



SKRIPSI

HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI UPT PELAYANAN TRESNA WERDHA (PSTW) JEMBER

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan

**Oleh:
Fitria Dwi Saputri
14.1101.1011**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
2018**



SKRIPSI

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TEKANAN
DARAH PADA LANSIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL
TRESNA WERDHA (PSTW) JEMBER**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan

**Oleh:
Fitria Dwi Saputri
14.1101.1011**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
2018**

PENGESAHAN

HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI UPT PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA (PSTW) JEMBER

Fitria Dwi Saputri
NIM. 14.1101.1011

Dewan Penguji Ujian Sidang Skripsi pada Program Studi S1 Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember
Jember, 28 Juli 2018

Penguji,

1. Ketua : Ns. Susi Wahyuning asih, S. Kep., M. Kep. (.....)
NPK. 0804491
2. Penguji I : Dr. Ir. Teguh Hari Santosa, M.P. (.....)
NIP. 19660106 199303 1013
3. Penguji II : Ns. Sofia Rhosma Dewi, S.Kep., M.Kep. (.....)
NPK. 11 03 586

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Jember

Ns. AwatifulAzza, M.Kep.,Sp.Kep.Mat
NIP.197012132005012001

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah saya panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayahNya yang selalu memberikan kekuatan, kesabaran dan kemudahan sehingga peneliti dapat menyelesaikan tugas menyusun proposal yang berjudul “Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember ”.

Terlaksananya penulisan skripsi ini adalah berkat bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, maka dalam kesempatan ini saya mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Ir. M. Hazmi, DESS selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Jember.
2. Ns. Awatiful Azza, M.Kep., Sp.Kep.Mat, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
3. Diyan Indriyani, M.Kep., Sp.Kep.Mat selaku Wakil Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
4. Ns. Sasmiyanto, S.Kep., M.Kes, selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jember.
5. Dr. Teguh Hari Santosa .M.P. selaku Pembimbing I yang telah banyak meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam membimbing dan memberikan pengarahan dalam menyusun proposal ini.
6. Ns. Sofia Rhosma Dewi, S.Kep.,Mkep selaku dosen pembimbing II dalam penelitian ini, yang dengan penuh keikhlasan telah membimbing dengan cermat, memberikan masukan-masukan, motivasi, inspirasi dan perasaan nyaman dalam bimbingan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

7. Orang tua Bapak Aiptu Budiana dan Ibu Endang Yuniarsih yang telah memberikan kasih sayang, motivasi, materi dan do'a yang selalu dipanjatkan untuk kesuksesan peneliti.
8. Kakak kandung Meidiyanti Sulfiah Saputri dan adik kandung Muhammad Khoirul Rizki yang telah memberikan kasih sayang, motivasi, materi dan do'a yang selalu dipanjatkan untuk kesuksesan peneliti.
9. Bapak dan Ibu Dosen pengajar Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember yang dengan penuh tanggung jawab dalam mengaplikasikan ilmunya.
10. Sahabat, teman - teman dan semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan proposal ini.
11. Seluruh Staf Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember yang telah banyak memberikan bantuan kepada peneliti.

Akhirnya peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, karenanya peneliti mengharapkan kritik maupun saran yang sifatnya membangun yang diharapkan akan menyempurnakan penelitian ini.

Jember, 02 Juni 2018

Peneliti

DAFTAR ISI

COVER	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSEMBAHAN	iii
MOTTO	v
PERNYATAAN PERSETUJUAN	vi
PENGESAHAN	vii
PENGUJI SKRIPSI.....	viii
ABSTRACK	ix
ABSTRACK	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR BAGAN	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah	5
1. Pernyataan Masalah	5
2. Pertanyaan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	6
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Konsep Lansia.....	8
1. Definisi Lansia	8
2. Batasan Umur Lanjut Usia	8
3. Teori – Teori Menua	9

4. Perkembangan Lansia	11
5. Perubahan Yang Terjadi Pada Lansia	12
B. Konsep Tidur.....	13
1. Definisi Tidur	13
2. Tahapan Tidur	14
3. Kebutuhan Tidur	17
4. Gangguan Tidur Pada Lansia.....	17
C. Konsep Kualitas Tidur	19
1. Definisi Kualitas Tidur	19
2. Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur.....	20
D. Konsep Tekanan Darah.....	22
1. Definisi Tekanan Darah	22
2. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Tekanan Darah.....	23
E. Penelitian terkait	25
BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS	26
A. Kerangka Konsep	26
B. Hipotesis	27
BAB IV METODOLOGI PENELITIAN	28
A. Desain Penelitian	28
B. Populasi, Sampel dan Sampling	28
C. Identifikasi Variabel Penelitian	30
D. Tempat Penelitian	33
E. Waktu Penelitian	33
F. Etika Penelitian	33
G. Alat Pengumpul Data	34
H. Prosedur Pengumpul Data	35
I. Pengolahan dan Analisis Data	36
BAB V HASIL PENELITIAN	40
A. Data Umum	40
B. Data Khusus	42

