

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN  
KUALITAS TIDUR PADA LANSIA HIPERTENSI**

**SKRIPSI**

Disusun untuk Memenuhi Tugas Mata Kuliah Skripsi



Oleh:

Ananda Dea Aulia

NIM.22020122140225

**DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS DIPONEGORO**

**SEMARANG**

**2026**

## LEMBAR PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ananda Dea Aulia  
NIM : 22020122140225  
Fakultas/Jurusan : Fakultas Kedokteran/S1 Ilmu Keperawatan  
Jenis : Skripsi  
Judul : Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur  
Pada Lansia Hipertensi

Dengan ini menyatakan bahwa menyetujui untuk:

1. Memberikan hak bebas *royalty* kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro atas Penulisan karya ilmiah saya, demi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak menyimpan, mengalih formatkan/mediakan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, serta menampilkan dalam bentuk *softcopy* untuk kepentingan akademis kepada Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro, tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis.
3. Bersedia dan menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro dari semua bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 18 Juni 2026

Yang menyatakan,



Ananda Dea Aulia

NIM. 22020122140225

## SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Nama : Ananda Dea Aulia  
Tempat/Tanggal lahir :  
Alamat Rumah :  
No. Telepon : 087821245230  
Email : [aanandaadeaa@gmail.com](mailto:aanandaadeaa@gmail.com)

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian saya yang berjudul “Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Hipertensi” bebas dari plagiarism dan bukan hasil karya orang lain. Apabila di kemudian hari sebagian atau seluruh bagian dari penelitian dan dan karya ilmiah dari hasil penelitian tersebut terdapat indikasi plagiarism, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar tanpa ada unsur paksaan.

Semarang, 18 Juni 2026

Yang menyatakan,



Ananda Dea Aulia

NIM. 22020122140225

## LEMBAR PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul :

### HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Nama : Ananda Dea Aulia

NIM : 22020122140225

Telah di setujui sebagai laporan penelitian dan  
dinyatakan memenuhi syarat untuk di *review*

Pembimbing,



Ns. Umi Hani, M.Kep., Sp.Kep.Kom.

NIP. 198710012020122008

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan FK UNDIP



Agus Santoso, S.Kp., M.Kep.

NIP. 197208211999031002

## LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul :

### HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA HIPERTENSI

Dipersiapkan dan disusun oleh : Ananda Dea Aulia

NIM : 22020122140225

Telah di uji pada 2 Juli 2026 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk **mendapatkan  
gejar sarjana**

Ketua penguji,



Elis Hartati S.Kep., M.Kep.

NIP. 197502122010122001

Anggota Penguji,



Ns. Nurullya Rachma S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom

NIP.197705232005012002

Pembimbing,



Ns. Umi Hani, M.Kep., Sp.Kep.Kom.

NIP. 198710012020122008

Mengetahui,

Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK UNDIP

  

Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat

NIP.197708302001122001

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini yang berjudul "Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Hipertensi". Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan dalam menempuh gelar Sarjana Keperawatan di Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.

Peneliti menyadari bahwa penyusunan proposal ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan bimbingan, saran, dan dukungan selama proses penyusunan skripsi ini. Semoga penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang berarti bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam keperawatan.

Semarang, 18 Juni 2026

Penulis



Ananda Dea Aulia

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya. Alhamdulillah dengan nikmat dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Hipertensi”.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa tidak lepas dari bantuan, bimbingan, serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ns. Umi Hani, M.Kep., Sp.Kep.Kom., selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan tugas akhir.
2. Dr. Anggorowati, S.Kp.,M.Kep.Sp.Mat selaku Ketua Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
3. Bapak Agus Santoso, S.Kp., M.Kep., selaku Ketua Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Diponegoro.
4. Ibu Elis Hartati S.Kep., M.Kep, selaku dosen penguji I yang telah memberikan masukan kepada penulis.
5. Ibu Ns. Nurullya Rachma S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom, selaku dosen penguji II yang telah memberikan masukan kepada penulis.

6. Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada kedua orang tua saya tersayang, Mama dan Papa, serta kedua adik saya yang selalu memberikan doa, dukungan, dan semangat dalam setiap proses yang penulis jalani hingga dapat menyelesaikan tugas akhir ini.
7. Ucapan terima kasih kepada seseorang yang tidak dapat disebutkan namanya, yang selalu memberikan dukungan dan semangat serta menemani dalam setiap proses selama masa perkuliahan hingga penyusunan tugas akhir ini.
8. Terima kasih kepada sahabat-sahabat saya, Abel, Wawa, dan Rara, yang menjadi teman berkeluh kesah dan senantiasa memberikan dukungan dan semangat dalam proses penyusunan tugas akhir ini.
9. Ucapan terima kasih kepada teman-teman Rekreasi Ani, Alifya, Keisha, Silvi, Winda yang telah banyak memberikan dukungan, bantuan, doa, serta selalu ada dalam setiap proses sejak awal perkuliahan hingga penyusunan tugas akhir.
10. Terima kasih kepada teman-teman satu dosen pembimbing yang senantiasa saling memberikan dukungan, bantuan, dan motivasi dalam menjalani proses penyusunan tugas akhir ini.

Semarang, 18 Juni 2026

Penulis



Ananda Dea Aulia

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH .....</b>	<b>ii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>UCAPAN TERIMA KASIH .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xiv</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1    Latar Belakang .....	1
1.2    Rumusan Masalah .....	9
1.3    Tujuan Penelitian .....	10
1.4    Manfaat Penelitian .....	10
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>12</b>
2.1    Kecemasan Pada Lansia dengan Hipertensi.....	12
2.2    Kualitas Tidur pada Lansia dengan Hipertensi .....	16
2.3    Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur .....	20
2.4    Teori Adaptasi Calista Roy .....	21
2.5    Kerangka Teori.....	23
2.6    Kerangka Konsep .....	24
2.7    Hipotesis.....	24
<b>BAB 3 METODE PENELITIAN.....</b>	<b>25</b>
3.1    Jenis dan Rancangan Penelitian .....	25
3.2    Populasi dan Sampel Penelitian .....	25
3.3    Tempat dan Waktu Penelitian .....	29
3.4    Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran .....	29

3.5	Alat Penelitian dan Cara Pengumpulan Data .....	32
3.6	Teknik Pengolahan dan Analisis Data .....	38
3.7	Analisis Data .....	42
3.8	Etika Penelitian .....	43
<b>BAB 4 HASIL PENELITIAN .....</b>		<b>46</b>
4.1	Analisis Univariat.....	46
4.1.1	Karakteristik Demografi Responden.....	46
4.1.2	Kecemasan Lansia Penderita Hipertensi.....	47
4.1.3	Kualitas Tidur Lansia Penderita Hipertensi .....	48
4.2	Analisis Bivariat.....	49
4.2.1	Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Lansia Hipertensi.....	49
<b>BAB 5 PEMBAHASAN .....</b>		<b>51</b>
5.1	Gambaran Tingkat Kecemasan Lansia Penderita Hipertensi.....	51
5.2	Gambaran Kualitas Tidur Lansia Penderita Hipertensi .....	56
5.3	Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Lansia Penderita Hipertensi .....	60
5.4	Keterbatasan Penelitian.....	63
<b>BAB 6 KESIMPULAN DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>64</b>
6.1	Kesimpulan .....	64
6.2	Saran.....	64
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>66</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>		<b>xvi</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	23
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep .....	24

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Variabel Penelitian, Definisi Operasional, Skala Pengukuran	30
Tabel 3. 2 Variabel Penelitian, Kategori, Coding	40
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Demografi Responden di Puskesmas Lebdosari	46
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Lansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Lebdosari	47
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Jawaban Responden Lansia pada Item Pertanyaan Kuesioner Kecemasan (GAI)	47
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Lansia Penderita Hipertensi di Puskesmas Lebdosari	48
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Jawaban Responden Lansia pada Item Pertanyaan Kuesioner Kualitas Tidur (PSQI)	49
Tabel 4. 6 Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur Lansia Hipertensi di Puskesmas Lebdosari	49

