



KARYA ILMIAH AKHIR

**PENGKAJIAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DENGAN SINDROM
GERIATRI INSOMNIA DI UPT PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA
(PSTW) JEMBER**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam
Menyelesaikan Progam Profesi “Ners”

Oleh

Septi Dimas Jamaludin, S.Kep
2501031047

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
2026**

KARYA ILMIAH AKHIR

PENGKAJIAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DENGAN SINDROM GERIATRI INSOMNIA DI UPT PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA (PSTW) JEMBER

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam
Menyelesaikan Program Profesi “Ners”

Oleh :

Septi Dimas Jamaludin, S.Kep
NIM. 2501031047

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
2026**



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Jl. Karimata No. 49 Jember 68121 Jawa Timur Indonesia

Kotak Pos 104 Telp. (0331) 336728 Fax 337967

Website : <http://www.unmuhjember.ac.id> email : kantorpusat@unmuhjember.ac.id



SURAT PERNYATAAN KEABSAHAN KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Septi Dimas Jamaludin
NIM : 2501031047
Tempat, tanggal lahir : Jember, 20 September 2003
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Laki-laki
Alamat : Dusun Pondok Rampal Desa Pondok Joyo Kec Semboro Kab Jember
Jurusan/Program Studi : Profesi Ners
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Universitas : Universitas Muhammadiyah Jember

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

Pengkajian Kualitas Tidur Pada Lansia Dengan Sindrom Geriatri Insomnia Di Upt Panti Sosial Tresna Werdha (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, 19 Juni 2026

Yang membuat pernyataan,

(Septi Dimas Jamaludin)

NIM. 2501031047

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGKAJIAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DENGAN SINDROM GERIATRI INSOMNIA DI UPT PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA (PSTW) JEMBER

Septi Dimas Jamaludin, S.Kep
NIM. 2501031047

Karya Ilmiah Akhir ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk
dipertahankan di hadapan Tim Penguji Karya Ilmiah Akhir
Program Studi Profesi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, Juni 2026

Pembimbing



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

PENGESAHAN

PENGKAJIAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DENGAN SINDROM GERIATRI INSOMNIA DI UPT PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA (PSTW) JEMBER

Septi Dimas Jamaludin, S.Kep
2501031047

Dewan Penguji Karya Ilmiah Akhir Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Jember
Jember, Juni 2026

Penguji,

1. Penguji I : Dr. Susi Wahyuning Asih, S.Kep., Ners., M.Kep. (.....)
NPK. 1975092010804491
2. Penguji II : Ns. Dian Ratna Elmaghfuroh, S.Kep., M.Kes. (.....)
NPK. 19900420123031035
3. Penguji III : Ns. Sofia Rhosma Dewi, S.Kep., M.Kep. (.....)
NPK. 1984122411103586

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Jember

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

PENGUJI KARYA ILMIAH

Dewan Penguji Ujian KIA pada Progam Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu
Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 29 Juni 2026

Penguji 1



Dr. Susi Wahyuning Asih, S.Kep., Ners., M.Kep.
NPK. 1975092010804491

Penguji 2



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

Penguji 3



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

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir yang berjudul “Pengkajian Kualitas Tidur Pada Lansia Dengan Sindrom Geriatri Insomnia Di UPT Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember” ini dapat tersusun sampai selesai dan tepat waktu.

Peneliti menyadari bahwa penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini tidak akan terlaksana tanpa dukungan dari berbagai pihak yang telah memberikan doa, bimbingan, tenaga, semangat, dan motivasi. Dengan penuh rasa hormat dan terima kasih, peneliti ingin menyampaikan apresiasi yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam membantu penyelesaian Karya Ilmiah Akhir ini:

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 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember sekaligus pembimbing.
4. Ns. Ginanjar Sasmito Adi, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.MB. Selaku Ketua Program Studi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
5. Ns. Siti Kholifah, S.Kep., M.Kep. Selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
6. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember yang penuh dengan tanggungjawab dalam memberikan ilmunya.

Jember, Juni 2026

Peneliti

LEMBAR PERSEMBAHAN

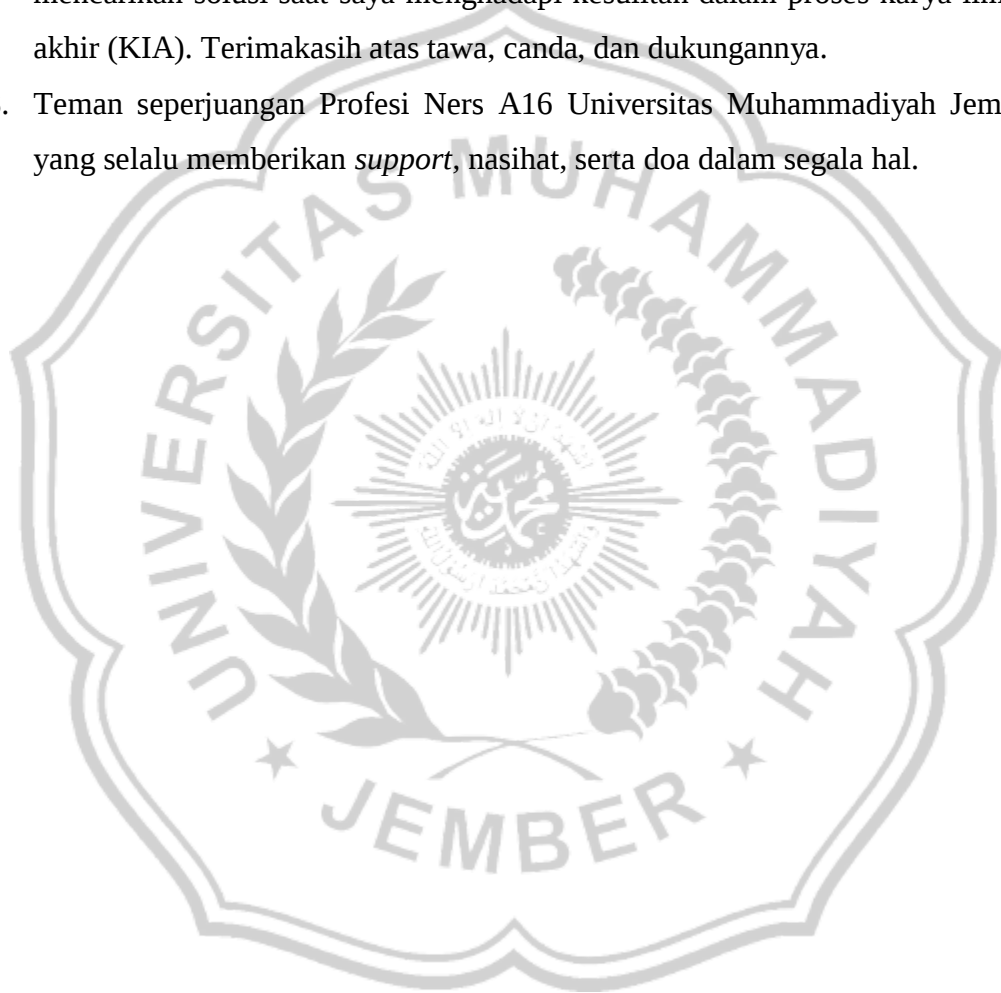
Puji syukur kehadiran Allah SWT atas Rahmat dan Hidayah-Nya yang telah memberikan segala kemudahan dan kelancaran dalam menyusun hingga menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini. Engkau selalu memberikan kesabaran di saat hati ini gelisah, serta selalu memberikan kekuatan agar raga ini tetap bersemangat dalam meraih cita-cita.