BAB VI PEMBAHASAN.....	44
A. Interpretasi dan Diskusi Hasil	44
B. Keterbatasan Penelitian	53
C. Implikasi Keperawatan	53
BAB VII PENUTUP.....	55
A. Kesimpulan	55
B. Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Tabel Kebutuhan Tidur Manusia	17
Tabel 4.1 Definisi Operasional	31
Tabel 5.1 Tabel Frekuensi Usia Responden.....	40
Tabel 5.2 Tabel Frekuensi Jenis Kelamin Responden	41
Tabel 5.3 Tabel Frekuensi Tingkat Pendidikan Responden.....	41
Tabel 5.4 Tabel Frekuensi Kualitas Tidur Responden.....	42
Tabel 5.5 Tabel Frekuensi Tekanan Darah Responden	42
Tabel 5.6 Tabel Frekuensi Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah.....	43

DAFTAR BAGAN

	Halaman
Bagan 2.1 Kerangka Konsep.....	16
Bagan 3.1 Kerangka Konsep.....	26

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Lembar Informed Consent
- Lampiran 2 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 3 : Instrumen Penelitian
- Lampiran 4 : Kisi – Kisi Kuisisioner
- Lampiran 5 : Kuisisioner PSQI
- Lampiran 6 : SOP Tekanan Darah
- Lampiran 7 : Lembar Konsultasi
- Lampiran 8 : Surat Pengambilan Data Awal di UPT PSTW Jember
- Lampiran 9 : Surat Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 10 : Surat Telah Melakukan Penelitian Dari UPT PSTW Jember
- Lampiran 11 : Hasil Data Demografi
- Lampiran 12 : Lembar Univariat
- Lampiran 13 : Lembar Analisa Bivariat
- Lampiran 14 : Daftar Riwayat Hidup

DAFTAR PUSTAKA

- Alimansur, Moh., & Anwar, M. Choirul. (2013). *Efek Relaksasi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi*. Jurnal Ilmu Kesehatan, Vol.2, No.1. Diakses 25 Juli 2018.
- Asmadi. (2008). *Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Manusia*, Jakarta: Salemba Medika.
- Dewi, Sofia Rhosma. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*, Edisi 1. Penerbit Deepublish, Yogyakarta.
- Fatmah. (2010). *Gizi Usia Lanjut*, Jakarta: Erlangga.
- Havisa Riska., & Sugiyanto. (2014). *Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah Pada Usia Lanjut di Posyandu Lansia Dusun Jelapan Sindumartani Ngemplak Sleman Yogyakarta*. <http://digilib.unisayogya.ac.id/443/> (Diakses pada tanggal 25 Maret 2018 pukul 20:42 Wib).
- Hidayat, A. Aziz Alimul, (2008). *Pengantar Konsep Dasar Keperawatan*, jakarta: Salemba Medika.
- Hidayat. A. (2009). *Metodologi Penelitian Keperawatan Dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ibrahim. (2013). *Misteri Tidur*. Edisi 1, Penerjemah : S.A. Rizal, Zaman, Jakarta.
- Kholifah, Siti Nur. (2016). *Keperawatan Gerontik*, Edisi 1 Penerbit Pusdik SDM Kesehatan, Jakarta Selatan.
- Kusharyadi. (2011). *Asuhan Keperawatan Pada Klien Lanjut Usia*. Jakarta: Salemba Madika.
- Moi, Maria Adelheid.,Widodo, Dyah., & Sutriningsih, Ani. (2017). *Hubungan Gangguan Tidur dengan Tekanan Darah Pada Lansia*. Nursing News , Volume 2, Nomor 2.
- Moniaga Victor., Pangemanan, Damajanty H. C., dan Rampengan, J.J.V. (2013). *Pengaruh Senam Bugar Lansia Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi di BPLU Senja Cerah Paniki Bawah*. Jurnal e-Biomedik (eBM), Vol.1, No.2, 785 - 789 . Diakses 25 Juli 2018.
- Nabil Muhammad Ischaq., & Sulistyarini Wahyu Dewi. (2014). *Perbedaan Kualitas Tidur Lansia yang Tinggal Bersama Keluarga degan Lansia di PSTW*. Vol.2, No.1, 21-26.

