

## Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Covid-19 dengan Kualitas Tidur pada Lansia

Hermi Julianti<sup>1</sup>, Reni Zulfitri<sup>2</sup> Arneliwati<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau

<sup>2</sup> Dosen Fakultas Keperawatan Universitas Riau

<sup>3</sup> Dosen Fakultas Keperawatan Universitas Riau

Fakultas Keperawatan

Universitas Riau

([hermijulianti99@gmail.com](mailto:hermijulianti99@gmail.com), 081261130314)

### ABSTRACT

Tingginya angka kejadian COVID-19 terhadap lansia akan membuat perasaan cemas dan juga khawatir. Kecemasan yang berlebihan bagi lansia mengakibatkan kualitas tidur lansia menjadi buruk. Tingkat kecemasan terhadap COVID-19 dapat mempengaruhi kualitas tidur pada lansia. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan tingkat kecemasan terhadap COVID-19 dengan kualitas tidur pada lansia. Desain penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel 100 responden, pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Analisis yang digunakan analisis univariat untuk melihat distribusi frekuensi karakteristik responden, gambaran kecemasan terhadap COVID-19 dan gambaran kualitas tidur, serta analisis bivariat menggunakan uji *Chi-square*. Hasil penelitian ini menunjukkan responden dengan kecemasan ringan dan kualitas tidur buruk sebanyak 65 (65,5%) responden. Hasil uji statistik didapatkan  $p\text{-value } 0,512 > \alpha (0,05)$  yang artinya  $H_0$  gagal ditolak, dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat kecemasan terhadap COVID-19 dengan kualitas tidur pada lansia. **Kesimpulan:** hasil uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan antara kecemasan terhadap COVID-19 dengan kualitas tidur pada lansia.

**Kata Kunci** : COVID-19, Kecemasan, Kualitas Tidur, Lansia

### ABSTRACT

*The high incidence of COVID-19 for the elderly will make them feel anxious and worried. The excessive anxiety for the elderly bringing on poor sleep quality for the elderly. The level of anxiety about COVID-19 can affect the quality of sleep for the elderly. This study aims to examine the relationship between anxiety levels against COVID-19 and sleep quality for the elderly. Correlation descriptive research design with the cross-sectional approach. The sample used is about 100 respondents, sampling using a purposive sampling technique. The analysis used is an univariate analysis to see the frequency distribution of respondents' characteristics, description of anxiety about COVID-19 and description of sleep quality, and also bivariate analysis using Chi-square test. The results of this study showed that there were 65 (65.5%) respondents with mild anxiety and poor sleep quality. Statistical test results obtained  $p\text{-value } 0.512 > \alpha (0.05)$  which means  $H_0$  failed to be rejected, so it can be concluded that there is no relationship between the level of anxiety about COVID-19 with sleep quality for the elderly. Statistical test results showed that there is no relationship between anxiety about COVID-19 and sleep quality for the elderly.*

**Keywords** : COVID-19, Anxiety, Sleep Quality, Elderly

## Pendahuluan

Proses menua adalah hal yang tidak dapat dihindari oleh setiap individu dan tidak semua individu mendapatkan kesempatan berada dalam tahap ini. Seseorang yang telah mencapai usia lebih dari atau sama dengan 60 tahun baik lelaki maupun perempuan disebut dengan lanjut usia (Sya'diyah, 2018). Lanjut usia adalah seseorang yang usianya diatas 60 tahun serta tidak berdaya untuk mencari nafkah diri sendiri dan untuk memenuhi kebutuhan hidupnya sehari-hari (Ratnawati, 2018).

