terang dan gangguan lingkungan yang terlalu bising. Gangguan tidur tidak hanya disebabkan oleh lingkungan, tetap juga oleh kondisi fisik yang mempengaruhi kondisi mental individu. Lansia selama ini banyak mengeluh tentang adanya insomnia (gangguan tidur) dimana dengan prevalensi insomnia dengan 32,6% lansia di Afrika mengeluhkan insomnia, sedangkan di Taiwan hingga 41% lansia menderita insomnia. Di Indonesia sebaliknya, lansia berjumlah 9,77% dari total penduduk pada tahun 2010 akan mencapai 11,34% atau 28,8 juta jiwa pada tahun 2020, dimana sekitar 60% lansia di Indonesia dilaporkan menderita insomnia (Latifa, U. 2018)

Prevalensi insomnia pada lansia lebih tinggi daripada populasi yang lebih muda. Secara keseluruhan, frekuensi gejala insomnia berkisar antara 30% hingga 8% pada lansia, sedangkan prevalensi gangguan insomnia berkisar antara 12% hingga 20%. Gejala retensi tidur paling sering terjadi pada orang dengan insomnia (50% hingga 70%), diikuti oleh kesulitan tidur (35% hingga 60%) dan kurang tidur (20% hingga 25%). Sebuah penelitian terhadap 6.800 orang berusia 65 tahun dan lebih tua mengamati 5% kejadian tahunan insomnia simtomatik, dengan kejadian tahunan 7,97% setelah 1 tahun masa tindak lanjut. Sekitar 50 % pasien dengan gejala insomnia mengalami remisi selama masa tindak lanjut, dengan tingkat remisi lebih tinggi pada pria yang lebih tua daripada wanita (Gehrman & Ancoli-Israel, 2016). Pravelensi kejadian gangguan tidur lansia di Indonesia berdasarkan survey epidemiologi, 49% atau 9.3 juta lansia mengalami insomnia (Biahimo & Gobel, 2021).

Pandangan masyarakat terhadap tingginya angka kejadian insomnia pada lansia kurang mendapat perhatian dan masyarakat masih menganggap permasalahan tentang gangguan tidur (insomnia) adalah hal yang sudah wajar, karena masyarakat tersebut beranggapan bahwa lansia yang mengalami insomnia hanya faktor dari usia (Febuanti et al., 2019).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan dengan mewawancarai salah satu lansia di Tarudan Bangunharjo Sewon Bantul Yogyakarta kejadian insomnia kerap terjadi pada beberapa lansia dan mengeluhkan adanya kebisingan pada lingkungan sekitar tersebut. Hal ini disebabkan oleh beberapa hal seperti lansia yang tinggal berdekatan oleh tetangga maupun keluarga. Selain itu, didapatkan juga informasi dari sepuluh orang lansia yang diwawancarai didapatkan 8 lansia yang mengalami masalah gangguan tidur (insomnia). Mereka mengeluhkan rasa tidak nyaman mereka ketika tidur di malam hari karena sering mendengar hal-hal yang berisik dikalangan sekitar rumahnya. Sehingga masalah tersebut menyebabkan lansia mengalami insomnia. Maka dari itu, peneliti tertarik untuk meneliti tentang Hubungan Lingkungan Fisik dengan Kejadian Insomnia pada Lansia di Tarudan Bangunharjo Sewon Bantul Yogyakarta.

METODE

Rancangan penelitian yang digunakan pada penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan *corelation analitik* dengan menggunakan deain penelitian *Cross Sectional*. Melibatkan 50 lansia yang berusia 60 tahun keatas di Tarudan Bangunharjo Sewon Bantul Yogyakarta. Teknik sampel yang digunakan yaitu *total sampling* menggunakan lembar kuesioner, analisis data yang digunakan adalah uji *Spearman Rank*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Karakteristik Responden di Tarudan Bangunharjo Sewon Bantul Yogyakarta

Tabel 1
Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Pekerjaan dan Tingkat Pendidikan

Usia Responden	Frekuensi (F)	Persentase (%)
60-65	31	62
66-70	13	26
71-75	5	10
76-80	1	2
Jenis Kelamin		
Laki-laki	14	28
Perempuan	36	72
Pekerjaan		
Wirausaha	2	4
Buruh	16	32
Ibu Rumah Tangga	24	48
Tidak Bekerja	8	16
Tingkat Pendidikan		
Tidak sekolah	8	16
TK	1	2
SD	28	56
SMP	6	12
SMA	8	14
Total	50	100

