



SKRIPSI

**HUBUNGAN KEJADIAN HIPERTENSI DENGAN KUALITAS
TIDUR PADA LANSIA DI UPT PSTW JEMBER**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan

Oleh:
Lailatul Fitria
NIM: 22.1101.1093

**PROGRAM STUDI S1-ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
2026**

SKRIPSI

HUBUNGAN KEJADIAN HIPERTENSI DENGAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DI UPT PSTW JEMBER

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan

Oleh:

Lailatul Fitria

NIM: 22.1101.1093

PROGRAM STUDI S1-ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
2026

LEMBAR PERSEMBAHAN

Alhamdulillah kepada Allah SWT atas limpahan rahmat-Nya hingga terselesaikannya skripsi ini. Sebagai bentuk rasa syukur dan terima kasih, skripsi ini saya dedikasikan kepada:

1. Allah SWT, Sang Pemilik Semesta, yang atas izin, petunjuk, serta limpahan rahmat-Nya, penulis senantiasa diberikan kekuatan untuk menyelesaikan tugas akhir ini.
2. Ibu Ns. Dian Ratna Elmaghfuroh, S.Kep., M.Kes dan Ibu Ns. Ely Rahmatika Nugrahani, S.Kep., M.Kep selaku dosen yang dengan penuh kesabaran telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, serta ilmu yang sangat berharga dalam proses penyusunan tugas akhir ini.
3. Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan yang telah membekali penulis dengan berbagai ilmu pengetahuan secara ikhlas dan dedikasi tinggi selama masa perkuliahan.
4. Skripsi ini penulis persembahkan untuk Ibu. Ibu Sumina, Ibu terhebat dan terkuat yang selalu mendukung untuk terselesaikannya perkuliahan. Ibu yang selalu menjadi teladan untuk selalu sabar dan ikhlas menghadapi berbagai rintangan dalam hidup, yang selalu berjuang sendiri untuk anak – anaknya walau tanpa peran suami disisinya. Ibu selalu menjadi alasan mengapa penulis harus sukses dan segera menyelesaikan perkuliahan. Meskipun Ibu tidak pernah mengenyam bangku pendidikan tinggi, namun melalui tetesan keringat dan doa – doanya, Ibu mampu menghantarkan anaknya meraih gelar sarjana serta segala bentuk usahanya untuk menjadi Ibu terbaik. Terimakasih karena

sudah menjadi Ibu penulis, bahkan jika ada seribu kehidupan semoga Ibu tetap menjadi Ibu dari penulis. Terimakasih sudah menjadi alasan untuk tidak menyerah, dan menjadi sumber motivasi utama yang membuat penulis tetap bertahan hingga titik ini.

5. Nenek dan kakek yang sudah merawat dan menemani hingga saat ini. Terimakasih untuk setiap kasih sayang, waktu, dan tenaga yang telah diberikan dalam membantu Ibu untuk merawat dan membesarkan penulis selama ini. Perjalanan penulis masih panjang dan semoga selalu ada nenek dan kakek di setiap kisah perjalanan hidup penulis.
6. Kakak, Adik, dan Ponakan tersayang (Robi, Dini, Ayeng, Cipo, Nathan) yang selalu menghibur dan menemani penulis, yang juga menjadi alasan mengapa penulis harus berhasil dalam hidupnya agar bisa menjadi teladan bagi adik – adik.
7. Sahabat yang tidak sedarah namun sudah seperti keluarga (Vina, Haquina, Nancy, Gita). Rasa terimakasih yang tulus penulis sampaikan kepada mereka atas kebersamaan, motivasi, serta kesetiiaannya dalam mendampingi penulis selama ini.
8. Kakak, adik, dan teman seperjuangan di Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah (IMM) yang tidak bisa penulis sebutkan semua, terimakasih atas pengalaman berharga yang telah membentuk penulis hingga saat ini.
9. Teman – teman angkatan 2022 yang saat ini sama – sama berjuang untuk mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan. Terimakasih karena beberapa dari kalian telah memberikan semangat kepada penulis.

10. Yang terakhir, untuk diri saya sendiri Lailatul Fitria anak kedua dari empat bersaudara. Terimakasih telah berjuang sejauh ini. Hidup adalah perjalanan yang penuh cerita. Setiap langkah yang telah kamu ambil, setiap patah yang telah kamu alami, semuanya membentuk siapa dirimu sekarang. Setiap detik yang berlalu membawa sebuah makna yang tak tergantikan. Kamu telah melewati berbagai rintangan dan tantangan dengan keberanian yang luar biasa. Kini di tengah langkahmu yang penuh dengan harapan dan mimpi, ingatlah bahwa dirimu adalah seseorang yang hebat. Jangan pernah meragukan diri sendiri, karena segala potensi dan kekuatan yang ada dalam dirimu akan membawamu menuju keindahan yang tidak terbatas. Teruslah berjalan dengan keyakinan, hadapi setiap hal dengan keberanian, dan biarkan cerita hidupmu mencerahkan dunia di sekitarmu. Semoga perjalanan ini selalu menjadi pelajaran yang berarti. Semoga Allah selalu memberkahi dan melindungi setiap langkahmu, memberikanmu kebahagiaan, kesuksesan, dan keberkahan yang tiada akhir.

MOTTO

إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾

“Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan.”

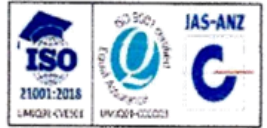
(Qur'an Surah Al – Insyirah ayat 6)

“Apabila yang ada didepan membuatmu takut, dan yang dibelakang membuatmu luka. Lihatlah ke atas, sungguh Allah tak pernah gagal menolongmu.”

(Quotes reminder)

“Sesuatu yang tidak dipertaruhkan, tidak akan dimenangkan.”

(Sutan Sjahrir)



SURAT PERNYATAAN KEABSAHAN KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Lailatul Fitria
NIM : 2211011093
Tempat, tanggal lahir : Jember, 24 November 2003
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Dusun Krajan RT 03/ RW 02 Kertosari Pakusari Jember
Jurusan/Program Studi : S1-Ilmu Keperawatan
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Universitas : Universitas Muhammadiyah Jember

Dengan ini menyatakan bahwa Karya Ilmiah, dengan Judul di bawah ini :

“Hubungan Kejadian Hipertensi dengan Kualitas Tidur pada Lansia di UPT PSTW Jember”

1. Penelitian dengan judul tersebut di atas benar-benar telah saya lakukan sebagaimana yang sudah ditulis dalam metode penelitian.
2. Adalah benar **karya saya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain** dan saya ajukan sebagai bahan ujian akhir skripsi.
3. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa karya ilmiah ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya,

Jember, 09 Maret 2026

Yang membuat pernyataan,



(Lailatul Fitria)

NIM. 2211011093

PERNYATAAN PERSETUJUAN


HUBUNGAN TEKANAN DARAH DENGAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI UPT PSTW JEMBER

Lailatul Fitria
NIM : 22.1101.1093

Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1-Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember


Jember, 09 Maret 2026

Pembimbing I



Ns. Dian Ratna Elmaghfuroh, S.Kep., M.Kes
NPK : 19900420123031035

Pembimbing II



Ns. Ely Rahmatika Nugrahani, S.Kep., M.Kep
NPK : 19930205123091039

PENGESAHAN

HUBUNGAN KEJADIAN HIPERTENSI DENGAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DI UPT PSTW JEMBER

Lailatul Fitria
NIM : 22.1101.1093

Dewan Penguji Sidang Skripsi pada Program Studi S1-Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 16 Maret 2026

Penguji,

1. Ketua : Ns. Sofia Rhosma Dewi, S.Kep., M.Kep. (.....) 
NPK. 1984122411103586
2. Penguji I : Ns. Dian Ratna Elmaghuroh, S.Kep., M.Kes. (.....) 
NPK. 19900420123031035
3. Penguji II : Ns. Ely Rahmatika Nugrahani, S.Kep., M.Kep. (.....) 
NPK. 19930205123091039

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Jember




Ns. Sri Wahyuni A., S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom
NIP/NPK : 1988030311703821

PENGUJI SKRIPSI

Dewan penguji ujian skripsi pada Program Studi S1-Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Jember


Jember, 09 Maret 2026

Penguji I




Ns. Sofia Rhosma Dewi, S.Kep., M.Kep.
NPK. 1984122411103586

Penguji II



Ns. Dian Ratna Elmaghfurch, S.Kep., M.Kes.
NPK. 19900420123031035

Penguji III



Ns. Ely Rahmatika Nugrahani, S.Kep., M.Kep.
NPK. 19930205123091039

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, atas segala petunjuk, serta limpahan rahmat dari Allah SWT, penulis senantiasa diberikan kekuatan untuk menyelesaikan tugas akhir ini. berhasil menuntaskan skripsi ini dengan baik. Menyadari bahwa keberhasilan ini merupakan hasil kolaborasi banyak pihak, penulis menyampaikan rasa terimakasih kepada:

1. Dr. Hanafi., M. Pd. selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Jember.
2. Ns. Sri Wahyuni A, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
3. Ns. Sofia Rhosma Dewi, S.Kep., M.Kep. selaku Wakil Dekan dan Dewan Penguji Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
4. Ns. Siti Kholifah, S.Kep., M.Kep. selaku Kaprodi S-1 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
5. Ns. Dian Ratna Elmaghfuroh, S.Kep., M.Kes. selaku dosen pembimbing 1. Dedikasi dan kesabaran beliau dalam membimbing serta memberikan masukan konstruktif telah menjadi motivasi terbesar penulis untuk menuntaskan tugas akhir ini.
6. Ns. Ely Rahmatika Nugrahani, S.Kep., M.Kep. selaku dosen pembimbing 2. Dedikasi dan kesabaran beliau dalam membimbing serta memberikan masukan konstruktif telah menjadi motivasi terbesar penulis untuk menuntaskan tugas akhir ini.
7. Teruntuk keluarga besar, rasa hormat dan terimakasih penulis haturkan karena telah memberikan dukungan yang luar biasa. Doa serta kasih sayang yang

diberikan menjadi motivasi utama bagi penulis untuk menuntaskan jenjang pendidikan ini.

