

ABSTRAK

Kecemasan yang terjadi pada wanita *premenopause* menyebabkan terjadinya insomnia, karena adanya perubahan fisik. Kebanyakan wanita *premenopause* tidak siap menghadapi perubahan-perubahan tersebut, sehingga apabila tidak ditangani akan berlanjut pada depresi. Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan terjadinya insomnia pada wanita *premenopause* di Dusun Ngablak Desa Kedungrukem Kecamatan Benjeng Kabupaten Gresik.

Desain penelitian *analitik* dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi adalah wanita *premenopause* berjumlah 80 orang, besar sampel 66 responden diambil dengan teknik *Simple Random Sampling*. Variabel independen tingkat kecemasan dan variabel dependen terjadinya insomnia. Instrumen menggunakan lembar kuesioner. Data yang diperoleh diuji dengan *Mann-Whitney* dengan tingkat kemaknaan ($\alpha = 0,05$).

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar (56,1%) mengalami kecemasan ringan dan sebagian besar (68,2%) mengalami insomnia. Hasil uji *Mann-Whitney* diperoleh $U = 0,000$ dan $p = 0,05$, berarti $p < \alpha$ maka H_0 ditolak artinya terdapat hubungan tingkat kecemasan dengan terjadinya insomnia pada wanita *premenopause* di Dusun Ngablak Desa Kedungrukem Kecamatan Benjeng Kabupaten Gresik..

Sebagian besar wanita *premenopause* mengalami tingkat kecemasan ringan dan sebagian besar mengalami insomnia. Peran perawat memberikan pembinaan dan penyuluhan tentang *menopause* dan cara penanganan dari keluhan yang dirasakan sehingga wanita *premenopause* tidak mengalami kecemasan.

Kata Kunci : Kecemasan, insomnia, wanita *premenopause*