(Sumber : Data Primer, 2023)

Berdasarkan tabel 1 hasil penelitian karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan sebagian besar berusia 60-65 tahun sebanyak 31 orang (62%), dan responden yang paling sedikit adalah responden berusia 76-80 tahun sebanyak 1 orang (2%). Berdasarkan jenis kelamin responden paling banyak dalam penelitian ini adalah berjenis kelamin perempuan sebanyak 36 orang (72%) dan responden laki-laki sebanyak 14 orang (28%). Berdasarkan pekerjaan responden paling banyak dalam penelitian ini adalah ibu rumah tangga sebanyak 24 orang (48%), dan paling sedikit wirausaha sebanyak 2 orang (4%). Berdasarkan tingkat pendidikan responden paling banyak dalam penelitian ini adalah sekolah dasar (SD) sebanyak 28 orang (56%), dan paling sedikit SMP sebanyak 6 orang (12%), dan TK sebanyak 1 orang (2%).

2. Lingkungan Fisik dan Insomnia

Tabel 2
Lingkungan Fisik dan Insomnia

Lingkungan Fisik	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Baik	11	22
Cukup buruk	22	44
Buruk	17	34
Insomnia		
Tidak insomnia	0	0
Insomnia ringan	10	20
Insomnia sedang	19	38
Insomnia berat	21	42
Total	50	100

(Sumber : Data Primer 2023)

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa responden yang memiliki lingkungan fisik dengan persentase tertinggi adalah cukup buruk yaitu sebanyak 22 orang (44%), sedangkan responden yang memiliki lingkungan fisik dengan persentase terendah adalah responden dengan lingkungan fisik yaitu baik sebanyak 11 orang (22%).

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa responden yang mengalami insomnia dengan persentase tertinggi adalah responden dengan insomnia berat, yaitu sebanyak 21 orang (42%), sedangkan responden dengan insomnia terendah adalah responden dengan tidak insomnia yaitu 0 dengan (0%).

3. Keeratan Hubungan Lingkungan Fisik dengan Kejadian Insomnia

Tabel 3
Hubungan Lingkungan Fisik dengan Insomnia

Lingkungan Fisik	Tidak Insomnia		Insomnia						Total	P value	Koefisien Korelasi	
	F	%	Insomnia Ringan		Insomnia Sedang		Insomnia Berat					
			F	%	F	%	f	%	f	%		
Baik	0	0	10	20	0	0	1	2	11	22	0,000	0,874
Cukup Buruk	0	0	0	0	19	38	3	6	22	44		
Buruk	0	0	0	0	0	0	17	34	17	34		
Total	0	0	10	20	19	38	1	2	50	100		

(Sumber : Data Primer 2023)

Berdasarkan tabel 4.3 didapatkan persentase tertinggi adalah responden dengan lingkungan fisik yang cukup buruk dan mengalami insomnia sedang yaitu sebanyak 19 orang (38%). Hasil uji statistic *Spearman Rank* diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 sehingga ($p < 0,05$) yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak, artinya ada hubungan yang signifikan antara lingkungan fisik dengan kejadian insomnia. Diketahui bahwa angka koefisien korelasi sebesar 0,874 yang artinya tingkat hubungan antara lingkungan fisik dengan kejadian insomnia pada lansia masuk kedalam kategori tinggi.

Pembahasan

1. Lingkungan Fisik

Fletcher, (2018) menyatakan bahwa lingkungan fisik merupakan segala sesuatu yang berada disekitar manusia yang tidak bernyawa. Seperti air, kelembaban, udara, suhu, angin, rumah dan benda mati lainnya. Lingkungan fisik tersebut berdampak jika dibiarkan akan mengarah pada lansia yang menderita depresi dan stres berat. Kondisi tersebut dapat terbagi menjadi tiga yaitu, baik, cukup buruk dan buruk. Lingkungan fisik pada lansia di Tarudan Bangunharjo Sewon Bantul Yogyakarta memiliki pengaruh terhadap insomnia.

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa lansia di Dusun Tarudan Bangunharjo Sewon Bantul Yogyakarta sebagian besar mengalami lingkungan fisik dengan kategori cukup buruk yaitu sebanyak 22 orang (44%) dan sebagian kecil mengalami lingkungan fisik dengan kategori baik sebanyak 11 orang (22%). Hasil penelitian ini didukung oleh Jepisa & Riasmini, (2020) dengan judul tentang kejadian lingkungan fisik pada lansia studi perbandingan di PSTW Sumatera Barat menunjukkan dengan hasil yang mengalami lingkungan fisik tidak nyaman sebanyak (55,2%) dan nyaman (44,8%).

Lingkungan fisik berdasarkan usia lansia yang tinggal di Dusun Tarudan Bangunharjo Sewon Bantul Yogyakarta sebagian besar berada pada rentang usia 60-65 tahun sebanyak 31 orang (62%) dan paling sedikit adalah rentang usia 76-80 tahun sebanyak 1 orang (2%). Hasil ini didukung oleh penelitian Februanti et al., (2019) yang menunjukkan bahwa sebagian besar lansia yang mengalami lingkungan fisik berusia 60-65 tahun. Sesuai dengan teori Engel, (2014) bahwa batas usia menurut WHO maka responden termasuk pada kriteria lanjut usia (*elderly*) 60-74 tahun dimana akan terjadi berbagai perubahan pada masa tersebut seperti perubahan fisik, perubahan sosial dan perubahan kognitif. Usia biologis yang lebih tua mengalami proses penuaan yang terus menerus yang ditandai dengan penurunan ketahanan fisik dan kerentanan terhadap penyakit, namun mereka yang berusia di atas 60 tahun juga mengalami penurunan kemampuan beradaptasi dan tidak mampu memenuhi kebutuhan sehari-hari (Putri, 2019).

Berdasarkan jenis kelamin penelitian ini didapatkan data besar responden sebanyak 36 orang (72%) berjenis kelamin perempuan sedangkan laki-laki sebanyak 14 orang (28%). Hasil penelitian berdasarkan jenis kelamin, perempuan memiliki masalah lingkungan fisik yang cukup tinggi dibandingkan dengan laki-laki dimana dari total jumlah responden sendiri jumlah perempuan lebih banyak dari laki-laki. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan (Sofyan et al., 2011) dengan judul Hubungan Antara Kondisi Lingkungan Fisik dengan Kejadian Jatuh pada Lanjut Usia di Kelurahan Ngijo Gunung Pati Semarang, hasil dari penelitiannya menunjukkan bahwa responden sebanyak 133 orang yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 73 orang (54,9) mengalami tingkat lingkungan fisik dengan kategori sedang.

Berdasarkan tingkat pendidikan sebagian besar responden berpendidikan terakhir sekolah dasar (SD) sebanyak 28 orang (56%) dan paling rendah yaitu TK sebanyak 1 orang (2%). Penelitian yang telah dilakukan oleh (Sofyan et al.,

2011) dengan judul Hubungan Antara Kondisi Lingkungan Fisik Dengan Kejadian Jatuh pada Lanjut Usia di Kelurahan Ngijo Gunung Pati menunjukkan hasil bahwa berdasarkan tingkat responden yang mengalami lingkungan fisik adalah responden yang memiliki tingkat pendidikan tidak sekolah sebanyak 97 orang (72,9%). Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang, termasuk perilaku dan motivasi mereka dalam hidup. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin mudah menerima informasi, sehingga semakin berpendidikan. Sebaliknya, jika tingkat pendidikan seseorang lebih rendah, hal ini menghalangi mereka untuk mengembangkan sikap terhadap nilai-nilai yang dihargai (Nasution, 2016).

Berdasarkan status pekerjaan hasil penelitian ini menyatakan bahwa mayoritas responden bekerja sebagai ibu rumah tangga sebanyak 24 orang (48%), Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dikatakan oleh (Rochmayanti, 2011) berpendapat bahwa orang dengan tingkat sosial ekonomi rendah memiliki pikiran cemas atau khawatir yang lebih banyak daripada orang dengan tingkat ekonomi tinggi, sehingga kecemasan dan ketakutan kemudian dapat berkontribusi pada lingkungan fisik.

2. **Insomnia**

Surgawa & Nikado, (2019) menyatakan bahwa insomnia merupakan sebagai keluhan kesulitan memulai atau mempertahankan tidur atau tidur yang tidak nyenyak yang berlangsung selama setidaknya satu bulan dan mengakibatkan gangguan atau gangguan yang signifikan. Dengan bertambahnya usia, periode tidur berkurang, kebutuhan tidur juga berkurang. Dalam penelitian ini, mengidentifikasi seberapa banyak lansia yang mengalami insomnia di Tarudan Bangunharjo Sewon Bantul.

Berdasarkan hasil pada tabel 4.2 diketahui bahwa di Tarudan Bangunharjo Sewon Bantul Yogyakarta, insomnia pada lansia dikategorikan menjadi empat yaitu kategori insomnia berat sebanyak 21 orang (42%), kategori insomnia sedang sebanyak 19 orang (38%), kategori insomnia ringan sebanyak 10 orang (20%) dan kategori tidak insomnia sebanyak 0 orang (0%). Penelitian ini didukung oleh (Rianjani et al., 2016) dengan judul “Kejadian Insomnia berdasarkan Karakteristik dan Tingkat Kecemasan pada Lansia di Panti Wredha Pucang Gading Semarang” dapat dijelaskan bahwa berdasarkan usia responden dengan umur 60 tahun sampai 80 tahun mengalami insomnia sedang (45%).

Berdasarkan jenis kelamin sebagian besar dimana responden dalam penelitian ini memiliki 50 responden yang sebagian besar adalah perempuan yaitu sebanyak 36 orang (72%) sedangkan laki-laki sebanyak 14 orang (28%). Hasil penelitian ini didukung oleh (Puspitasari, 2020) lansia ini disebabkan peristiwa yang menimbulkan stres dan trauma pada insomnia, yang berujung pada gangguan kesehatan mental ringan hingga berat dan terakhir insomnia sekunder seperti, masalah dilingkungan keluarga dan lingkungan sekitar.

Berdasarkan tingkat pendidikan lansia yang tinggal di Tarudan Bangunharjo Sewon Bantul Yogyakarta sebagian besar pendidikan akhir yaitu sekolah dasar (SD) sebanyak 28 orang (56%), kemudian paling sedikit Taman Kanak-Kanak

(TK) sebanyak 1 orang (2%). Sejalan dengan (Oktavianti, 2020) Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang, termasuk perilaku dan motivasi mereka dalam hidup. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin mudah untuk mendapatkan informasi, sehingga semakin banyak pendidikan maka semakin sedikit hal yang menghalanginya.

Berdasarkan status pekerjaan pada responden sebagian besar ibu rumah tangga sebanyak 24 orang (48%), buruh sebanyak 16 orang (32%), tidak bekerja sebanyak 8 orang (16 orang) dan wirausaha sebanyak 2 orang (4%). Penelitian ini didukung oleh (Rochmayanti, 2011) bahwa orang dengan tingkat sosial ekonomi rendah memiliki pikiran cemas atau khawatir yang lebih banyak daripada orang dengan tingkat ekonomi tinggi, sehingga kecemasan dan ketakutan kemudian dapat berkontribusi pada insomnia.

3. Hubungan Lingkungan Fisik dengan Kejadian Insomnia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan mayoritas responden mengalami lingkungan fisik yang cukup buruk dan mengalami insomnia sedang yaitu sebanyak 19 responden (38%). Sedangkan paling sedikit yaitu tingkat insomnia ringan dan tidak insomnia berjumlah 0 responden (0%). Nilai signifikansi sebesar 0,000 sehingga ($p < 0,05$) yang berarti ada hubungan antara lingkungan fisik dengan kejadian insomnia.

Hasil penelitian sejalan dengan (Febuanti et al., 2019) dengan judul “Penyakit Fisik dan Lingkungan terhadap Insomnia pada Lansia” menunjukkan bahwa dari hasil uji statistik diperoleh p value 0,022 sehingga ($p < 0,05$) artinya ada hubungan yang signifikan antara lingkungan fisik dengan kejadian insomnia pada lansia di RPSTW Garut.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (zaakkk, 2018) bahwa bahwa dari hasil uji statistic Spearman Rank diperoleh nilai p value 0,000 yang berarti bahwa nilai ($p < 0,05$), artinya penelitian ini mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara lingkungan fisik dengan kejadian insomnia.

4. Keeratan Hubungan Lingkungan Fisik dengan Kejadian Insomnia

Hasil penelitian menunjukkan keeratan hubungan lingkungan fisik dengan kejadian insomnia pada lansia di Tarudan Bangunharjo Sewon Bantul Yogyakarta dari hasil perhitungan koefisien kontingensi yaitu 0,874. Dari hasil tersebut maka keeratan hubungan lingkungan fisik dengan kejadian insomnia pada lansia di Tarudan Bangunharjo Sewon Bantul Yogyakarta termasuk kategori tinggi karena nilai tersebut terletak pada rentang 0,710-0,900.

Hasil penelitian ini didukung oleh (Raharja, 2015) Keeratan hubungan yang tinggi antara lingkungan fisik dengan insomnia pada lansia disebabkan masih ada beberapa faktor lain yang turut mempengaruhi dalam penelitian ini, dimana jika semakin tinggi lingkungan fisik pada lansia maka akan semakin tinggi juga insomnia pada lansia yang terjadi.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian dan pembahasan di atas dapat disimpulkan adanya hasil mayoritas responden yang mengalami insomnia berat sebanyak (42%). Sedangkan lingkungan fisik dengan hasil cukup buruk sebanyak (44%

DAFTAR PUSTAKA

- Suryana. (2017). Metode Penelitian Metode Penelitian. *Metode Penelitian Kualitatif*, 17, 43. [http://repository.unpas.ac.id/30547/5/BAB III.pdf](http://repository.unpas.ac.id/30547/5/BAB%20III.pdf)
- Abarca, R. M. (2021). Insomnia yaitu kesulitan untuk memulai tidur dan mempertahankan tidur merupakan gangguan klinis yang termasuk kondisi dimana seseorang kesulitan untuk tidur kondisi ini seperti bangun di tengah malam hari, kesulitan tidur dan terbangun terlalu pagi. *Nuevos Sistemas de Comunicación e Información*, 2013–2015.
- Abdillah, N., & Putri, A. N. (2018). Jurnal Kesehatan Medika Sainika. *Jurnal Kesehatan Medika Sainika Volume*, 10(2), 11–24.
- Adheya, Putrindashafa, Denny, J., & Rotinsulu ika, F. (2020). Pengaruh Sikap Higiene Tidur Terhadap Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Universitas Mulawarman. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 2(4), 458–466. <https://doi.org/10.25026/jsk.v2i4.161>
- Agustina, L. (2014). Deskriptif tentang Karakteristik Lingkungan yang Beresiko Terjadinya Jatuh pada Lansia di Desa Susukan Kecamatan Susukan Kabupaten Semarang. *FIKkes Jurnal Keperawatan*, 7(2), 100–106. [http://download.portalgaruda.org/article.php?article=418648&val=434&title=D eskriptif Tentang Karakteristik Lingkungan yang Beresiko Terjadinya Jatuh pada Lansia diDesa Susukan Kecamatan Susukan Kabupaten Semarang](http://download.portalgaruda.org/article.php?article=418648&val=434&title=D%20eskriptif%20Tentang%20Karakteristik%20Lingkungan%20yang%20Beresiko%20Terjadinya%20Jatuh%20pada%20Lansia%20diDesa%20Susukan%20Kecamatan%20Susukan%20Kabupaten%20Semarang)
- Astuti, N. M. (2019). Penatalaksanaan Insomnia pada Usia Lanjut. *Fakultas Kedokteran Universitas Udayana*, 1–14.
- Ayu Isti. (2021). *Ciri-Ciri Lingkungan Sehat dan*.
- Badan Pusat Statistik. (2021). *Statistik Penduduk Lanjut Usia* (pp. 3–5). Badan Pusat Statistik.
- Biahimo, N. U. I., & Gobel, I. A. (2021). Faktor Yang Mempengaruhi Gangguan Tidur (Insomnia) Pada Lansia Di Desa Kaidundu Kecamatan Bulawa Kabupaten Bone Bolango. *Jurnal Zaitun, Faktor yang Mempengaruhi Gangguan Tidur (Insomnia) pada Lansia di Desa Kaidundu Kecamatan Bulawa Kabupaten Bone Bolango*, 916–924.
- Budiastuti, D., & Bandur, A. (2018). Validitas dan Reliabilitas Penelitian. In *Binus*. www.mitrawacanamedia.com
- Burbano. (2015). Pengertian Lingkungan Fisik. *Ekp*, 13(3), 1576–1580.
- Dr. Vladimir, V. F. (2019). Perubahan yang Terjadi Pada Lansia. *Gastronomía Ecuatoriana y Turismo Local.*, 1(69), 5–24.
- Dwi, S. (2017). Merawat Manusia Lanjut Usia. *Lansia*, 67(6), 14–21.
- Efendi, M. (2016). Variabel Penelitian dan Definisi Operasional. *Jurnal Ilmiah Akuntansi*, 3(6), 61–77.
- Engel. (2014). Klasifikasi pada Lansia. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*.
- Fabiana Meijon Fadul. (2019). *Gangguan Tidur pada Lansia*. 2045, 0–3.
- Febuanti, S., Hartono, D., & Cahyati, A. (2019). Penyakit Fisik dan Lingkungan

