

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN INSOMNIA
PADA INDIVIDU YANG TIDAK MEMILIKI PEKERJAAN DI
KECAMATAN SUMBERSARI KABUPATEN JEMBER**

SKRIPSI



**Oleh :
Yeni Sutrianingsih
NIM. 20010146**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2024**

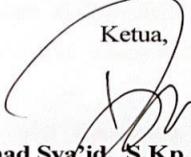
HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Insomnia pada Individu yang Tidak Memiliki Pekerjaan di Kecamatan Sumpalsari Kabupaten Jember” telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada :

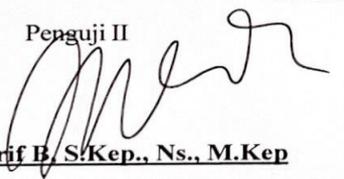
Hari : Jum'at
Tanggal : 02 Agustus 2024
Tempat : Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi

Tim Penguji

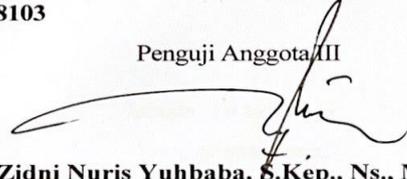
Ketua,


Achmad Sya'id, S.Kp., Ns., M.Kep
NIDN. 0701068103

Penguji II


M. Elvas Arif B, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0710029203

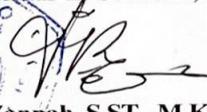
Penguji Anggota III


Zidni Nuris Yuhbaba, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0728049001

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas dr. Soebandi,



Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb
NIDN. 0719128902

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN INSOMNIA PADA INDIVIDU YANG TIDAK MEMILIKI PEKERJAAN DI KECAMATAN SUMBERSARI KABUPATEN JEMBER

*The Correlation Between Anxiety Levels and Insomnia of Jobless
Individuals in Summersari District, Jember Regency*

Yeni Sutrianingsih^{1*}, M. Elyas Arif Budiman², Zidni Nuris Yuhbaba³

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi

Email Koreponden : yenisutriana.n@gmail.com

Received:

Accepted:

Published:

Abstrak

Latar Belakang: Pengangguran merupakan salah satu isu sosial yang terjadi di banyak negara, termasuk Indonesia. Seringkali kondisi kesehatan pengangguran dikesampingkan karena lebih mementingkan faktor ekonomi dan sosial, padahal masalah kesehatan pada pengangguran cukup serius dan bisa berakibat pada aspek lainnya. Masalah kesehatan yang sering muncul pada pengangguran adalah insomnia dan kecemasan, insomnia dan kecemasan tersebut perlu mendapatkan perhatian yang lebih. Dampak dari terjadinya insomnia adalah gangguan kecemasan, stres, kelelahan, gangguan atensi, konsentrasi dan memori, dll. **Tujuan :** menganalisis keeratn Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Insomnia pada Individu yang Tidak Memiliki Pekerjaan di Kecamatan Summersari Kabupaten Jember. **Metode:** penelitian ini menggunakan metode korelasional dengan desain penelitian kuantitatif menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini terdapat 36.882 pengangguran di Kecamatan Summersari. Teknik sampling menggunakan rumus slovin sehingga didapatkan sejumlah 100 responden. Teknik pengambilan sampling menggunakan *Purposive Sampling*. Instrument penelitian menggunakan kuesioner kecemasan TMAS (*Taylor Manifest Anxiety Scale*) dan kuesioner KSPBJ-IRS (*insomnia rating scale*). Penelitian ini menggunakan uji korelasi *Rank Spearman*. **Hasil:** penelitian didapatkan $p\text{ value } (<0,001) < \alpha (0,05)$ maka H_0 ditolak artinya ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan insomnia pada individu yang tidak memiliki pekerjaan dengan nilai koefisien kontingensi 0,617 yang artinya hubungan kuat. **Diskusi :** Terdapat hubungan kuat antara tingkat kecemasan dengan insomnia pada individu yang tidak memiliki pekerjaan di Kecamatan Summersari Kabupaten Jember. Penting untuk mengatasi insomnia dan kecemasan secara bersamaan untuk memecah siklus yang memperparah keduanya. Pendekatan holistik termasuk mengidentifikasi penyebab insomnia dan kecemasan, mengubah kebiasaan tidur dan pola pikir, serta mencari bantuan profesional jika diperlukan.

Kata Kunci: *Kecemasan; insomnia; pengangguran*