Populasi lansia mengalami peningkatan dengan cepat, pada tahun 2020 jumlah lansia diperkirakan sudah sama dengan jumlah balita, 11% dari 6,9 Miliar penduduk dunia adalah lansia (WHO, 2013). Persentase penduduk lanjut usia di Indonesia pada tahun 2019 mencapai 9,60% atau sekitar 25,64 juta jiwa (Badan Pusat Statistik Kota Pekanbaru, 2019 a). Jumlah penduduk lansia di Provinsi Riau pada tahun 2019 yang berusia 60-64 tahun sebanyak 91.565 orang, pada usia 65-69 tahun sebanyak 55.927 orang, dan pada usia 70-74 tahun sebanyak 30.414 orang, sedangkan pada usia 75 tahun keatas sebanyak 26.648 orang (Badan Pusat Statistik Provinsi Riau, 2019). Menurut Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru (2020) Jumlah penduduk lansia yang ada di Kota Pekanbaru sebanyak 65.124 orang, jumlah ini mengalami peningkatan dari tahun sebelumnya yaitu sebanyak 60.666 orang.

Meningkatnya jumlah lansia juga diiringi dengan berbagai permasalahan kesehatan dikarenakan menurunnya sistem kekebalan tubuh sehingga lansia akan rentan terkena penyakit, baik itu penyakit menular maupun penyakit tidak menular. Berdasarkan Data Riset Kesehatan Dasar Kementrian Kesehatan (2018) Penyakit yang terbanyak pada lansia adalah penyakit tidak menular seperti penyakit jantung, kencing manis, stroke dan cidera. Sedangkan penyakit menular yang sering diderita lansia adalah infeksi saluran pernapasan, diare dan pneumonia. Menurunnya imunitas sebagai pelindung tubuh yang bekerja tidak sekuat ketika masih muda menjadi alasan mengapa pada lanjut usia rentan terserang berbagai penyakit, termasuk juga COVID-19 yang sedang mewabah saat ini. (Kemenkes RI, 2020).

*Coronavirus Desease* (COVID-19) merupakan suatu penyakit yang dapat menyerang sistem pernapasan manusia dan disebabkan oleh virus *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2* (SARS-CoV-2). Penyakit yang diberi nama oleh WHO pada 11 Februari ini, pertama kali ditemukan di kota Wuhan, Cina pada akhir Desember 2019 (Susilo *et al.*, 2020). Total kasus terkonfirmasi COVID-19 secara global per tanggal 06 maret 2021 adalah sebanyak 116.647.031 jiwa. Amerika Serikat menjadi negara tertinggi kasus positif COVID-19 dengan total kasus sebanyak 29.589.979 kasus, sedangkan di Indonesia sebanyak 1.368.069 kasus positif COVID-19 sehingga menjadikan Indonesia berada di urutan ke-17 secara

global, urutan ke-3 di Asia dan urutan pertama di kawasan Asia Tenggara. (Kementerian Kesehatan RI 2021). Data suspek COVID-19 di Riau per tanggal 07 maret 2021 tercatat sebanyak 76.127 kasus dengan jumlah kematian sebanyak 222 orang. Data terkonfirmasi COVID-19 sebanyak 32.038 kasus dengan jumlah kematian 781 orang. Kota Pekanbaru menjadi Kota dengan angka suspek COVID-19 tertinggi pertama di Provinsi Riau yaitu sebanyak 11.602 kasus dengan jumlah kematian 77 orang, dan data terkonfirmasi COVID-19 sebanyak 15.226 kasus dengan jumlah kematian 331 orang. Disusul oleh Kota Dumai dengan total 2.835 kasus (Badan Pusat Statistik Provinsi Riau, 2021).

COVID-19 menyebar secara cepat dan menyerang berbagai kalangan dimulai dari anak-anak, remaja, dewasa sampai lansia, namun risiko kesehatan akibat infeksi COVID-19 lebih tinggi terjadi pada lansia. Tingginya angka kejadian COVID-19 terhadap lansia akan berdampak pada kondisi psikologis lansia, diantaranya dapat menimbulkan kecemasan. Kecemasan merupakan perasaan takut yang tidak jelas disertai dengan adanya perasaan ketidakpastian, tidak aman, tidak berdaya dan isolasi (Stuart,2016).