Akhir kata, Penulis sadar akan adanya kekurangan dalam karya ini. Maka dari itu penulis membutuhkan saran dan kritik yang membangun.

Jember, 09 Maret 2026

Peneliti



DAFTAR ISI

SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PERSEMBAHAN	iii
MOTTO	vi
PERNYATAAN PERSETUJUAN.....	viii
PENGESAHAN.....	ix
ABSTRAK	xi
KATA PENGANTAR.....	xiii
DAFTAR ISI.....	xv
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR GAMBAR.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Konsep Lansia.....	8
B. Konsep Tekanan Darah	12
C. Konsep Kualitas Tidur	20
D. Model Konsep Teori Adaptasi Calista Roy	27
E. Kerangka Teori Keperawatan.....	31
F. Penelitian Terkait.....	32
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS.....	37
A. Kerangka Konseptual	37
B. Hipotesis.....	39
BAB IV METODE PENELITIAN.....	40
A. Desain Penelitian.....	40
B. Populasi.....	40
C. Sampel.....	40
D. Teknik Sampling	42
E. Variabel Penelitian	42

F. Tempat Penelitian.....	43
G. Waktu Penelitian	43
H. Definisi Operasional.....	43
I. Instrumen Penelitian.....	45
J. Uji Validitas Dan Reliabilitas.....	45
K. Prosedur Pengumpulan Data.....	46
L. Pengolahan Data.....	49
M. Analisa Data	49
N. Etika Penelitian	50
BAB V HASIL PENELITIAN.....	53
A. Data Umum.....	53
B. Data Khusus.....	55
BAB VI PEMBAHASAN.....	58
A. Interpretasi dan Hasil Diskusi.....	58
B. Keterbatasan Penelitian.....	68
C. Implikasi untuk Keperawatan	69
BAB VII KESIMPULAN	70
A. Kesimpulan	70
B. Saran.....	70
DAFTAR PUSTAKA.....	73
LAMPIRAN.....	81

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Terkait.....	32
Tabel 4. 1 Definisi operasional Hubungan Tekanan Darah dengan Kualitas Tidur pada Lansia Hipertensi.....	44
Tabel 4. 2 Blue print Instrumen Pittsburgh Sleep Quality Indeks.....	45
Tabel 5. 1 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Lansia di UPT PSTW Jember, Maret Tahun 2026, (n = 51)	53
Tabel 5. 2 Distribusi Frekuensi Usia Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember, Maret Tahun 2026, (n = 51).....	53
Tabel 5. 3 Distribusi Frekuensi Kebiasaan Senam Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember, Maret Tahun 2026, (n = 51).....	54
Tabel 5. 4 Distribusi Frekuensi Konsumsi Makanan Asin Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember, Maret Tahun 2026, (n = 51).....	54
Tabel 5. 5 Distribusi Frekuensi Kebiasaan Merokok Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember, Maret Tahun 2026, (n = 51)	55
Tabel 5. 7 Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember, Maret Tahun 2026, (n = 51).....	55
Tabel 5. 8 Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Lansia di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember, Maret Tahun 2026, (n = 51).....	56
Tabel 5. 9 Hubungan Tekanan Darah dengan Kualitas Tidur pada Lansia Penderita Hipertensi di UPT PSTW Jember, Maret Tahun 2026, (n = 51)	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori Adaptasi Callista Roy	27
Gambar 2. 2 Implikasi Teori Callista Roy dalam Penelitian.....	31
Gambar 3. 1 Kerangka Konseptual Penelitian	37



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Persetujuan Menjadi Responden	81
Lampiran 2 Lembar Informasi Penelitian	82
Lampiran 3 Lembar Pengukuran Tekanan Darah	83
Lampiran 4 Kuesioner Kualitas Tidur	84
Lampiran 5 Cara Skoring Kuesioner	87
Lampiran 6 Standar Operasional Prosedur Pengukuran Tekanan Darah	89
Lampiran 7 Surat Izin Survey Pendahuluan	90
Lampiran 8 Lembar Ethical Clearance	91
Lampiran 9 Surat Ijin Penelitian	92
Lampiran 10 Surat Balasan Ijin Penelitian	93
Lampiran 11 Surat Keterangan Selesai Penelitian	94
Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian	95
Lampiran 13 Lembar Konsultasi	96
Lampiran 14 Bebas Plagiasi	97
Lampiran 15 Surat Uji Validitas	98
Lampiran 16 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen PSQI	99
Lampiran 17 Tabulasi Data	101
Lampiran 18 Output Spss	104
Lampiran 19 Daftar Riwayat Hidup	108