- Nugroho, Wahyudi. (2016). *Keperawatan Gerontik & Geriatrik*, Edisi 3. Penerbit Buku Kedokteran, EGC, Jakarta.
- Nursalam. (2011). *Konsep dan Penerapan Metode Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Padila. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*, Edisi Pertama. Penerbit Nuha Medika, Yogyakarta.
- Pitaloka, Rika Diah,. Utami, Gamy Tri,. & Novayelinda, Riri. (2015). *Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah dan Kemampuan Konsentrasi Belajar Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau*. JOM, Vol. 2, No. 2. Diakses tanggal 25 Juli 2018.
- Potter,Perry. (2005). *Buku Ajaran Fundamental Keperawatan Konsep, Proses dan Praktik* Ed 4, Penerbit Buku Kedokteran, EGC, Jakarta.
- Potter. P. A., & Perry. A. G. (2010). *Fundamental Keperawatan*. Edisi 7 Buku 1. Jakarta: Salemba Medika.
- Pusat data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. (2016). *Infodatin Situasi Lanjut Usia di Indonesia*. Kementerian Kesehatan RI. https://www.google.co.id/search?ei=QdvMWv2XL4X8vgTmu6LgCQ&q=Infodatin+Situasi+Lanjut+Usia+di+Indonesia&oq=Infodatin+Situasi+Lanjut+Usia+di+Indonesia&gs_l=psy-ab.3...531069.534705.0.535840.52.13.0.0.0.0.335.1193.0j7j0j1.8.0...0...1c.1.64.psy-ab..50.1.334...33i21k1j33i160k1.0.DRRLg605wCI (Diakses pada tanggal 10 April 2018 pukul 09:00 Wib).
- Siregar, MH. 2011. *Mengenal Sebab, Akibat dan Cara Terapi Insomnia*, Falsh Books, Yogyakarta.
- Sugiyono. (2014). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Tariroran, A., Muttaqin, A., Mulyani, Y. (2015) *The Relationship Between Sleep Quality with Blood Sugar Level of Patient of Diabetes Mellitus Type 2 Caring*, Vol.1, No. 2, Diakses tanggal 25 Juli 2018.
- Yonata ade., & Pratama arif Satria Putra. (2016). *Hipertensi Sebagai Faktor Pencetus Terjadinya Stroke*. Majority, Volume 5, Nomor 3.
- Yuliani Hany., Santoso Henry Setyawan., & Adi Mateus Sakundarno. (2016). *Gambaran Faktor Risiko Aktivitas Fisik, Kualitas Tidur dan Stres Dengan Tekanan Darah Pada Mahasiswa Tingkat akhir Fakultas Teknik Universitas Diponegoro*. Jurnal Kesehatan Masyarakat (JKM), Volume 4, Nomor 4

- Vitaliati, Tresna. (2016). *Pengembangan Terapi Relaksasi Religius Terhadap Penurunan Tingkat Insomnia Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Kasian Dinsos Provinsi Jawa Timur*. Program Pendidikan Magister Keperawatan Universitas Padjadjaran Bandung.
- Wulansari, Hermala Pravita. (2017). *Perbedaan Kualitas Tidur Pada Lansia Dengan Insomnia Sebelum dan Sesudah Diberikan Aroma Terapi Lavender Di UPT Panti Sosial Tresna Werdha Bondowoso*, dalam Hidayat, A. Aziz Alimul, *Pengantar Konsep Dasar Keperawatan*, Jakarta : Salemba Medika.
- Lumantow, Indriani., Rompas, Sefti., & Onibala, Franly. (2016). *Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan darah Pada Remaja di Desa Tombasian Atas Kecamatan Kawangkoan Barat*. E-Jurnal Keperawatan (e-Kp), Vol.4, No.1. Diakses tanggal 25 Maret 2018.
- Sari T, Ratu Ita., Onibala, Franly., & Sumarauw, Lando. (2017). *Hubungan Kualitas Tidur Dengan Fungsi Kognitif Pada Lansia di BPLU Senja Cerah Provinsi Sulawesi Utara*. E-Jurnal Keperawatan (e-Kp), Vol.5, No.1. Diakses tanggal 25 Maret 2018.