

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR LANSIA
DI DUSUN JOHO DESA CONDONG CATUR DEPOK SLEMAN**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



HEGA ARIF NUR HIDAYAT
2212142

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA
2016**

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR LANSIA
DI DUSUN JOHO DESA CONDONGCATUR DEPOK SLEMAN**

SKRIPSI

Diajukan Oleh :

Hega Arif Nur Hidavat
2212142

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Diterima Sebagai Salah Satu
Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tanggal 29 Agustus 2016

Menyetujui,

Penguji

Pembimbing I

Pembimbing II

Sutejo, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J
NIDN 4009128101

Sarka Ade Susana, S.Kep., SIP., MA
NIDN 4001066801

Anastasia Suci Sukmawati, M.Ng
NIDN 0520028202

Mengesahkan

a.n Ketua Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan

Tetra Saktika Adinugraha, M.Kep., Ns., Sp.Kep.MB
NIDN 0523108302

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, adalah mahasiswa Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : HEGA ARIF NUR HIDAYAT

NPM : 2212142

Program Studi : S1 ILMU KEPERAWATAN

Judul : HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR
LANSIA DI DUSUN JOHO DESA CONDONGCATUR DEPOK
SLEMAN

Skripsi/KTI

menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah asli karya sendiri dan bukan hasil *plagiarime*. Dengan ini saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Yogyakarta, 20 SEPTEMBER 2016

Mahasiswa



Hega Arif Nur Hidayat

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur Lansia di Dusun Joho Desa Condongcatur Depok Sleman”. Penyusunan Skripsi ini merupakan syarat untuk menyelesaikan studi S1 Keperawatan di Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Penyusunan Skripsi ini dapat diselesaikan, berkat bimbingan, arahan, dan bantuan berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis dengan rendah hati mengucapkan terima kasih dengan setulus-tulusnya kepada:

1. Bapak dan Ibu yang selalu mendoakan anaknya.
2. Kuswanto Hardjo, dr., M.Kes selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
3. Tetra Saktika Adinugraha, M.Kep., Ns., Sp.Kep.MB selaku Ketua Prodi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
4. Sutejo, M.Kep., Sp. Kep. Jiwa selaku dosen penguji, yang telah memberikan masukan dalam penyusunan skripsi.
5. Sarka Ade Susana S Kep., MA selaku dosen Pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan, pengarahan dan masukan kepada saya dalam penyusunan skripsi.
6. Anastasia Suci Sukmawati MNg selaku dosen Pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, pengarahan dan masukan kepada saya dalam penyusunan skripsi.
7. Bapak Dukuh Dusun Joho, Desa Condongcatur yang telah memberikah izin penelitian

Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan kebaikan kepada semuanya, sebagai imbalan atas segala amal kebaikan dan bantuannya. Akhirnya besar harapan penulis semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan menambah ilmu pengetahuan.

Yogyakarta, 28 Agustus 2016

Penulis

Hega Arif Nur Hidayat

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
INTISARI	x
ABSTRACT	xi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori	8
1. Lansia	8
2. Tidur	15
3. Stres	24
B. Kerangka Teori	34
C. Kerangka Konsep	35
D. Hipotesis	35
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	36
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	36
C. Populasi dan Sampel	36
D. Variabel Penelitian	38
E. Definisi Operasional	39
F. Alat dan Metode Pengumpulan Data	39
G. Validitas dan Reabilitas	42
H. Metode Pengolahan dan Analisis Data	43
I. Etika Penelitian	45
J. Tahap Penelitian	46

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	49
B. Pembahasan	53
C. Hambatan	56
D. Keterbatasan.....	56

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	57
B. Saran	57

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

PERPUSTAKAAN
STIKES JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Definisi Operasional	39
Tabel 2. Kisi-kisi Penilaian Kuesioner PSQI.....	40
Tabel 3. Karakteristik Responden	50
Tabel 4. Tingkat Stres Lansia.....	51
Tabel 5. Kualitas Tidur Lansia.....	51
Tabel 6. Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur Lansia	52

PERPUSTAKAAN
STIKES JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori.....	34
Gambar 2. Kerangka Konsep	35

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Pembuatan Skripsi

Lampiran 2 Surat Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 3 Informed Consent

Lampiran 4 Kuesioner Tingkat Stres

Lampiran 5 Kuesioner Kualitas Tidur

Lampiran 6 Hasil Olah Data

Lampiran 7 Surat Pengantar Penelitian

PERPUSTAKAAN
STIKES JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA