

## ABSTRACT

### RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVELS AND INSOMNIA IN THE ELDERLY AT THE UPTD IN THE PMKS MAJAPAHIT DISTRICT. MOJOKERTO

BY: DWI EKO PANGESTU

The aging process occurs in various aspects of life, both social, economic, and especially health, because within increasing age, organs increase. Aging is a condition that occurs in human life. The aging process is a process through out life, not only starting at a certain time, but starting from the beginning of life. Insomnia in the elderly caused by physical activity through out the day, sleeping being moved through out the day, facing anxiety, stress and recovery, uncomfortable bedrooms, frequent night time urination and urinary tract infections. The purpose of this study was to study the relationship between stress levels and the incidence of insomnia in the UPTD Pesanggrahan PKMS Majapahit Mojokerto. In this study using analytic design using cross-sectional findings with the sampling technique used in this research purposive sampling. The population in this study is continued in UPTD Pesanggrahan PMK Mojopahit District. Mojokerto in the month of 2019 is 30 people. The results of this study are mostly respondents who have moderate stress as many as 9 respondents (60.0%), most of the respondents who have severe insomnia as many as 8 respondents (53.3%), there is a connection with the relationship between stress and the incidence of respondents with an increase coefficient 0.873. which showed a very high relationship, the higher the level of stress experience by the elderly, the higher the incidence of insomnia experienced by the elderly

**Keywords:** Insomnia, Elderly, Stress Level

**ABSTRAK****Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Insomnia Pada Lansia Di UPTD****Pesanggrahan PMKS Mojopahit kab. Mojokerto****DISUSUN OLEH :DwiEkoPangestu**

Proses menua lanjut usia terjadi pada berbagai aspek kehidupan, baik sosial, ekonomi, dan terutama kesehatan, karena dengan semakin bertambahnya usia, fungsi organ tubuh semakin menurun. Menua atau menjadi tua merupakan suatu keadaan yang terjadi didalam kehidupan manusia. Proses menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai pada satu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan. Insomnia pada lansia disebabkan karena kurangnya kegiatan fisik sepanjang hari, tidur yang sebentar-sebentar sepanjang hari, gangguan cemas, stres dan depresi, suasanakamar yang kurang nyaman, sering berkemih ketika malam hari dan infeksi saluran kemih. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan kejadian insomnia di UPTD Pesanggrahan PKMS Majapahit Mojokerto. Dalam penelitian ini menggunakan desain analitik korelasi dengan menggunakan pendekatan *crosssectional* dengan teknik pengambilan sampel yang digunakan pada peneliti ini adalah *purposive sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah lanjut usiadi UPTD Pesanggrahan PMKS MojopahitKab.Mojokerto pada bulan juni 2019 yaitu 30 orang. Hasil penelitian ini yaitu sebagian besar responden yang mengalami stress sedang sebanyak 9 responden (60,0 %), sebagian besar responden yang memnglami Insomnia berat sebanyak 8 responden (53,3%), ada hubungan bermakna antara tingkat stres dengan jadian responden dengan koefisien korelasi 0,873. yang menunjukkan ada Hubungan sangat tinggi, semakin tinggi tingkat stres yang dialami lanjut usia maka semakin tinggi kejadian insomnia yang dialami lanjut usia.

**Kata Kunci : Insomnia, Lanjut Usia, Tingkat Stres**