Kecemasan pada lansia tidak dapat dihindari ketika berada pada kondisi penuh tekanan seperti COVID-19 ini, kemungkinan yang berhubungan dengan kecemasan sebagai respon terhadap pandemi

COVID-19 dapat mencakup perubahan konsentrasi, iritabilitas, berkurangnya produktifitas dan konflik antar pribadi, stikma, ketakutan peneluran, serta insomnia. (Brooks, S. K., *et al.*, 2020). Berbagai dampak dari kecemasan yang berlebihan bagi lansia diantara dapat mempengaruhi kualitas tidur. Penelitian yang dilakukan oleh Dariah dan Okatiranti (2015) menunjukkan adanya hubungan antara tingkat kecemasan dan kualitas tidur pada lansia. Tidur merupakan salah satu kebutuhan dasar yang dibutuhkan oleh setiap orang dan aspek penting dalam kehidupan, dengan tidur seseorang dapat memulihkan kondisi tubuh, meningkatkan memori, mengurangi stress, depresi, kecemasan serta menjaga keseimbangan kemampuan dan konsentrasi saat melakukan berbagai aktivitas. Lansia membutuhkan waktu untuk tidur sebanyak 6-7 jam sehari. (Februanti, S. Hartono & Cahyati, 2019).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada 23 Februari 2021 di Dinas Kesehatan Kota pekanbaru, didapatkan data sekunder mengenai populasi lansia tertinggi di Kota Pekanbaru berada di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki yaitu sebanyak 6.327 lansia yang terdiri dari 3.144 lansia laki-laki dan 3.184 lansia perempuan. Masalah kesehatan lansia di puskesmas ini diantaranya hipertensi, ISPA, diabetes melitus, dermatitis, influenza, gastritis, artritis rheumatoid, dan diare.

Jumlah kasus terkonfirmasi positif COVID-19 sebanyak 1.266 kasus. Studi pendahuluan melalui metode wawancara pada 27 Februari 2021 kepada 8 orang lansia di Puskesmas Payung Sekaki didapatkan hasil 6 orang lansia merasakan cemas terhadap COVID-19, mereka merasakan jantung berdebar kencang dan kuat ketika memikirkan atau terpapar informasi tentang COVID-19 dan merasakan seperti ada sesuatu yang menakutkan akan terjadi jika terpapar COVID-19, lansia juga mengatakan sulit untuk tidur nyenyak. Kualitas tidur terganggu dapat disebabkan karena rasa khawatir atau cemas yang berlebihan. 3 lansia mengeluh sering terbangun pada malam hari dan sulit untuk memulai tidur kembali, mereka juga sering merasa mengantuk pada siang hari dan hal tersebut dapat mengganggu aktivitas lansia pada siang hari. Berdasarkan fenomena tersebut, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan tingkat kecemasan terhadap COVID-19 dengan kualitas tidur pada lansia”.

## Metode

Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang ada di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru yang berjumlah 6.327 orang menurut data dari Puskesmas Payung Sekaki. Besar sampel pada penelitian ini dihitung dengan menggunakan

rumus slovin jumlah sampel yang didapat adalah 98,4 responden dan disesuaikan menjadi 100 responden. Kuesioner yang digunakan adalah modifikasi *Geriatric Anxiety Scale (GAS)* yang dikembangkan oleh Daniel L. Segal *et al*, (2010). Bagian ketiga berisi pertanyaan untuk mengukur variabel kualitas tidur. Kuesioner yang digunakan adalah *Pittsburg Sleep Quality Index* atau *PSQI* di publikasikan pada tahun 1988 oleh *University of Pittsburgh*, kemudian di revisi kembali oleh Carole Smyth (2012) dan di uji validitas serta reabilitas memiliki konsistensi internal dan koefisien reabilitas (*Cronbach's Alpha*) adalah 0.83 untuk 7 pertanyaan.

Analisis univariat dan analisis bivariat merupakan analisis yang digunakan dalam penelitian ini. Analisis univariat akan menjelaskan atau mendeskripsikan tentang karakteristik responden (data umum) meliputi umur, jenis kelamin, status perkawinan, dan pendidikan terakhir, serta gambaran tingkat kecemasan terhadap COVID-19 dan kualitas tidur pada lansia. Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui apakah ada hubungan yang signifikan antara dua variabel yaitu independen dan dependen. Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *Chi-Square*, dilakukan untuk melihat hubungan variabel kecemasan terhadap COVID-19 dengan kualitas tidur pada lansia dengan batas kepercayaan  $\alpha = 0,05$ .

## Hasil

Berikut adalah hasil-hasil penelitian yang ditemukan:

### A. Aanalisa Univariat

#### 1. Karakteristik Responden

**Tabel 1.**

*Distribusi karakteristik responden*

No	Karakteristik Responden	Jumlah (n)	Persentase (%)
1	Umur		
	60-74 ( <i>elderly</i> )	73	73,0 %
	75-90 ( <i>old</i> )	27	27,0 %
2	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	43	43,0 %
	Perempuan	57	57,0 %
3	Agama		
	Islam	76	76,0 %
	Kristen Protestan Budha	24	24,0 %
4	Suku		
	Minang	35	35,0 %
	Jawa	19	19,0 %
	Melayu	22	22,0 %
	Batak	24	25,0 %
5	Status Perkawinan		
	Menikah	35	35,0 %
	Duda/Janda	65	65,0 %

Berdasarkan tabel diatas, menunjukkan bahwa umur responden terbanyak adalah 60-74 tahun sebanyak 73 (73,0%). Jenis kelamin responden terbanyak adalah perempuan yaitu sebanyak 57 orang (57,0%). Agama responden terbanyak adalah islam yaitu sebanyak 76 orang (76,0%). Suku responden terbanyak adalah minang yaitu sebanyak 35 orang (35,0%). Status pernikahan responden terbanyak adalah duda/janda sebanyak 65 orang (65,0%).

#### 2. Gambaran Kecemasan Terhadap COVID-19

**Tabel 2.**

*Gambaran kecemasan terhadap COVID-19*

Kategori	Jumlah (n)	Persentase (%)
Kecemasan ringan	84	84,0
Kecemasan sedang	16	16,0
Kecemasan berat	0	0
Kecemasan panik	0	0
Total	100	100

Berdasarkan tabel diatas, menunjukkan bahwa dari 100 responden penelitian, gambaran kecemasan terhadap COVID-19 mayoritas dengan kecemasan sedang yaitu sebanyak 84 orang (84,0%).

#### 3. Gambaran Kualitas Tidur Lansia

**Tabel 3.** Gambaran kualitas tidur lansia

Kategori	Jumlah (n)	Persentase (%)
Baik	22	22,0
Buruk	78	78,0
Total	100	100

Berdasarkan tabel diatas, menunjukkan bahwa dari 100 responden penelitian, gambaran kualitas tidur lansia mayoritas memiliki kualitas tidur buruk yaitu sebanyak 78 orang (78,0%).

### B. Analisa Bivariat

**Tabel 4.**

*Distribusi frekuensi hubungan kecemasan terhadap COVID-19 dengan Kualitas tidur pada lansia*

Kecemasan Terhadap COVID-19	Kualitas Tidur pada Lansia				Total		P value
	Baik		Buruk		N	%	
	N	%	N	%			
Kecemasan ringan	2	18,5	6	65,5	8	84,0	0,512
	0	%	4	%	4	%	
Kecemasan sedang	2	3,5	1	12,5	1	16,0	
		%	4	%	6	%	
Total	2	22,0	7	78,0	1	100	
	2	%	8	%	0	%	
					0		

Tabel diatas menggambarkan hubungan antara kecemasan terhadap COVID-19 dengan kualitas tidur pada lansia. Hasil yang diperoleh responden yang mengalami kecemasan ringan dengan kualitas tidur yang baik sebanyak 20 orang (18,5%). Responden yang mengalami kecemasan sedang dengan kualitas tidur buruk sebanyak 14 orang (12,5%). P value 0,512 >  $\alpha$  (0,05), disimpulkan bahwa  $H_0$  gagal ditolak yang artinya tidak terdapat Hubungan antara Kecemasan Terhadap COVID-19 dengan Kualitas Tidur pada Lansia.

