

ABSTRAK

Lansia mengeluhkan bahwa dirinya sering mengalami berbagai permasalahan seperti depresi, demensia, gangguan nutrisi, merasa gelisah dengan penyakit yang dialaminya seperti pusing, jantung, hipertensi dan asam urat serta merasa gelisah karena memikirkan anaknya dan merasa ketakutan akan kematian. Dari keluhan yang dialami oleh lansia dapat menyebabkan lansia mengalami kesulitan untuk tidur. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan antara kecemasan dengan kualitas tidur pada lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya.

Desain penelitian ini *Analitik* dengan pendekatan *Cross Sectional*, dengan populasinya sebanyak 49 lansia, besar sampelnya sebanyak 44 lansia diambil dengan teknik *Simple Random Sampling*. Variabel independennya adalah kecemasan sedangkan variabel dependennya adalah kualitas tidur. Instrumen pengumpulan data adalah lembar kuesioner *ZSAS* dan *PSQI*. Data dianalisis dengan uji *Rank Spearman* dengan kemaknaan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 44 responden yaitu 16 responden yang mengalami kecemasan berat seluruhnya (100%) memiliki kualitas tidur buruk. Hasil uji statistik *Rank Spearman* $\rho = 0.01 < \alpha = 0,05$ menunjukkan ada hubungan antara kecemasan dengan kualitas tidur pada lansia di Panti Tresna Werdha Hargo Dedali Surabaya.

Dapat disimpulkan bahwa lansia yang mengalami kecemasan ringan dan kecemasan sedang mengalami kualitas tidur baik sedangkan lansia yang mengalami kecemasan berat dan kecemasan panik mengalami kualitas tidur buruk. Sehingga sebagai seorang perawat kita harus bisa mengurangi kecemasan yang ada didalam diri lansia agar kualitas tidurnya menjadi lebih baik dan lansia bisa tidur dengan nyaman dan nyenyak.

Kata Kunci : Kecemasan, Kualitas Tidur, Lansia