- terhadap Insomnia bagi Lanjut Usia. *Quality: Jurnal Kesehatan*, 13(1), 1–4.
<https://doi.org/10.36082/qjk.v13i1.51>
- Fletter, (Lenihhan &. (2018). BAB II Tinjauan Pustaka A. Pengertian Lingkungan. *BAB II Tinjauan Pustaka A. Pengertian Lingkungan*, 8–29.
- Gehrman, P., & Ancoli-Israel, S. (2016). Insomnia in the elderly. *Insomnia: Diagnosis and Treatment*, 224–234.
- Gumilang. (2021). *Mengenal Ciri-Ciri Lingkungan Sehat*. 1–5.
- Haryani, W., & Setiyobroto, I. S. I. (2022). *Modul Etika Penelitian*.
[http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/9247/1/Modul Etika Penelitian ISBN.pdf](http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/9247/1/Modul%20Etika%20Penelitian%20ISBN.pdf)
- Hatmanti, N. mawarda, & Muzdalifah, L. (2019). Hubungan Tingkat Depresi Dengan Kejadian Insomnia Pada Lanjut Usia Di Griya Werdha Jambangan Surabaya. *Journal of Health Sciences*, 12(1), 67–77. <https://doi.org/10.33086/jhs.v12i1.832>
- Jayani, D. H. (2021). *Penduduk Usia Tua Yogyakarta Semakin Meningkat*. KataData.
- Jepisa, T., & Riasmini, N. M. (2020). *Karakteristik , Tingkat Depresi dan Faktor Lingkungan Fisik Dengan Characteristic , Depression Level , Physical Environment Factor with Sleep Quality of Geriatric Living at Pstw of Sumbar Provinces*. 4(2), 152–159.
- Latifa, U. (2018). Determinan Insomnia Pada Lansia Yang Tinggal Di Rumah. *Bitkom Research*, 63(2), 1–3.
http://forschungsunion.de/pdf/industrie_4_0_umsetzungsempfehlungen.pdf%0A
[https://www.dfki.de/fileadmin/user_upload/import/9744_171012-KI-Gipfelpapier-online.pdf%0Ahttps://www.bitkom.org/sites/default/files/pdf/Presse/Anhaenge-an-PIs/2018/180607 -Bitkom](https://www.dfki.de/fileadmin/user_upload/import/9744_171012-KI-Gipfelpapier-online.pdf%0Ahttps://www.bitkom.org/sites/default/files/pdf/Presse/Anhaenge-an-PIs/2018/180607-Bitkom)
- Nanda, K. R. (2017). Pengaruh Persepsi Harga dan Kualitas Produk Terhadap keputusan Pembelian Smartphone Vivo di Digicom Handphone Lubuk Pakam. *Universitas Medan Area*, 22–34.
<http://repository.uma.ac.id/handle/123456789/1118>
- Nasution, H. B. (2016). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Terjadinya Insomnia Pada Lansia Di Samanhudi Kelurahan Estate Kecamatan Binjai Selatan Tahun 2016. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 1(2), 77.
<https://doi.org/10.34008/jurhesti.v1i2.66>
- Noorkasiani, T. (2012). *Kesehatan Usia Lanjut dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Salemba Medika.
- Notoatmodjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT. Rineka Cipta.
- Nugraheni, A. R. (2017). Pengolahan Data. *Geo Educasia-S1*, 53(9), 1689–1699.
- Oktavianti. (2020). *Metode penelitian*. 37–48.
- Olii, N., Kepel, B. J. &, & Silolonga, W. (2018). Hubungan Kejadian Insomnia Dengan Konsentrasi Belajar Pada Mahasiswa Semester V Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi. *Jurnal Keperawatan*, 6(1), 1–7.
- Puspitasari, D. I. (2020). Konsep Insomia. *Uin Suska Riau*, 1988, 12–23.
- Putri, D. A. (2019). Status Psikososial Lansia Di Pstw Abiyoso Pakem Sleman Yogyakarta Tahun 2019. *Poltekkes Joga*, 53(9), 1689–1699.
- Raharja, E. A. (2015). Kejadian Insomnia Pada Lanjut Usia. *Jurnal Keperawatan*

