

**HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN INSOMNIA PADA
MASYARAKAT RAWAN BANJIR DI DESA PINGGIRAN
SUNGAI MARTAPURA**

Skripsi

Diajukan guna memenuhi sebagai syarat
memperoleh derajat Sarjana Keperawatan
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat

Diajukan oleh
Arista Dewi Anggraini
2110913220006



**UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
BANJARBARU**

AGUSTUS, 2024

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah

**HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN INSOMNIA PADA MASYARAKAT
RAWAN BANJIR DI DESA PINGGIRAN SUNGAI MARTAPURA**

Dipersiapkan dan disusun oleh

Arista Dewi Anggraini

Telah dipertahankan di depan dewan penguji

Pada tanggal 19 Agustus 2024

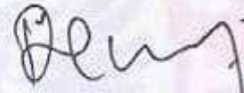
Susunan Dewan Penguji

Pembimbing Utama



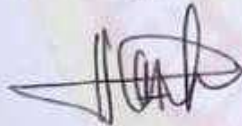
Dr. Angqi Setyowati, S.Kep., Ns., M.Sc.

Ketua Dewan Penguji



Devi Rahmayanti, S.Kep., Ns., M.Imun.

Pembimbing Pendamping



Mutia Rahmah, S.Kep., Ns., M.Kep.

Anggota Dewan Penguji



Bernadetta Germia A, S.Kep., Ns., M.Kep.

Karya Tulis Ilmiah ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan



Agianto, S.Kep., Ns., M.N.S., Ph.D.

Koordinator Program Studi Keperawatan

LEMBAR PERSEMBAHAN

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul “Hubungan Kecemasan Dengan Insomnia pada Masyarakat Rawan Banjir di Desa Pingiran Sungai Martapura” tepat pada waktunya. Karya tulis ilmiah ini disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh derajat Sarjana Keperawatan di Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru. Pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Prof. Dr. dr. Syamsul Arifin, M.Pd., FISPH., FISCAM yang telah memberi kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
2. Koordinator Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Agianto, S.Kep., Ns., M.N.S., Ph.D. Dosen pembimbing akademik Dr. Herwati, Ns., M.Kep atas kesempatan dan izin yang telah diberikan.
3. Dosen Pembimbing, Dr. Anggi Setyowati, Ns., M.Sc. dan Ns. Mutia Rahmah, M.Kep yang telah berkenan meluangkan waktu dalam memberikan saran dan masukan serta arahan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
4. Dosen penguji saya Devi Rahmayanti, Ns., M.Imun dan Ns. Bernadetta Germia Aridamayanti, M.Kep dalam memberikan pengarahan dan masukan dalam skripsi ini dengan saran bijak sehingga karya tulis ilmiah ini menjadi lebih baik.
5. Terima kasih kepada seluruh dosen dan staf admin Program Studi Keperawatan yang telah memberikan layanan yang maksimal dan optimal demi kelancaran penulisan skripsi ini.

6. Keluarga besar khususnya pada ibu saya, Ibu Muslimah serta kakak saya atas dukungan materi, semangat dan doa yang senantiasa dihaturkan untuk saya.
7. Seluruh Mahasiswa Program Studi Keperawatan angkatan 2021 serta semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberikan dorongan serta bantuan selama menyusun skripsi ini. Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna, akan tetapi penulis berharap penelitian ini bermanfaat bagi ilmu pengetahuan

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa tidak terdapat karya yang pernah disajikan dalam skripsi ini dengan tujuan semata-mata untuk memperoleh gelar sarjana pada suatu perguruan tinggi. Serta sepanjang pengetahuan saya, tidak ada pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain sebelumnya, terkecuali karya yang secara tertulis diacu dan disebutkan dalam daftar pustaka skripsi ini.



Banjarbaru, 04 Agustus 2024

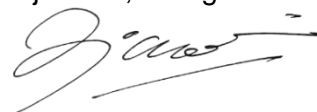
Arista Dewi Anggraini

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis dengan judul “Hubungan Kecemasan dengan Insomnia pada Masyarakat Rawan Banjir di Desa Pinggiran Sungai Martapura” tepat pada waktunya. Karya tulis ilmiah ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh derajat sarjana keperawatan di Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru.

Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada Ibu saya Muslimah yang telah memberikan dukungan serta doa restu kepada saya sehingga dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan tepat waktu. Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Prof. Dr. dr. Syamsul Arifin, M.Pd., FISPH., FISCM. dan Ketua Program Studi Keperawatan Agianto, S.Kep., Ns., M.N.S., Ph.D. serta Dosen Pembimbing akademik Dr. Herwati, Ns., M.Kep. yang telah memberikan kesempatan penelitian hingga selesai. Kedua dosen pembimbing saya Anggi Setyowati, S.Kep., Ns., M.Sc. dan Mutia Rahmah, S.Kep., Ns., M.Kep. yang berkenan arahan dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini. Kedua dewan penguji saya Devi Rahmayanti, S.Kep., Ns., M.Imun. dan Bernadetta Germia Aridamayanti, S.Kep., Ns., M.Kep. yang berkenan memberikan kritik dan saran sehingga karya tulis ilmiah ini menjadi semakin baik. Beserta semua responden yang telah berkenan menjadi subjek penelitian. Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan, tetapi penulis berharap rancangan penelitian ini dapat bermanfaat bagi ilmu pengetahuan.

Banjarbaru, 09 Agustus 2024



Arista Dewi Anggraini

ABSTRAK

HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN INSOMNIA PADA MASYARAKAT RAWAN BANJIR DI DESA PINGGIRAN SUNGAI MARTAPURA

Anggraini, Arista Dewi

Latar Belakang : Banjir memicu terjadinya kecemasan pada masyarakat yang tinggal di wilayah pinggiran sungai. Kecemasan adalah respons emosional terhadap ancaman yang datang. Kecemasan yang dimiliki seseorang dapat menyebabkan insomnia. Insomnia yaitu gangguan pada tidur yang bersifat akut, diindikasikan dengan susah mengawali tidur, mempertahankan keadaan tidur, dan juga permasalahan subjektif berupa buruknya kualitas tidur.

Tujuan : Mengetahui hubungan kecemasan dengan insomnia pada Masyarakat rawan banjir di Desa Pinggiran Sungai Martapura.

Metode : Penelitian ini menggunakan desain korelasi dengan pendekatan *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel penelitian ini adalah *simple random sampling*. Sampel penelitian ini berjumlah 83 masyarakat rawan banjir. Instrumen yang digunakan yakni lembar kuesioner data demografi, kuesioner SAS (*Self Anxiety Scale*) Indonesia dan kuesioner RIS (*Regensburg Insomnia Scale*). Analisis data yang digunakan adalah uji *spearman rank*.

Hasil : Terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan insomnia pada Masyarakat rawan banjir di Desa Pinggiran Sungai Martapura dengan nilai *p-value* = 0,001 dengan nilai koefisien korelasi (*r*) sebesar 0.873.

Diskusi : Kecemasan dan insomnia memiliki arah hubungan positif, yang bermakna jika kecemasan meningkat maka insomnia juga akan mengalami peningkatan. Intervensi manajemen kecemasan diperlukan untuk menangani kecemasan sehingga kejadian insomnia juga ikut teratasi.

Kata Kunci : banjir, insomnia, kecemasan.

ABSTRACT

RELATIONSHIP BETWEEN ANXIETY AND INSOMNIA AMONG FLOOD-PRONE COMMUNITIES IN THE VILLAGE OF MARTAPURA RIVERBANK

Anggraini, Arista Dewi

Background : Flooding triggers anxiety in people living in riverside areas. Anxiety is an emotional response to an impending threat. Anxiety that a person has can cause insomnia. Insomnia is an acute sleep disorder indicated by difficulty initiating sleep, maintaining a state of sleep, and subjective problems in the form of poor sleep quality.

Objectives : To measure the relationship between anxiety and insomnia in flood-prone communities in the Martapura Riverbank Village.

Method : This study used a correlational design with a cross-sectional approach. The research sampling technique was simple random sampling. The instruments used were demographic data questionnaire sheets, Indonesian SAS (Self Anxiety Scale) questionnaires, and RIS (Regensburg Insomnia Scale) questionnaires. Data analysis used the spearman rank test.

Results : There was a significant relationship between anxiety and insomnia in flood-prone among communities in Martapura Riverbank Village with a p -value = 0.001 and correlation coefficient (r) of 0.873.

Discussion : Anxiety and insomnia have a positive relationship, which means that if anxiety increases, then insomnia will also increase. Anxiety management interventions were needed to overcome anxiety so that the incidence of insomnia would also resolve.

Keywords: anxiety, flood, insomnia.