Karya Ilmiah Akhir ini dapat terselesaikan dengan baik dan lancar semata-mata tidak hanya berasal dari usaha peneliti sendiri, melainkan dukungan dan motivasi dari orang yang saya hormati dan sayangi. Oleh karena itu, saya berterimakasih kepada:

1. Allah SWT yang senantiasa memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya kepada peneliti.
2. Teristimewa untuk kedua orang tua saya bapak Hj. Moh Toyib dan ibu Holifa yang sangat saya sayangi, saya mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya atas segala kasih sayang, dukungan, serta doa yang senantiasa tiada henti setiap langkah dan menjadikan kekuatan bagi saya dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
3. Ns. Sofia Rhosma Dewi, S.Kep., M.Kep yang telah membimbing penyusunan Karya Ilmiah Akhir saya dengan penuh kesabaran, ketelitian dan senantiasa memberikan masukan dan arahan kepada peneliti. Ucapan terimakasih yang tak terhingga atas ilmu dan arahan yang telah diberikan sangatlah bermanfaat bagi saya.
4. Seluruh Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir penelitian ini.
5. Untuk diriku sendiri, Septi Dimas Jamaludin, yang telah berjuang dan berusaha keras dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini dengan penuh ketekunan dan semangat setiap saat.
6. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadiran. Terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis. Berkontribusi banyak dalam penulisan karya tulis ini, baik tenaga, waktu, pemikiran dan materi kepada penulis. Telah

menjadi rumah, pendamping segala hal, yang menemani, mendukung ataupun menghibur dalam kesedihan. Mendengar keluh kesah dan selalu memberi semangat untuk penulis pantang menyerah. Semoga segala ketulusan dan kebaikanmu kembali padamu dalam bentuk kebahagiaan yang tak terduga.

7. Teman-teman kelas khususnya yang laki-laki yaitu agung gaol, bang eko, yopan crew, bung agis yang senantiasa memberikan dukungan serta membantu mencari solusi saat saya menghadapi kesulitan dalam proses karya ilmiah akhir (KIA). Terimakasih atas tawa, canda, dan dukungannya.
8. Teman seperjuangan Profesi Ners A16 Universitas Muhammadiyah Jember yang selalu memberikan *support*, nasihat, serta doa dalam segala hal.



MOTTO

Maka sesungguhnya Bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari suatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain).

Dan hanya kepada tuhanmulah engkau berharap.

(QS.Al – Insyirah: 6-8)

Musuh yang paling berbahaya di atas dunia ini adalah penakut dan bimbang.

Teman yang paling setia, hanyalah keberanian dan keyakinan yang teguh.