- Indonesia. [https://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/3193/Ericha Aditya Raharja - 062310101038.pdf?sequence=1](https://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/3193/Ericha%20Aditya%20Raharja%20-%20062310101038.pdf?sequence=1)
- Rianjani, E., Nugroho, H. A., & Astuti, R. (2016). Kejadian Insomnia Berdasarkan Karakteristik Dan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Panti Wredha Pucang Gading Semarang. *Jurnal Keperawatan*, 4(2), 194–209. <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=418665&val=434&title=>
- Rochmayanti. (2011). Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup pasien penyakit jantung koroner di Rumah Sakit Pelni Jakarta. In *Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia*. <https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=Analisis+faktor-faktor+yang+mempengaruhi+kualitas+hidup+pasien+penyakit+jantung+koroner+di+Rumah+Sakit+Pelni+Jakarta>
- Rosianti, I. S., & Suryani. (2020). *Perbedaan Kejadian Insomnia Pada Lansia Yang Tinggal Sendiri Dengan Yang Tinggal Bersama Keluarga Di Kelurahan Kenalan Pakis Magelang*.
- Saudjana, N., & Kusuma, A. (2015). Proposal Penelitian di Perguruan Tinggi. *Jurnal Kajian*, 84.
- Sholehah, L. R. (2020). Penanganan insomnia. *E-Jurnal Universitas Udayana*, 1–21.
- Soamole, I. I. N. R., Studi, P., Keperawatan, I., Kedokteran, F., Ilmu, D. A. N., & Yogyakarta, U. M. (2017). *Terhadap Insomnia Pada Lansia Di Duku*.
- Sofyan, A. I., Nugroho, H. A., & Astuti, R. (2011). Hubungan Antara Kondisi Lingkungan Fisik Rumah Dengan Kejadian Jatuh Pada Lanjut Usia Di Kelurahan Ngijo Gunung Pati Semarang. *Maret*, 4(1), 18–29.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. PT. Alfabeta.
- Sumirta, I. N., & Laraswati, A. I. (2017). Faktor yang Menyebabkan Gangguan Tidur (Insomnia) Pada Lansia. *Politeknik Kesehatan Denpasar*, 1–10.
- Surgawa, E., & Nikado, H. (2019). Tingkat Insomnia Mahasiswa Tahap Sarjana dan Tahap Profesi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Susilana, R. (2015). Modul Landasan Teori dan Hipotesis. *Rudi*, Hal, 14.
- Syamsinar. (2016). Pola Tidur Dalam Al-Quran (Kajian Tahlili terhadap Q.S Al-Furqon:47. *Skripsi Universitas Islam Negeri Alauddin*, 1.
- Tarwoto, W. (2015). *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan* (5th ed.). Salemba Medika.
- Widiana Sasti Kirana. (2010). *Hubungan antara kepuasan..., Widiana Sasti Kirana, FISIP UI, 2010*. 30–35.
- zaakkk. (2018). *Kuisisioner Lingkungan Fisik NIOSH*. <https://id.scribd.com/document/371494158/2-Kuisisioner-Lingkungan-Fisik-NIOSH>