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Studi Pendahuluan	xvi
Lampiran 2 Surat Izin Studi Pendahuluan dari Dinas Kesehatan	xvii
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian	xviii
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian dari Dinas Kesehatan	xix
Lampiran 5 Perizinan Penggunaan Kuesioner	xx
Lampiran 6 Lembar Informed Consent	xxii
Lampiran 7 Instrumen Penelitian	xxiv
Lampiran 8 Lembar Ethical Clearance	xxix
Lampiran 9 Bukti Turnitin Analisis Plagiarisme	xxx
Lampiran 10 Hasil Analisis Uji Statistik SPSS	xxxi
Lampiran 11 Lembar Konsultasi	xxxiv
Lampiran 12 Logbook Bimbingan Skripsi	xxxvi

Departemen Ilmu Keperawatan

Fakultas Kedokteran

Universitas Diponegoro

Juni, 2026

## ABSTRAK

**Ananda Dea Aulia**

### **Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Penderita Hipertensi**

**xl + 75 Halaman + 8 Tabel + 2 Gambar + 12 Lampiran**

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis yang sering dialami oleh lansia akibat proses penuaan. Hipertensi dapat menyebabkan berbagai dampak pada kesehatan fisik dan juga dapat mempengaruhi kondisi psikologis. Masalah psikologis yang sering dialami oleh lansia adalah kecemasan akibat kondisinya yang tidak kunjung membaik. Kecemasan pada lansia penderita hipertensi dapat ditandai dengan rasa takut, khawatir, mudah marah, dan sulit tidur, sehingga kondisi ini dapat mempengaruhi kualitas tidur lansia. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada lansia penderita hipertensi. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif *non experimental* dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Teknik sampel yang digunakan yaitu *Purposive Sampling* dengan besar sampel 78 responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar kuesioner. Kuesioner GAI digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan dan kuesioner PSQI digunakan untuk mengukur kualitas tidur. Data yang diperoleh diolah menggunakan analisis univariat yaitu distribusi frekuensi dan bivariat menggunakan uji korelasi *Spearman Rho*. Hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang sebanyak 22 (34,9%) responden dan sebagian besar memiliki kualitas tidur buruk sebanyak 63 (80,8%). Analisis bivariat menunjukkan hasil  $p\text{ value}=0,096$  dan  $r_s=0,190$  yang dapat diinterpretasikan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur lansia penderita hipertensi. Saran untuk lansia hipertensi dapat mencari informasi penatalaksanaan kecemasan dan kualitas tidur serta menerapkan kebiasaan yang dapat membantu menurunkan kecemasan dan memperbaiki kualitas tidur.

Kata Kunci : Kecemasan, Kualitas Tidur, Lansia Hipertensi

Daftar Pustaka: 102 (2018-2026)

**Department of Nursing**  
**Faculty of Medicine**  
**Diponegoro University**  
**June, 2026**

## **ABSTRACT**

**Ananda Dea Aulia**

**The Relationship Between Anxiety Levels and Sleep Quality in Older Adults with Hypertension**

**xl + 75 Pages + 8 Tables + 2 Pictures + 12 Attecehement**

Hypertension is a chronic condition commonly experienced by older adults as a result of the aging process. Hypertension can have various effects on physical health and psychological well-being. A psychological issue frequently experienced by older adults is anxiety stemming from their condition failing to improve. Anxiety in older adults with hypertension can be characterized by fear, worry, irritability, and difficulty sleeping, which can affect their sleep quality. The purpose of this study is to determine the relationship between anxiety levels and sleep quality in older adults with hypertension. This study is a non-experimental quantitative study using a cross-sectional approach. The sampling technique used was purposive sampling, with a sample size of 78 respondents. The instrument used in this study was a questionnaire. The GAI questionnaire was used to measure anxiety levels, and the PSQI questionnaire was used to measure sleep quality. The data obtained were analyzed using univariate analysis (frequency distribution) and bivariate analysis (Spearman's Rho correlation test). The results showed that the majority of respondents experienced moderate anxiety (22 respondents, or 34.9%), and the majority had poor sleep quality (63 respondents, or 80.8%). Bivariate analysis yielded a p-value of 0.096 and an rs of 0.190, indicating that there is no significant association between anxiety levels and sleep quality among elderly individuals with hypertension. It is recommended that elderly individuals with hypertension seek information on managing anxiety and improving sleep quality, and adopt habits that can help reduce anxiety and improve sleep quality.

**Keyword: Anxiety, Sleep Quality, Elderly with Hypertension**

**Bibliography: 102 (2018-2026)**