- *Andrew Jackson*



DAFTAR ISI

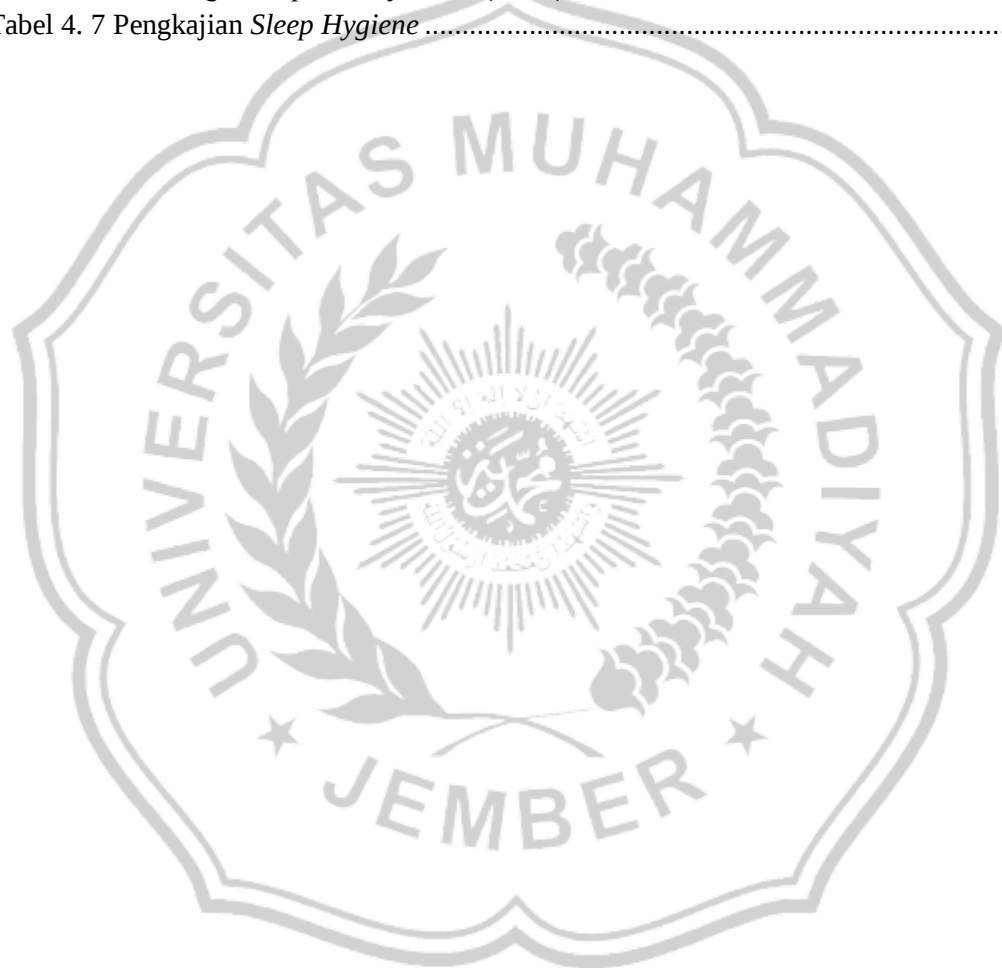
KARYA ILMIAH AKHIR	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
PENGESAHAN	v
PENGUJI KARYA ILMIAH	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
LEMBAR PERSEMBAHAN	viii
MOTTO	x
DAFTAR ISI.....	xi
ABSTRAK	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan	4
1.4 Manfaat	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Kualitas Tidur.....	8
2.2 Lansia	12
2.3 Sindrom Geriatri.....	18
2.4 konsep asuhan keperawatan	31
2.5 Keaslian penelitian	35
BAB III METODE PENELITIAN	38
3.1 Desain Penelitian.....	38
3.2 Subjek Penelitian.....	38
3.3 Fokus Penelitian	38
3.4 Lokasi dan Waktu Penelitian	38
3.5 Instrumen Penelitian.....	39
3.6 Metode Pengumpulan Data	39
3.7 Analisa Data dan Penyajian Data	40
3.8 Etik Penelitian	40
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	42

4.1	Hasil	42
4.2	Pembahasan.....	47
BAB V PENUTUP		61
5.1	Kesimpulan	61
5.2	Saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA		64
LAMPIRAN.....		67



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Pola Tidur Normal.....	9
Tabel 2. 2 Intervensi Keperawatan.....	35
Tabel 2. 3 Keaslian penelitian	35
Tabel 4. 1 Identitas Pasien	42
Tabel 4. 2 Riwayat Penyakit	42
Tabel 4. 3 Pola Fungsi Kesehatan	43
Tabel 4. 4 <i>Physical Activity Scale for the Elderly</i> (PASE)	44
Tabel 4. 5 Pemeriksaan Fisik	45
Tabel 4. 6 <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i> (PSQI).....	45
Tabel 4. 7 Pengkajian <i>Sleep Hygiene</i>	46



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Informed Consent	68
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	69
Lampiran 3 Lembar Pengesahan Judul	70
Lampiran 4 Lembar Konsul	71
Lampiran 5 Surat Pengantar Kampus	72
Lampiran 6 Surat Keterangan Pengambilan Kasus	73
Lampiran 7 Surat Keterangan Bebas Plagiasi	74
Lampiran 8 Instrumen PASE	75
Lampiran 9 Instrumen PSQI	76
Lampiran 10 Instrumen <i>Sleep Hygiene</i>	79
Lampiran 11 Daftar Riwayat Hidup	80
Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian	81

