

ABSTRACT

The number of elderly in Indonesia was increasing in every year. Biro Pusat Statistik predict that elderly were increasing by number of 30,1 million peoples, it's about 10 % total of Indonesian people in 2020. One of their problem is insomnia. Insomnia is a chronic condition of unsatisfied feeling of sleep quality and quantity. Insomnia can cause lots of bad effects to elderly, those are sleepy, lack of concentration, tired and weak sensation because of restless, decreasing of body immunity, emotional unstable (elderly tend to be irritable, fussy, feel worried, depression, etc). This problem will give such effect to quality of life of elderly. The aim of this study is to investigate the relation of insomnia with quality of life in elderly.

This study used cross sectional analytic method by 30 elderly as a subject in Panti Sosial Trisna Werdha Budi Luhur Kasongan, Kasihan, Bantul, Yogyakarta whom suitable with inclusion criteria. Insomnia measured by KSPBJ Insomnia Rating scale and using WHO QOL Bref Questioner for the quality of life. Pearson Correlation Test is used to analyze relation of insomnia with quality of life in elderly.

The result shows that 25 peoples (83,33%) are suffered insomnia and 5 another are not. The mean of insomnia's score is 12,1 which is above the limiting value of insomnia (>10) and the mean of quality of life in domain1 (physical healthiness) and 4 (environment) are included in bad quality of life group. In the other hand, the mean of quality of life domain 2 and 3 are included in good quality of life. Nevertheless, there is no any significant between insomnia and quality of life in domain 1 (physical healthiness) ($p= 0,692$; $r= -0,75$), domain 2 (psychological aspect) ($p=0,484$; $r=0,133$), domain 3 (social aspect) ($p=0,472$; $r=-0,136$), and domain4 (environment aspect) ($p=0,315$; $r=-0,190$). In conclusion there is no significant relation between insomnia and quality of life domain 1, 2, 3 and 4 in elderly.

Keyword: insomnia, quality of life, elderly, KSPBJ Insomnia Rating Scale, WHO QOL Bref Questioner.

INTISARI

Jumlah lansia di Indonesia dari tahun ke tahun meningkat. Biro Pusat Statistik memperkirakan tahun 2020 jumlah lansia meningkat menjadi 30,1 juta jiwa atau sekitar 10 persen total penduduk Indonesia. Salah satu masalah pada lansia adalah insomnia. Insomnia merupakan ketidakpuasan seseorang dalam kualitas dan kuantitas tidur, dan berlangsung lama. Insomnia mengakibatkan banyak pengaruh buruk pada lansia seperti mengantuk, kurang konsentrasi, perasaan letih dan lemah karena kurang istirahat, ketahanan tubuh melawan penyakit berkurang, ketidakstabilan emosional (orang yang sudah tua cenderung terlihat pemarah, cerewet, gelisah, depresi dan lain sebagainya). Tentunya hal tersebut akan mempengaruhi kualitas hidup lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan insomnia dengan kualitas hidup pada lansia.

Penelitian ini menggunakan metode *cross sectional analytic* pada 30 subyek lansia penghuni Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kasongan, Kasihan, Bantul, Yogyakarta yang memenuhi kriteria inklusi. Pengukuran insomnia dengan menggunakan KSPBJ (Kelompok Studi Psikiatri Biologik Jakarta) *Insomnia Rating Scale*. Digunakan *WHO QOL Bref Questioner* untuk mengukur kualitas hidup. Untuk mengetahui hubungan insomnia dengan kualitas hidup pada lansia dilakukan uji statistik korelasi pearson.

Data penelitian menunjukkan 25 orang (83,33%) mengalami insomnia dan 5 orang (16,67%) tidak insomnia. Rerata insomnia di atas nilai batas insomnia yaitu 12,1 (>10). Rerata kualitas hidup domain 1 (kesehatan fisik) dan 4 (lingkungan) masuk ke dalam golongan kualitas hidup buruk, sedangkan rerata kualitas hidup domain 2 dan 3 masuk ke dalam kualitas hidup baik. Meskipun demikian tidak ada hubungan yang signifikan antara insomnia dengan kualitas hidup domain 1 (kesehatan fisik) ($p=0,692$; $r=-0,75$), antara insomnia dengan kualitas hidup domain 2 (kesehatan psikologi) ($p=0,484$; $r=0,133$), antara insomnia dengan kualitas hidup domain 3 (kesehatan hubungan sosial) ($p=0,472$; $r=0,136$), dan antara insomnia dengan kualitas hidup domain 4 (kesehatan lingkungan) ($p=0,315$; $r=0,190$). Hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara insomnia dengan kualitas hidup pada domain 1, 2, 3, dan 4 pada lansia.

Kata kunci: *insomnia*, kualitas hidup, lansia, KSPBJ *Insomnia Rating Scale*, *WHO QOL Bref Questioner*.