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR SINGKATAN.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Bagi Masyarakat Rawan Banjir di Desa Pinggiran Sungai Martapura ...	6
1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan.....	6
1.4.3 Bagi Peneliti Selanjutnya	6
1.5 Keaslian Penelitian.....	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Konsep Masyarakat Pinggiran Sungai.....	9
2.1.1 Definisi Masyarakat Pinggiran Sungai	9
2.1.2 Fungsi Sungai Bagi Masyarakat Pinggiran Sungai	9
2.1.3 Dampak Sungai Bagi Masyarakat Pinggiran Sungai.....	10
2.2 Banjir.....	11
2.2.1 Definisi Banjir	11
2.2.2 Dampak Psikologis Bencana Banjir	11
2.3 Kecemasan	12
2.3.1 Definisi Kecemasan.....	12

2.1.2	Faktor Kecemasan	13
2.1.3	Mekanisme Kecemasan	14
2.1.4	Kriteria Kecemasan	16
2.1.5	Gangguan Kecemasan.....	19
2.1.6	Diagnosis Keperawatan Kecemasan	21
2.1.7	Dampak Kecemasan	22
2.1.8	Alat Ukur Kecemasan.....	22
2.2	Tidur.....	24
2.2.1.	Pengertian Tidur.....	24
2.2.2	Mekanisme Tidur	24
2.2.3	Tahapan Tidur.....	25
2.2.4	Manfaat Tidur	28
2.2.5	Fisiologi Tidur.....	29
2.2.6	Durasi Tidur Orang Dewasa	30
2.3	Insomnia	31
2.3.1.	Definisi insomnia	31
2.3.2.	Faktor Risiko Insomnia	31
2.3.3.	Klasifikasi insomnia	32
2.3.4.	Kriteria Insomnia.....	32
2.3.5.	Diagnosis Keperawatan Insomnia.....	35
2.3.6.	Alat Ukur Insomnia	36
2.4	Kerangka Teori.....	38
BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS.....		39
3.1	Kerangka Konsep Penelitian	39
3.2	Hipotesis Penelitian.....	41
BAB 4 METODE PENELITIAN.....		42
4.1	Rancangan Penelitian	42
4.2	Populasi dan Sampel Penelitian	42
4.2.1	Populasi Penelitian	42
4.2.2	Sampel Penelitian.....	42
4.2.3	Kriteria Sampel.....	43
4.3	Instrumen Penelitian.....	44
4.3.1	Demografi.....	44
4.3.2	Instrumen Kecemasan.....	44
4.3.3	Instrumen Insomnia	45
4.4	Variabel Penelitian	46

4.5	Definisi Operasional	46
4.6	Prosedur Penelitian	47
4.6.1	Tahap Persiapan	47
4.6.2	Tahap Pelaksanaan.....	48
4.7	Teknik Pengumpulan dan Pengolahan Data.....	49
4.7.1	Teknik Pengumpulan Data	49
4.7.2	Teknik Pengolahan Data	49
4.8	Analisa Data.....	52
4.8.1	Analisis Univariat.....	52
4.8.2	Analisis Bivariat	52
4.9	Tempat dan Waktu Penelitian.....	53
4.10	Etika Penelitian	53
BAB 5	HASIL	55
5.1	Analisis Univariat.....	55
5.2	Gambaran Umum Tempat Penelitian	55
5.3	Karakteristik Responden	55
5.3.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	55
5.3.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	56
5.3.3	Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan	56
5.3.4	Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan	56
5.4	Data Khusus Hasil Penelitian	57
5.4.1	Kecemasan.....	57
5.4.2	Insomnia	59
5.4.3	Hubungan Antara Kecemasan dengan Insomnia	60
BAB 6	PEMBAHASAN	62
6.1	Karakteristik Responden	62
6.1.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	62
6.1.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	63
6.1.3	Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan	63
6.1.4	Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan	64
6.2	Kecemasan pada Masyarakat Rawan Banjir di Desa Sungai Rangas	64
6.3	Insomnia pada Masyarakat Rawan Banjir di Desa Sungai Rangas	67
6.4	Hubungan Kecemasan dengan Insomnia pada Masyarakat Rawan Banjir di Desa Sungai Rangas	69
6.5	Keterbatasan Penelitian	71
BAB 7	PENUTUP	72

7.1	Simpulan	72
7.2	Saran	73
7.2.1	Bagi Masyarakat Rawan Banjir di Desa Pinggiran Sungai Martapura	73
7.2.2	Bagi Institusi Pendidikan	73
7.2.3	Bagi Keperawatan	73
7.2.4	Responden	73
7.2.3	Bagi Peneliti Selanjutnya	74
DAFTAR PUSTAKA.....		75