**Pembahasan**

1. Karakteristik Responden

Hasil penelitian pada penelitian ini menunjukkan bahwa persentase umur lansia dari 100 responden mayoritas pada kategori elderly (60-74 tahun) sebanyak 73 orang (73,0%). Seiring bertambahnya usia, pada lansia terjadi proses

penuaan secara degeneratif yang akan berdampak pada perubahan-perubahan yang meliputi perubahan fisik dan psikologis. Perubahan fisik yang terjadi pada lansia seperti penurunan sistem kardiovaskuler, respirasi, *neurotransmitter*, hormonal dan imunitas. Perubahan psikologis yang terjadi pada lansia seperti *short time memory*, frustrasi, kesepian, takut kehilangan kebebasan, takut menghadapi kematian, perubahan keinginan, depresi dan kecemasan (Azizah, 2011; Kozier, 2016; Maryam, 2008; Potter & Perry, 2012).

Hal ini sejalan dengan penelitian Yurintika (2015) & Khasanah dan Hidayati (2012), dimana mayoritas lansia yang mengalami gangguan tidur berada pada kategori lansia atau *elderly* 60-74 tahun. Hal ini disebabkan oleh perubahan-perubahan baik fisiologis maupun psikologis pada diri lansia tersebut. Lansia akan berusaha beradaptasi dan mempersiapkan diri terkait perubahan-perubahan pada dirinya yang terkadang membuat lansia mengalami kecemasan, stres dan mengalami gangguan dalam tidurnya sehingga akan berdampak pada kualitas tidur lansia tersebut (Azizah, 2011).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 100 orang responden mayoritas berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 57 orang (57,0%). Perempuan lebih rentan merasa cemas dibanding dengan laki-laki. Karena jika pada perempuan

kecemasan muncul secara berlebihan, akan menyebabkan gangguan fungsi emosional. Hal ini sesuai dengan penelitian di Amerika bahwa angka tingkat kecemasan >28% lebih banyak menyerang perempuan (Fortinesh, *et al.*, (2017).

Hal ini sejalan dengan penelitian Reflio (2015) & Susilo (2015), dimana mayoritas perempuan lebih banyak mengalami gangguan kualitas tidur, dimana wanita lebih memiliki kemungkinan untuk mengalami mimpi buruk, kesulitan tidur dan sering terbangun dibandingkan pria. Kondisi ini juga disebabkan perempuan lebih sering mengalami perubahan mental seperti curiga, mudah marah dan egois, dan perubahan psikologis seperti meningkatnya kecemasan, stres dan emosi yang sulit dikontrol sehingga menyebabkan gangguan tidur (Sumirta, 2014).

Kota Pekanbaru mayoritas penduduknya beragama Islam, khususnya di Kecamatan Payung Sekaki (Bappeda Kota Pekanbaru, 2015). Sehingga lansia beragama Islam mudah sekali ditemui dan kesempatan lansia beragama Islam untuk dijadikan sebagai responden lebih besar dibandingkan dengan agama lainnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa jenis agama responden didapatkan mayoritas agama Islam sebanyak 76 orang responden (76,0%).

Berdasarkan Badan Pusat Statistik Kota Pekanbaru (2020), jumlah etnis terbesar di Pekanbaru adalah etnis minang kabau dengan jumlah 415.499 (38%), kemudian disusul etnis melayu dengan jumlah 284.288 (26 %), kemudian etnis jawa dengan jumlah 174.946 (16 %), setelah itu etnis batak dengan jumlah 120.275 (11 %), kemudian etnis tionghoa dengan jumlah 21.864 (2 %) dan lain-lain dengan jumlah 76.539 (7 %). Hasil penelitian pada tabel 12 menunjukkan bahwa dari 100 responden mayoritas suku responden adalah minang yaitu sebanyak 33 orang (33,0%).

Hasil penelitian pada penelitian ini menunjukkan dari 100 orang responden mayoritas adalah duda/janda yaitu sebanyak 65 orang (65,0%). Ikatan suami dan istri dipercaya dapat mengurangi risiko depresi dan kecemasan, berdasarkan teori faktor yang mempengaruhi kecemasan salah satunya adalah status perkawinan, dimana bagi yang berstatus duda/janda baik disebabkan oleh perceraian atau ditinggalkan pasangan karena meninggal, akan memicu terjadinya kecemasan dan depresi (Stuart, 2016). Selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Khairani (2010), dimana mayoritas duda/janda lebih sering mengalami gangguan tidur, dikarenakan jika seseorang yang telah biasa tidur dengan pasangannya maka tidur sendiri akan membuat keadaan menjadi terjaga.

Kehilangan pasangan juga dapat membuat seseorang merasa sedih, murung, tidak bersemangat dan merasa kosong sehingga menimbulkan depresi (Berlian & Heppy, 2014). Keadaan depresi yang berkepanjangan akan berdampak buruk terhadap kualitas tidur lansia (Potter & Perry, 2012).

## 2. Gambaran kecemasan terhadap COVID-19

Sebanyak 84 responden mengalami kecemasan ringan terhadap COVID-19. Peneliti berasumsi kecemasan yang dirasakan oleh lansia pada saat studi pendahuluan dan pada saat penelitian berada pada kategori cemas yang berbeda disebabkan oleh coping lansia yang semakin baik dalam menghadapi kecemasannya, dan juga faktor keluarga yang selalu mendampingi dan memberikan informasi kepada lansia. Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri, D. A. (2021) tentang Gambaran Tingkat Kecemasan Lansia Terkait Pandemi Covid-19 Di Wilayah Posyandu Lansia Kawatuna pada 28 responden, didapatkan hasil sebanyak 21 orang (75%) mengalami kecemasan sedang, dan hanya 1 orang (3,6%) saja yang mengalami kecemasan panik. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Azizah *et al.*, (2013), bahwa terdapat 67% responden lansia mengalami kecemasan pada kategori ringan. Hal ini disebabkan oleh mekanisme coping yang dimiliki lansia positif, perubahan

secara fisik dan psikologis yang dapat diterima oleh lansia dengan baik akan berpengaruh terhadap kecemasan.

## 3. Gambaran kualitas tidur lansia

Dari 100 orang responden mayoritas memiliki kualitas tidur buruk yaitu sebanyak 78 orang (78,0%). Peneliti berasumsi bahwa penyebab kualitas tidur yang buruk pada lansia disebabkan oleh berbagai macam faktor yang mempengaruhi diantaranya faktor umur, jenis kelamin, dan status pernikahan. Peneliti berasumsi kualitas tidur pada lansia yang paling dominan dipengaruhi oleh umur, dimana bertambahnya umur seseorang akan terjadi penurunan dalam kualitas tidur. Hal ini diperkuat dengan penelitian Tomi (2015) yang menyebutkan bahwa faktor yang paling dominan mempengaruhi kualitas tidur lansia adalah faktor umur dengan nilai OR adalah 9,839. Proses penuaan yang terjadi pada lansia, secara alami lansia akan membutuhkan waktu yang lama untuk dapat memulai tidur dan sering terbangun serta hanya sedikit waktu yang dapat digunakan untuk dapat tidur nyenyak (Azizah, 2011; Koziar, 2016; Maryam, 2008; Potter & Perry, 2012).

Kualitas tidur buruk pada lansia juga dipengaruhi oleh status pernikahan. Peneliti berasumsi dimana seseorang yang tinggal sendiri atau telah kehilangan suami/istri cenderung

memiliki kondisi psikologis yang tidak nyaman dan memicu timbulnya stres emosional sehingga dapat mengganggu pola tidurnya dan berdampak buruk terhadap kualitas tidur. Hal ini diperkuat dengan penelitian Luo *et al.*, (2013) bahwa lansia yang memiliki kualitas tidur yang buruk umumnya tinggal sendiri tanpa pasangannya (14.4%, $p=0.001$ ).

#### 4. Hubungan tingkat kecemasan terhadap COVID-19 dengan kualitas tidur pada lansia

Hasil uji statistik menunjukkan *p-value* sebesar 0,512 dimana  $p\text{-value} > \alpha$  (0,05). Sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan terhadap COVID-19 dengan kualitas tidur pada lansia.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Asriadi (2014). Hasil penelitiannya menjelaskan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kecemasan dan insomnia (gangguan tidur) pada lansia dengan nilai *p-value*  $0,083 > (0,05)$ . Febrianita (2015) mengatakan kecemasan bukanlah faktor dominan dalam kejadian insomnia (gangguan tidur). Karena setiap individu mempunyai tingkat kecemasan yang berbeda. Fisik, psikis atau stress, dan kecemasan merupakan hal yang biasa dalam kehidupan sehari-hari. Bagi orang yang kopingnya baik maka kecemasan dapat diatasi dengan cepat. Sebaliknya, semakin tinggi tingkat kecemasan seseorang maka akan mempengaruhi

kondisi kopingnya. Gangguan kualitas tidur bisa terjadi karena beberapa faktor lain seperti faktor lingkungan dan gaya hidup.

Hasil penelitian ini menunjukkan kesenjangan antara teori dengan hasil penelitian, secara teori kecemasan mempengaruhi kualitas tidur pada lansia. Namun, masih adanya faktor-faktor lain yang berhubungan dengan kualitas tidur lansia seperti usia. Semakin bertambah usia seseorang maka akan semakin meningkat keluhan terhadap kualitas tidur yang dialaminya (Erfrandau *et al*, 2017). Penelitian yang dilakukan oleh Nofiyanto (2015) menyatakan bahwa lingkungan tempat tinggal, suhu ruangan tidur dan juga pencahayaan ruangan tidur akan berpengaruh terhadap peningkatan kualitas tidur responden lansia. Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Albana (2016) yang menyatakan bahwa lingkungan yang baik serta olahraga secara teratur akan membantu lansia untuk mendapatkan kualitas tidur yang baik.

### **Kesimpulan**

Setelah dilakukan penelitian tentang Hubungan tingkat kecemasan terhadap COVID-19 dengan kualitas tidur pada lansia yang dilakukan terhadap 100 responden di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru dapat disimpulkan bahwa hasil uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan antara

Kecemasan Terhadap COVID-19 dengan Kualitas Tidur pada Lansia ( $P$  value :  $0,512 > 0,05$ ).

## Saran

Hasil penelitian ini dapat dijadikan suatu bahan informasi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya pada kesehatan mengenai tingkat kecemasan terhadap COVID-19 dan kualitas tidur pada lansia.

