

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN
AKTIFITAS DASAR SEHARI– HARI PADA LANSIA
DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA YOGYAKARTA UNIT ABIYOSO**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan
Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Rani Naimawati
3211004

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA
2015**

HALAMAN PENGESAHAN
HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN
AKTIFITAS DASAR SEHARI – HARI PADA LANSIA
DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA YOGYAKARTA UNIT ABIYOSO

SKRIPSI

Diajukan oleh:

RANI NAIMAWATI
3211004

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

Tanggal : 26 Agustus 2015

Penguji,



Miftafu D., M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B.
NIDN 05-1907-8405

Menyetujui,

Pembimbing I,



Tetra S. A., M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B.
NIDN 05-2310-8302

Pembimbing II,



Dwi K. R., M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B.
NIDN 05-0202-8201

Mengesahkan,

a.n Ketua Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan (S-1)



Dewi Retno Pamungkas, MNg
NIDN 0524048402

HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini penulis menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya tulis yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini akan disebutkan dalam daftar pustaka.

Yogyakarta, Agustus 2015



Rani Naimawati

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan SKRIPSI yang berjudul: Hubungan Kualitas Tidur dengan Aktifitas Dasar Sehari – hari pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Yogyakarta Unit Abiyoso. Penyusunan skripsi ini merupakan salah satu syarat mencapai gelar sarjana Keperawatan di Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Penelitian ini telah dapat diselesaikan, atas bimbingan, arahan, dan bantuan dari berbagai pihak dan pada kesempatan ini penulis dengan rendah hati mengucapkan terimakasih dengan setulus – tulusnya kepada:

1. Kuswanto Hardjo, dr., M.Kes selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Dewi Retno Pamungkas MNg. selaku Ketua Prodi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
3. Tetra Saktika A., M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B. selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, dan masukan kepada saya dalam penyusunan skripsi.
4. Dwi Kartika Rukmi, M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B. selaku dosen pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan, pengarahan, dan masukan kepada saya dalam penyusunan skripsi.
5. Miftafu Darussalam, M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B selaku penguji Skripsi yang telah memberikan masukan, saran bagi penyusunan skripsi saya.
6. PSTW Yogyakarta Unit Abiyoso yang telah mengizinkan melakukan penelitian di tempat tersebut.
7. Ayah, Ibu, Kakak, Adik, dan seluruh keluarga yang telah memberikan limpahan cinta, doa dan semangat kepada penulis.
8. Semua sahabat mahasiswa Keperawatan angkatan 2011 yang telah memberikan masukan, semangat serta dukungan kepada penulis.
9. Lansia yang tinggal di PSTW Abiyoso Yogyakarta yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian

10. Kepada semua pihak yang terlibat dalam penulisan yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terimakasih atas dukungan dan bantuannya.

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, 19 Agustus 2015

Penulis

Rani Naimawati
NPM : 3211004

DAFTAR ISI

Halaman

SKRIPSI.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xii
INTISARI	xiv
ABSTRACT	xv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat Penelitian	5
1. Manfaat Teoritis.....	5
2. Manfaat Praktis.....	5
E. Keaslian Penelitian.....	5

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Lanjut Usia	7
1. Pengertian Lanjut Usia.....	7
2. Batasan Usia dan Klasifikasi Lansia	7
3. Proses Menua	8
4. Teori –teori Proses Penuaan.....	9
5. Perubahan pada Proses Menua.....	11
B. Tidur.....	14
1. Pengertian Tidur.....	14
2. Fungsi dan Tujuan Tidur.....	14
3. Fisiologi Tidur.....	14
4. Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur pada Lansia.....	15
5. Tahapan Tidur	15
6. Pengkajian Kualitas Tidur.....	17

C. Aktivitas Dasar Sehari – hari	17
1. Definisi Aktivitas Dasar Sehari – hari	17
2. Tingkat Kemandirian Aktivitas Dasar Sehari-hari pada Lansia	18
3. Faktor Mempengaruhi Aktivitas Dasar Sehari-hari pada Lansia.....	18
4. Pengkajian Aktivitas Dasar Sehari – hari pada Lansia	20
D. Kerangka Teori.....	22
E. Kerangka Konsep	23
F. Hipotesis.....	23

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian.....	24
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	24
1. Lokasi Penelitian.....	24
2. Waktu Penelitian	24
C. Populasi dan Sampel	24
1. Populasi	24
2. Sampel.....	24
D. Variabel Penelitian	26
E. Definisi Operasional.....	27
F. Alat dan Metode Pengumpulan Data	28
1. Alat Pengumpulan Data	28
2. Metode Pengumpulan Data	32
G. Validitas dan Reliabilitas	32
H. Metode Pengolahan dan Analisis Data	33
1. Metode Pengolahan Data	33
2. Analisis Data	34
I. Etika Penelitian	36
J. Pelaksanaan Penelitian	37

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	40
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	40
2. Analisa Univariat	40
3. Analisa Bivariat.....	44
B. Pembahasan.....	45
1. Karakteristik Responden Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Yogyakarta Unit Abiyoso	45
2. Kualitas Tidur di Panti Sosial Tresna Werdha Yogyakarta Unit Abiyoso	46
3. Aktivitas Dasar Sehari – hari di Panti Sosial Tresna Werdha Yogyakarta Unit Abiyoso	47

4. Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Aktifitas Dasar Sehari-hari Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Yogyakarta Unit Abiyoso ..	48
C. Keterbatasan Penelitian.....	49

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	50
B. Saran.....	50

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

PERPUSTAKAAN
STIKES JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Tingkat Kemandirian Aktifitas Dasar Sehari – hari pada Lansia 1	18
Tabel 2 Tingkat Kemandirian Aktifitas Dasar Sehari – hari pada Lansia 2	18
Tabel 3 Aspek Pengkajian Barthel Index	20
Tabel 4 Interpretasi Skor Barthel Index	21
Tabel 5 Definisi Operasional	27
Tabel 6 Interpretasi Skor PSQI	31
Tabel 7 Kisi – kisi Instrumen Barthel Index	31
Tabel 8 Distribusi Frekuensi Responden	41
Tabel 9 Distribusi Frekuensi Umur, Jenis Kelamin, Riwayat Penyakit dengan Kualitas Tidur pada Lansia di PSTW Yogyakarta Unit Abiyoso.....	42
Tabel 10 Distribusi Frekuensi Umur, Jenis Kelamin, Riwayat Penyakit dengan Aktifitas Dasar Sehari - hari pada Lansia di PSTW Yogyakarta Unit Abiyoso.....	43
Tabel 11 Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Aktifitas Dasar Sehari – hari pada Lansia di PSTW Yogyakarta Unit Abiyoso	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori.....	22
Gambar 2 Kerangka Konsep	23
Gambar 3 Bagan Alur Penelitian	39

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Rencana Jadwal Penelitian
- Lampiran 2. Lembar Permohonan menjadi Responden
- Lampiran 3. Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 4. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 5. Karakteristik Responden
- Lampiran 6. Analisa Data Univariat
- Lampiran 7. Analisa Data Bivariat
- Lampiran 8. Izin Studi Pendahuluan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta
- Lampiran 9. Izin Studi Pendahuluan Bupati Kabupaten Sleman
- Lampiran 10. Izin Studi Pendahuluan Kantor Kesatuan Bangsa Kabupaten Sleman
- Lampiran 11. Izin Studi Pendahuluan Panti Sosial Tresna Werdha Abiyoso
Yogyakarta
- Lampiran 12. Surat Keterangan Izin Studi Pendahuluan dari Sekretariat Daerah
DIY
- Lampiran 13. Surat izin Studi Pendahuluan dari BAPEDA Kabupaten Sleman
- Lampiran 14. Nota Dinas Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 15. Izin penelitian Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta
- Lampiran 16. Izin penelitian Bupati Kabupaten Sleman
- Lampiran 17. Izin penelitian Kantor Kesatuan Bangsa Kabupaten Sleman
- Lampiran 18. Izin penelitian Panti Sosial Tresna Werdha Abiyoso Yogyakarta
- Lampiran 19. Surat Keterangan Izin Penelitian dari Sekretariat Daerah DIY
- Lampiran 20. Surat Izin Penelitian dari BAPEDA Kabupaten Sleman
- Lampiran 21. Nota Dinas Izin Penelitian