

**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN KEJADIAN
HIPERTENSI PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA
WERDHA NATAR KABUPATEN
LAMPUNG SELATAN
TAHUN 2019**

SKRIPSI



Oleh :

ARIF RAHMANTO

NPM : 1501031

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS AISYAH PRINGSEWU LAMPUNG
2019**

**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN KEJADIAN
HIPERTENSI PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA
WERDHA NATAR KABUPATEN
LAMPUNG SELATAN
TAHUN 2019**

SKRIPSI



Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan

Oleh :

**ARIF RAHMANTO
NPM : 1501031**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS AISYAH PRINGSEWU LAMPUNG
2019**

**UNIVERSITAS AISYAH PRINGSEWU LAMPUNG
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**

Skripsi, Juli 2019

Arif Rahmanto

**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN KEJADIAN
HIPERTENSI PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA
WERDHA NATAR KABUPATEN LAMPUNG SELATAN
TAHUN 2019**

xvi + 82 halaman + 5 tabel + 2 gambar + 6 lampiran

ABSTRAK

Tidur merupakan kondisi istirahat yang di perlukan oleh manusia secara reguler. Keadaan tidur ini ditandai oleh berkurangnya gerakan tubuh dan penurunan kewaspadaan terhadap lingkungan sekitarnya. Tidur mempunyai efek yang sangat besar terhadap kesehatan fisik, mental, emosi, dan sistem imunitas tubuh. Orang yang kurang tidur cenderung lebih mudah terserang penyakit, seperti serangan jantung, anemia dan tekanan darah tinggi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kualitas tidur dengan kejadian hipertensi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik dengan menggunakan metode pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang ada di Panti Sosial Tresna Werdha Natar dengan jumlah sampel sebanyak 66 orang. Analisis bivariat dalam penelitian ini menggunakan *uji chi square*.

Hasil penelitian diketahui terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan kejadian hipertensi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Natar Kabupaten Lampung Selatan tahun 2019 dengan nilai $p\text{-value} = 0,015$. Petugas kesehatan di Panti Sosial Tresna Werdha Natar hendaknya dapat melakukan pengkajian masalah tidur yang dialami oleh lansia khususnya lansia yang mengalami hipertensi, dimana masalah tidur merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi tekanan darah

Kata Kunci : Kualitas tidur, hipertensi pada lansia
Kepustakaan : 44 (2003 – 2017)

**UNIVERSITY AISYAH Pringsewu LAMPUNG
STUDY PROGRAM OF NURSING**

Thesis, July 2019

Arif Rahmanto

**CORELATION BETWEEN THE QUALITY SLEEP WITH EVENTS IN
ELDERLY HYPERTENSION IN PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA
NATAR KABUPATEN LAMPUNG SELATAN
YEAR 2019**

xvi + 82 pages + 5 tables + 2 pictures + 6 attachments

ABSTRACT

Sleep is a state of rest that is needed by humans on a regular basis. The state of sleep is characterized by reduced body motion and decreased alertness of the surroundings. Sleep has a large yangsang effects on physical health, mental, emotional, and immune system. People who sleep less tend to be more susceptible to disease, such as heart disease, anemia and high blood pressure. The purpose of this study was to determine the sleep quality hununga with hypertension in the elderly in social houses in South Lampung Natar Werdha Tresna.

The design used in this study is an analytic using cross sectional method. The population in this study were all elderly in Tresna Elderly Social Institution Natar with a total sample of 66 people. The bivariate analysis in this study using chi square test.

The survey results revealed there is a relationship between sleep quality with hypertension in the elderly in Tresna Elderly Social Institution Natar South Lampung regency in 2019 with a p-value = 0.015. Health workers in Social Institutions should Tresna Werdha Natarcan pengakajian sleep problems experienced by the elderly, especially elderly people who have hypertension, which sleep problems are one of the factors that can affect blood pressure

Keywords : Quality of sleep, hypertension in the elderly
Literature : 44 (2003 - 2017)

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi :

HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA NATAR KABUPATEN LAMPUNG SELATAN TAHUN 2019

Nama Mahasiswa : Arif Rahmanto

NPM : 1501031

Telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Ujian Sidang Skripsi Fakultas Kesehatan Program Studi S1 Keperawatan Universitas Aisyah Pringsewu Tahun Akademik 2018/2019.

