

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR, TINGKAT STRES, DAN RIWAYAT PENYAKIT
KRONIS DENGAN POTENSI TERJADINYA KECEMASAN PADA LANSIA DI
PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA BUDI MULIA 1, JAKARTA TIMUR TAHUN
2025**

Rayhan Fawzy Kusumahdipura

ABSTRAK

Tujuan

Seiring dengan pertambahan usia, lansia sering dihadapkan berbagai masalah kesehatan hingga mengarah pada kondisi keterbatasan fungsional, termasuk perubahan adaptasi pada stres, kebutuhan akan tidur yang berbeda, serta riwayat penyakit yang ditimbulkannya hingga mengarah kepada gangguan kesehatan mental, khususnya kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat stres, kualitas tidur, dan riwayat penyakit kronis dengan potensi terjadinya kecemasan pada lansia.

Metode

Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan desain studi *cross-sectional*. Data diperoleh dengan melalui instrumen kuesioner PSS-10, PSQI, riwayat penyakit kronis, dan GAI untuk mengetahui bagaimana hubungan antara stress, kualitas tidur, dan riwayat penyakit kronis dengan potensi kecemasan pada lansia.

Hasil

Hasil menunjukkan mayoritas responden sebanyak 19 lansia (57,6%) mengalami stres ringan, 21 lansia (63,6%) memiliki kualitas tidur yang buruk, 20 lansia (60,6%) memiliki riwayat penyakit kronis, dan 26 lansia (78,8%) tidak memiliki potensi kecemasan. Berdasarkan analisis bivariat dilakukan uji alternatif *chi-square* berupa *Fisher Exact Test*. Hasil menunjukkan adanya hubungan yang signifikan di antara tingkat stres dengan potensi kecemasan pada lansia dengan nilai *p-value* 0,026 ($p < 0,05$), kualitas tidur dengan potensi kecemasan pada lansia dengan nilai *p-value* 0,032 ($p < 0,05$), dan riwayat penyakit kronis dengan potensi kecemasan pada lansia dengan nilai *p-value* 0,027 ($p < 0,05$).

Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat stres, kualitas tidur, dan riwayat penyakit kronis memiliki hubungan yang signifikan terhadap potensi kecemasan pada lansia.

Daftar Pustaka : 84 (2016-2025)

Kata Kunci : kecemasan, kualitas tidur, lansia, riwayat penyakit, stres

THE RELATIONSHIP OF SLEEP QUALITY, STRESS LEVEL, AND MEDICAL HISTORY WITH ANXIETY DISORDERS IN THE BUDI MULIA 1 SOCIAL INSTITUTION FOR THE ELDERLY, EAST JAKARTA, IN 2025

Rayhan Fawzy Kusumahdipura

ABSTRACT

Objective

As people age, the elderly often encounter various health issues that limit their ability to function. These problems include changes in stress adaptation, different sleep needs, and disease histories. Such factors can cause mental health disorders, especially anxiety. This study aims to determine whether stress level, sleep quality, and disease history are associated with potential anxiety among the elderly at the Tresna Werdha Budi Mulia 1 Nursing Home in East Jakarta.

Method

This study employs a quantitative, cross-sectional design to examine the elderly at Tresna Werdha Budi Mulia 1 Nursing Home in East Jakarta. This study used the PSS-10, PSQI, medical history, and GAI questionnaires to determine the relationships among sleep quality, medical history, stress level, and potential anxiety.

Result

The results showed that most elderly respondents had mild stress (19 elders, 57.6%). Many had poor sleep quality (21 elders, 63.6%) and a history of illness (20 elders, 60.6%). Most did not have potential anxiety (26 elders, 78.8%). The bivariate test used Fisher's Exact Test due to data requirements. There was a significant relationship between stress level and potential anxiety ($p = 0.026$), between sleep quality and potential anxiety ($p = 0.032$), and between the medical history and potential anxiety ($p = 0.027$).

Conclusion

Based on the study's results, significant relationships were found between stress level, sleep quality, medical history, and potential anxiety in the elderly at the Tresna Werdha Budi Mulia 1 Nursing Home in East Jakarta.

Reference : 84 (2016-2025)

Keywords : anxiety, elderly, medical history, sleep quality, stress