

ABSTRAK

Demensia adalah masalah umum pada lansia. Penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa demensia pada lansia dapat dicegah dengan cara mempertahankan kualitas tidur yang adekuat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kualitas tidur dengan demensia pada lansia di Posyandu lansia Wulan Erma di Wilayah Menanggal Surabaya.

Desain penelitian analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi 76 lansia dengan sampel 64 responden. Pengambilan sampel menggunakan *Probability sampling* dengan teknik *Simple random sampling*. Variabel independen adalah kualitas tidur dan variabel dependen adalah demensia. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner PSQI untuk mengukur kualitas tidur dan MMSE untuk mengukur demensia. Analisis penelitian ini menggunakan uji *Chi-Square*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 13 responden memiliki kualitas tidur yang adekuat 10 responden tidak mengalami demensia dan 3 responden mengalami demensia. Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Chi-Square* didapatkan nilai kemaknaan = 0,001 dimana $<0,05$ yang berarti H_0 ditolak yang artinya ada hubungan kualitas tidur dengan demensia pada lansia di Posyandu lansia Wulan Erma di Wilayah Menanggal Surabaya

Lansia yang mempunyai kualitas tidur yang adekuat dapat terhindar dari demensia. Hal ini sebagai upaya pencegahan demensia. Diharapkan para lansia yang mengalami demensia dapat mempertahankan kualitas tidur yang adekuat.

Kata kunci : Kualitas tidur dan Demensia