Pringsewu, Agustus 2019

Pembimbing

Ns. Dian Arif Wahyudi, S.Kep., MAN
NIDN.0210109002

Mengetahui

Ketua Program Studi S1 Keperawatan
Fakultas Kesehatan
Universitas Aisyah Pringsewu

Ns. Ikwan Amirudin, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0228108701

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi :

HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA NATAR KABUPATEN LAMPUNG SELATAN TAHUN 2019

Nama Mahasiswa : Arif Rahmanto

NPM : 1501031

Diterima oleh Tim Penguji pada Ujian Sidang Skripsi Fakultas Kesehatan Program Studi S1 Keperawatan Universitas Aisyah Pringsewu Lampung Tahun Akademik 2018/2019.

1. Penguji I :

Ns. Hardono, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0231037803

2. Penguji II :

Ns. Wisnu Probo Wijayanto, S.Kep., MAN
NIDN. 0201038901

3. Penguji III :

Ns. Dian Arif Wahyudi, S.Kep., MAN
NIDN. 0210109002

Tanggal Ujian : 30 Juli 2019

Mengetahui
Universitas Aisyah Pringsewu Lampung
Dekan Fakultas Kesehatan

Ns. Feri Kameliawati, S.Kep., M.Kep
NIDN : 0228018502

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Arif Rahmanto

NPM : 1501031

Program Studi : Fakultas Ilmu Keperawatan

Judul Skripsi : Hubungan Antara Kualitas Tidur dengan Kejadian Hipertensi
Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Natar Kabupaten
Lampung Selatan Tahun 2019

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi yang saya buat tidak pernah atau belum pernah dibuat oleh orang lain dan saya menjamin orisinalitas skripsi yang saya buat.
2. Apabila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam karya ilmiah tersebut, maka penyusunan bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan peraturan perundang-undangan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan dapat dipertanggungjawabkan

Pringsewu, Juli 2019

Arif Rahmanto
NPM : 1501031

MOTTO

يٰٓبَنِي ۤاٰدَمَ قَدْ اَنْزَلْنَا عَلَيْكُمْ لِبَاسًا يُورِي سَوْۤءَاتِكُمْ وَرِيشًا وَلِبَاسُ
التَّقْوٰى ذٰلِكَ خَيْرٌ

“Hai anak adam sesungguhnya kami telah menurunkan kepadamu pakaian untuk menutupi auratmu dan pakaian indah untuk perhiasan dan pakaian takwa itulah yang paling baik...” (Q.S al-A’raf: 26)

Jadi Diri Sendiri, Cari Jati Diri, dan Dapatkan Hidup Yang Mandiri
Optimis, Karena Hidup Terus Mengalir Dan Kehidupan Terus Berputar
Sesekali Liat Ke Belakang Untuk Melanjutkan Perjalanan Yang Tiada Berujung
(Arif Rahmanto)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini kupersembahkan kepada :

1. Kedua orang tuaku yang tidak pernah berhenti mendoakan keberhasilanku selama ini.
2. Kakak-kakakku tercinta yang selalu menantiku, kalianlah yang membuatku bisa seperti ini.
3. Terima Kasih kepada dosen-dosenku yang telah banyak membimbingkuterutama bapak Dian Arif Wahyudi,S.Kep.,NsMAN selaku pembimbingku yang selalu memberi motivasi dan ilmunya untuk kami dengan penuh kasih sayang.
4. Teman-teman satu angkatan Program Studi S1 Keperawatan STIKes Aisyah Pringsewu Lampung yang telah memberikan masukan dalam penulisan skripsi ini, terima kasih semoga jasa kalian alloh subhanahu wata'ala membalas budi jasa kalian semua. Amin...
5. Sahabat-sahabatku kosan Areto, Mas Brian, Mas Randi, Mas dayat, Mas Eko, Mas Andre, Mas Wisnu dan ovi afrixe, terima kasih telah banyak memberikan semangat dan bantuan.
6. Almamater tercinta Universitas Aisyah Pringsewu Lampung.

BIODATA PENULIS

Nama : Arif Rahmanto
NPM : 1501031
Jenis Kelamin : Laki-laki
Tempat/Tanggal Lahir : Lampung Tengah, 29 juli 1997
Agama: Islam
Orang tua : Ayah : Jianto
Ibu : Jumiati
No.Telp : 082280009984
E-Mail : arifrahmanto0123@gmail.com

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. (2005-2011) : SDN 3 VARIA AGUNG
2. (2011-2013) : SMPN 1 SEPUTIH MATARAM
3. (2013-2015) : SMAN 1 SEPUTIH MATARAM
4. (2015-Sekarang) : S1 Keperawatan Universitas Aisyah
Pringsewu Lampung

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “ **Hubungan Antara Kualitas Tidur dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Natar Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2019**”.

Proses penulisan skripsi ini dapat terselesaikan atas bantuan berbagai pihak, maka dengan selesainya skripsi ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Sukarni, S.ST., M.Kes., selaku Ketua Yayasan AISYAH Pringsewu.
2. Ns. Hardono, S.Kep., M.Kep., selaku Rektor Universitas AISYAH Pringsewu.
3. Ns. Feri Kameliawati, S.Kep, M.Kep., selaku Dekan Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes AISYAH Pringsewu
4. Bapak Ns. Ikhwan Amirudin, S.Kep. M.Kep Ka. Prodi S1 Keperawatan
5. Bapak Ns. Dian Arief Wahyudi, S.Kep., MAN selaku pembimbing dan pendamping yang telah banyak membantu penyelesaian penulisan skripsi ini
6. Seluruh Dosen dan Staf Universitas Aisyah Pringsewu
7. PSTW Natar Lampung Selatan yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian demi kelengkapan data skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini belum sempurna, maka dari itu kritik dan saran yang sifatnya membangun sangat saya harapkan. Tiada hal yang penulis harapkan semoga skripsi ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis dan umumnya bagi rekan-rekan mahasiswa program studi Ilmu Keperawatan Universitas AISYAH Pringsewu Lampung

Pringsewu, Juli 2019

Penulis,

Arif Rahmanto

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL SAMPUL DALAM	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
LEMBAR PERSETUJUAN	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	vii
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN	ix
BIODATA	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
E. Ruang Lingkup	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tinjauan Teori	8
1. Lansia	8
2. Kualitas Tidur	13
B. Penelitian Terkait	49
C. Kerangka Teori	51
D. Kerangka Konsep	53
E. Hipotesis	54
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	55
B. Tempat dan Waktu Penelitian	55
C. Rancangan Penelitian	55
D. Subyek Penelitian	56
E. Variabel Penelitian	57
F. Definisi Operasional	58
G. Instrumen Penelitian dan Metode Pengumpulan Data	59
H. Pengolahan Data	62
I. Analisis Data	64

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	66
B. Hasil Penelitian.....	69
C. Pembahasan	71
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	81
B. Saran.....	81
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kebutuhan Tidur Manusia Berdasarkan Usia	19
Tabel 3.1 Definisi Operasional	58
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Lansia	69
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kejadian Hipertensi Pada Lansia.....	69
Tabel 4.3 Hubungan Kualitas Tidur dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Natar Lampung Selatan Tahun 2019	70

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	52
Gambar 2.2 Kerangka Konsep.....	53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian

Lampiran 2. Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 3. Lembar Kuesioner

Lampiran 4. Tabulasi Data

Lampiran 5. Hasil Penelitian

Lampiran 6. Lembar Konsultasi