## Daftar Pustaka

1. Albanna, M. F., Wagiono, W., & Susanti, Y. (2019). Hubungan Kualitas Tidur dengan Kebiasaan Senam Lansia di Lembaga Lanjut Usia Indonesia Provinsi Jawa Barat.
2. Azizah, L. M. (2011). *Keperawatan lanjut usia dan keperawatan gerontik*. (Ed. 1). Yogyakarta: Graha Ilahi.
3. Badan Pusat Statistik Provinsi Riau. (2020). Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin di Provinsi Riau, 2011-2019
4. Brooks, S.K., Webster, R.K., Smith, L.E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G.J. (2020). The Psychological Impact Of Quarantine And How To Reduce It: Rapid Review Of The Evidence. *Lancet*, 395 (10227), 912–920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
5. Dariah, E. D., & Okatiranti, O. (2015). Hubungan Kecemasan dengan Kualitas Tidur Lansia di Posbindu Anyelir Kecamatan Cisarua Kabupaten Bandung Barat. *Jurnal Keperawatan BSI*, 3(2).
6. Dewi, Y. I. (2015). *Pengaruh senam lansia terhadap kualitas tidur pada lansia yang insomnia* (Doctoral dissertation, Riau University).
7. Erfrandau, A., Murtaqib, M., & Widayati, N. (2017). Pengaruh Terapi Tawa terhadap Kualitas Tidur pada Lansia di Unit Pelayanan Teknis Panti Sosial Lanjut Usia (UPT PSLU) Kabupaten Jember (The Effect of Laughter Therapy on Sleep Quality of Elderly in Long-Term Care Jember). *Pustaka Kesehatan*, 5(2), 276-283.
8. Febrina, N., & Lesmana, M. (2015). Hubungan Penuaan dengan Kecemasan Pada Lansia. Universitas tri Sakti.
9. Februanti, S., Hartono, D., & Cahyati, A. (2019). Penyakit Fisik dan Lingkungan terhadap Insomnia bagi Lanjut Usia. *Quality*, 13(1), 1-4.
10. Joharudin, A., Septiadi, M. A., Maharani, S., Aisi, T. D., & Nurwahyuningsih, N. (2020). Panic Syndrom Covid-19: Penekanan Terhadap Kebijakan Yang Diberikan. *Jurnal Perspektif*, 4(1), 44-53.
11. Jungmann, S. M., & Witthöft, M. (2020). Health anxiety, cyberchondria, and coping in the current COVID-19 pandemic: Which factors are related to coronavirus anxiety?. *Journal of anxiety disorders*, 73, 102239.
12. Luo J., Zhu G., Zhao Q., Guo Q., Meng H., dkk. (2013). Prevalence and risk factors of poor sleep quality among chinese elderly in an urban community. *Journal pone*. (Vol. 8, no. 11)
13. Nofiyanto, M., & Prabowo, T. (2015). Pengaruh Aromaterapi Mawar Terhadap Kualitas Tidur Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Kasongan Bantul. *Media Ilmu Kesehatan*, 5(1), 14-22.
14. Putri, D. A. (2021). Gambaran Tingkat Kecemasan Lansia Terkait Pandemi Covid-19 Di Wilayah Posyandu Lansia Kawatuna.
15. Reflio, R. (2015). *Pengaruh terapi dzikir terhadap kualitas tidur lansia* (Skripsi). Pekanbaru: Univeristas Riau.
16. Stuart, G. W., Keliat, B. A., & Pasaribu, J. (2016). Prinsip dan praktik keperawatan kesehatan jiwa Stuart. *Keliat BA, editor, 1*.
17. Sumirta. I. N, (2014). Faktor yang menyebabkan gangguan tidur (Insomnia) pada lansia. *Jurnal keperawatan*. (Vol. 1. No. 1)
18. Susilo, A., Rumende, C. M., Pitoyo, C. W., Santoso, W. D., Yulianti, M., Sinto, R., ... Cipto, R. (2020). Coronavirus Disease 2019 : Tinjauan Literatur Terkini Coronavirus Disease 2019 : Review of Current Literatures. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 7(1), 45-67.
19. Tomi, T. (2015). Hubungan karakteristik lansia tingkat depresi dan faktor lingkungan fisik dengan kualitas tidur lansia yang tinggal di PSTW. *Provinsi Sumatra Barat*. (Tesis).
20. WHO. (2020). *Definition of an Older or Elderly Person*. Diperoleh tanggal 18 Februari 2021 dari <http://www.who.int>