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Diagnosis Keperawatan Kecemasan.....	21
Tabel 4.1	Kisi-kisi Kuesioner Kecemasan SAS (Self Anxiety Scale) Indonesia	45
Tabel 4. 2	Kisi-kisi Kuesioner RIS (Regensburg Insomnia Scale)	46
Tabel 4. 3	Definisi operasional penelitian.....	46
Tabel 4. 4	Interpretasi Korelasi Spearman Rank.....	53
Tabel 5. 1	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia (N=83)	55
Tabel 5.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin (N= 83)	56
Tabel 5. 3	Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir (N= 83)	56
Tabel 5. 4	Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan (N=83)	56
Tabel 5. 5	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kecemasan	57
Tabel 5. 6	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Domain Kuesioner Kecemasan.....	57
Tabel 5. 7	Distribusi Frekuensi Item pada Domain Kecemasan Affective.....	58
Tabel 5. 8	Distribusi Frekuensi Item Berdasarkan Domain Kecemasan Somatic	58
Tabel 5. 9	Karakteristik Responden Berdasarkan Insomnia (N= 83)	59
Tabel 5. 10	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Item pada Kuesioner Insomnia	60
Tabel 5. 11	Crosstable Hubungan Kecemasan dengan Insomnia pada Masyarakat Desa Sungas	60
Tabel 5. 12	Hasil Analisis Bivariat Kecemasan dengan Insomnia pada Masyarakat Desa Sungai Rangas	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Mekanisme Kecemasan.....	16
Gambar 2. 2 Siklus tidur NREM, REM (Potter et al., 2017).	27
Gambar 2. 3 Kerangka Teori Penelitian Hubungan Kecemasan dengan Insomnia pada Masyarakat Rawan Banjir di Desa Pinggiran Sungai Martapura	38
Gambar 3. 1 Kerangka Konsep Penelitian Hubungan Kecemasan dengan Insomnia pada Masyarakat Rawan Banjir di Desa Pinggiran Sungai Martapura	40

DAFTAR SINGKATAN

WHO	:	World Health Organization
BNPB	:	Badan Nasional Penanggulangan Bencana
DSM	:	<i>Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders</i>
ICD	:	<i>International Classification of Diseases</i>
GAD	:	<i>Generalized Anxiety Disorder</i>
SAD	:	<i>Social Anxiety Disorder</i>
OCD	:	<i>Obsessive compulsive disorder</i>
PTSD	:	<i>Post-traumatic stress disorder</i>
NREM	:	<i>Nonrapid Eye Movement</i>
REM	:	<i>Rapid Eye Movement</i>

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Biodata Peneliti
- Lampiran 2. Lembar *Informed Consent*
- Lampiran 3. Instrumen Penelitian
- Lampiran 4. Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan dari Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Keperawatan Universitas Lambung Mangkurat ke Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Banjar
- Lampiran 5. Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan dari Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Keperawatan Universitas Lambung Mangkurat ke Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar
- Lampiran 6. Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan dari Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Keperawatan Universitas Lambung Mangkurat ke Puskesmas Kabupaten Banjar
- Lampiran 7. Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan dari Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Keperawatan Universitas Lambung Mangkurat ke Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kabupaten Banjar
- Lampiran 8. Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan dari Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat ke Kantor Kecamatan Martapura Barat
- Lampiran 9. Surat Persetujuan Izin Studi Pendahuluan dari Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Banjar
- Lampiran 10. Surat Persetujuan Izin Studi Pendahuluan dari Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar
- Lampiran 11. Surat Persetujuan Izin Studi Pendahuluan dari Puskesmas Kabupaten Banjar
- Lampiran 12. Surat Penyampaian Data Penduduk dari Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kabupaten Banjar
- Lampiran 13. Surat Persetujuan Izin Studi Pendahuluan dari Kecamatan Martapura Barat
- Lampiran 14. Izin Penggunaan Instrumen Kuesioner SAS (*Self Anxiety Scale*) Indonesia dan Kuesioner RIS (*Regensburg Insomnia Scale*)
- Lampiran 15. Dokumentasi Kegiatan Studi Pendahuluan
- Lampiran 16. Peta Sosial Desa Sungai Rangas
- Lampiran 17. Surat Permohonan Izin Penelitian ke Bakesbangpol Kabupaten Banjar, Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar, Puskesmas Martapura Barat, Kecamatan Martapura Barat, dan Desa Sungai Rangas
- Lampiran 18. Surat Balasan Permohonan Izin Penelitian dari Bakesbangpol Kabupaten Banjar
- Lampiran 19. Surat Balasan Permohonan Izin Penelitian dari Puskesmas Martapura Barat

Lampiran 20. Surat Balasan Permohonan Izin Penelitian dari Kecamatan Martapura Barat

Lampiran 21. Sertifikat Layak Etik dari KEPK DPD PPNI Kota Banjarbaru

Lampiran 22. Jumlah Penduduk Usia 19-44 Tahun Desa Sungai Rangas

Lampiran 23. Daftar Masyarakat Desa Sungai Rangas Usia 19-44 tahun

Lampiran 24. Data Sebaran Kuesioner Kecemasan

Lampiran 25. Data Sebaran Kuesioner Insomnia

Lampiran 26. Hasil Analisis Univariat Karakteristik Responden

Lampiran 27. Hasil Analisis Univariat Variabel Kecemasan dan Insomnia

Lampiran 28. Hasil Analisis Bivariat Variabel Kecemasan dan Insomnia

Lampiran 29. Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian