

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KECEMASAN DENGAN  
POLA TIDUR LANSIA DI PANTI WREDHA PUCANG  
GADING SEMARANG**

**SKRIPSI**

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Skripsi



Oleh:

VIVID NOVIYANTI

22020119140194

**DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS DIPONEGORO**

**SEMARANG, 2023**

**HALAMAN JUDUL**

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KECEMASAN DENGAN  
POLA TIDUR LANSIA DI PANTI WREDHA PUCANG  
GADING SEMARANG**

**SKRIPSI**

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Skripsi



Oleh:

VIVID NOVIYANTI

22020119140194

**DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS DIPONEGORO**

**SEMARANG, 2023**

## SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Vivid Noviyanti  
NIM : 22020119140194  
Fakultas/ Departemen : Kedokteran/ Keperawatan  
Jenis : Skripsi  
Judul : Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Pola  
Tidur Lansia Di Panti Wredha Pucang Gading  
Semarang

Dengan ini menyatakan bahwa saya menyetujui untuk :

1. Memberikan hak bebas royalti kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP atas penulisan karya ilmiah saya, demi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak menyimpan, mengalih mediakan/mengalih formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), mendistribusikannya, serta menampilkan dalam bentuk *soft copy* untuk kepentingan akademis kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP, tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta.
3. Bersedia dan menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP 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, 5 Juli 2023  
Yang Menyatakan



Vivid Noviyanti  
NIM. 22020119140194

**PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME**

Nama : Vivid Noviyanti  
Tempat/ Tanggal Lahir : Demak, 5 November 2001  
Alamat Rumah : Jalan Jamus Gerjen Rt02/Rw02, Kec. Mranggen,  
Kab. Demak  
No. Telp : 081231402742  
Email : [vividvn05@gmail.com](mailto:vividvn05@gmail.com)

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian saya yang berjudul “Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur Lansia Di Panti Wredha Pucang Gading Semarang” bebas dari plagiarisme dengan *similarity index* 23% dan bukan hasil karya orang lain.

Apabila di kemudian hari ditemukan sebagian atau seluruh bagian dari penelitian dan karya ilmiah dari hasil-hasil penelitian tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Semarang, 5 Juli 2023  
Yang Menyatakan,



Vivid Noviyanti  
NIM. 22020119140194

## LEMBAR PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi berjudul:

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KECEMASAN DENGAN POLA  
TIDUR LANSIA DI PANTI WREDHA PUCANG GADING SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Vivid Noviyanti

NIM : 22020119140194

Telah disetujui sebagai usulan penelitian dan dinyatakan telah memenuhi syarat

untuk direview

Pembimbing

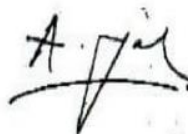


Ns. Elis Hartati, S.Kep., M.Kep

NIP. 197208211999031002

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan FK UNDIP



Agus Santoso, S.Kp., M.Kep

NIP. 197208211999031002

**LEMBAR PENGESAHAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul:  
**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KECEMASAN DENGAN POLA  
TIDUR LANSIA DI PANTI WREDHA PUCANG GADING SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Vivid Noviyanti

NIM : 22020119140194

Telah diuji pada 5 Juli 2023 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk  
**mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan**

Penguji I,



Ns. Nur Hafizhah W, S.Kep., M.Kep

NIP.199304202019032024

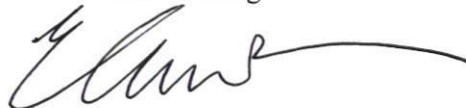
Penguji II,



M. Hasib Ardani, S.Kp.M.Kes

NIP 197412182010121001

Pembimbing



Ns. Elis Hartati, S.Kep., M.Kep

NIP. 197208211999031002

Mengetahui,

Plt Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK UNDIP



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

NIP. 197708302001122001



## KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah dan rindho-Nya sehingga peneliti dapat menyusun Proposal Skripsi dengan judul **“Hubungan Antara Tingkat Kecemasan d Pola Tidur Lansia Di Panti Wredha Pucang Gading Semarang”**. Proposal penelitian ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Universitas Diponegoro. Dalam penyusunan Proposal Penelitian ini, penulis masih banyak terdapat kekurangan dan kesalahan. Maka dari itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaaan Proposal penelitian ini. Penulis berharap semoga penelitian ini bermanfaat bagi kita semua.

Semarang, 5 Juli 2023



Vivid Noviyanti

## LEMBAR PERSEMBAHAN

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan Proposal Skripsi tidak terlepas dari arahan, motivasi, bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ns. Elis Hartati, S.Kep., M.Kep. selaku dosen pembimbing yang telah membantu dan memberikan bimbingan dengan penuh kesabaran dan selalu memberikan dukungan dalam penyusunan proposal skripsi.
2. Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat selaku ketua Departemen Ilmu Keperawatan, Universitas Diponegoro.
3. Agus Santoso, S.Kp., M.Kes selaku ketua Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro.
4. Ns. Nur Hafizhah Widyaningtyas, S.Kep., M.Kep selaku dosen penguji I.
5. Muhammad Hasib Ardani, S.Kep., M.Kes selaku dosen penguji II.
6. Pengurus Panti Wredha Pucang Gading Semarang yang telah memberikan perizinan penelitian.
7. Seluruh partisipan yang bersedia menjadi responden.
8. Terima kasih kepada sahabat-sahabat saya khususnya Destia, Livi, Rahayu, Sukma, Firda, Saskia, Avi, Putri, Elma, Afiifah yang telah memberikan dukungan, semangat, motivasi dan menguatkan dalam penyusunan skripsi.



9. Kakak dan adik saya yang senantiasa memberikan doa dan dukungan kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan penyusunan proposal skripsi ini.
10. Seluruh teman-teman Angkatan 2019 yang memberikan dukungan satu sama lain.
11. Teman-teman satu bimbingan Skripsi serta pihak yang telah banyak membantu penyusunan skripsi yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Semarang, 5 Juli 2023



Vivid Noviyanti

## DAFTAR ISI

<b>HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KECEMASAN DENGAN POLA TIDUR LANSIA DI PANTI WREDHA PUCANG GADING SEMARANG .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....</b>	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME .....</b>	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>4</b>
<b>LEMBAR PERSEMBAHAN .....</b>	<b>5</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>7</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>10</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>11</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>12</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>13</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>14</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.1 Latar Belakang .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.2 Rumusan Masalah .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.3 Tujuan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.3.1 Tujuan Umum .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.3.2 Tujuan Khusus .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.4 Manfaat .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.4.1 Bagi Lansia.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.4.2 Bagi Panti Wredha .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.4.3 Bagi Institusi Keperawatan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.4.4 Bagi Peneliti Selanjutnya .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB II TINJAUAN TEORI.....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1 Konsep Lansia.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.1 Pengertian Lansia.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

2.1.2 Tugas perkembangan lansia .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.3 Klasifikasi Lansia.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.1.4 Perubahan lansia.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2 Kecemasan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2.1 Pengertian Kecemasan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2.2 Tingkat Kecemasan ( <i>Anxiety</i> ) .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2.3 Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2.4 Dampak Kecemasan.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.2.5 Alat Ukur Kecemasan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3 Konsep Pola Tidur .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3.1 Tidur.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3.2 Pola Tidur.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3.3 Tahapan Tidur .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3.4 Faktor Yang Mempengaruhi Tidur .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3.5 Dampak Pola Tidur .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.3.6 Alat Ukur Pola Tidur.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.4 Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.5 Kerangka Teori.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.6 Kerangka Konsep.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
2.7 Hipotesis.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.1 Jenis dan Rancangan Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.1.1 Jenis Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.1.2 Rancangan Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2.1 Populasi Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.2.2 Sampel Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.3 Tempat dan Waktu Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.3.1 Tempat Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

3.3.2 Waktu Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.4 Variabel Penelitian, Definisi Operasional dan Skala Pengukuran .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.4.1 Variabel Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.4.2 Definisi Operasional dan Skala Pengukuran	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.5 Alat Penelitian dan Pengumpulan Data.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.5.1 Alat Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.5.2 Uji Validitas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.5.3 Uji Reliabilitas .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.6 Pengumpulan Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.7 Teknik Pengolahan Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.8 Analisa Data .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
3.9 Etika Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.1 Karakteristik Lansia .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.2 Tingkat Kecemasan Lansia .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.3 Pola Tidur Lansia .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
4.4 Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB V PEMBAHASAN .....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.1 Karakteristik Lansia di Panti Wredha Pucang Gading Semarang .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.2 Tingkat Kecemasan Di Panti Wredha Pucang Gading Semarang .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.3 Pola Tidur Lansia Di Panti Wredha Pucang Gading Semarang.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
5.4 Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur Pada Lansia .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
6.1 Kesimpulan .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
6.2 Saran.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

**DAFTAR PUSTAKA** .....Error! Bookmark not defined.  
**LAMPIRAN**.....Error! Bookmark not defined.

## DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
3.1	Definisi Operasional	46
3.2	Blueprint Kuesioner Geriatric Anxiety Scale (GAS)	50
3.3	Blueprint Kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)	51
3.4	Kode Alat Ukur Penelitian	55
4.1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Lansia	62
4.2	Distribusi Frekuensi Lansia Berdasarkan Tingkat Kecemasan	63
4.3	Distribusi Frekuensi Lansia Berdasarkan Sebaran Jawaban Setiap Item Kuesioner GAS ( <i>Geriatric Anxiety Scale</i> )	63
4.4	Distribusi Frekuensi Lansia Berdasarkan Kejadian Pola Tidur Lansia	66
4.5	Distribusi Frekuensi Lansia Berdasarkan Sebaran Total komponen Jawaban Kuesioner	66
4.6	Tabulasi Silang Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur	69

## DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul Gambar	Halaman
1	Kerangka Teori	36
2	Kerangka Konsep	37

## DAFTAR LAMPIRAN

No	Judul Lampiran	Halaman
1.	Izin Studi Pendahuluan	xiii
2.	Surat Izin Dinas Sosial Studi Pendahuluan	xiii
3.	Bukti Perizinan Kuesioner GAS	xiv
3.	Bukti Perizinan Kuesioner PSQI	xv
4.	Informed consent	xvi
4.	Kuesioner penelitian GAS	xviii
5.	Kuesioner penelitian PSQI	xx
6.	Surat Ethical Clearance	xxii
7.	Surat Permohonan Izin Penelitian	xxiv
8.	Surat penelitian dari dinas sosial	xxv
9.	Surat penelitian dari panti wredha	xxv
10.	Bukti kejadian lansia ketergantungan di panti wredha	xxvi
11.	Hasil Perhitungan SPSS Data	Xxvi
12.	Hasil <i>Plagiarism Check Turnitin</i>	Xxviii
13.	Logbook Bimbingan Skripsi	xxix

Departemen Ilmu Keperawatan  
Fakultas Kedokteran  
Universitas Diponegoro  
Juli, 2023

## ABSTRAK

**Vivid Noviyanti**

### **Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur Lansia Di Panti Wredha Pucang Gading Semarang**

(xv+ 79 Halaman + 10 Tabel + 2 Gambar + 13 Lampiran)

Lansia adalah tahap akhir dari proses penuaan yang memasuki usia 60 tahun ke atas. Lansia semakin bertambahnya usia dapat menimbulkan perubahan seperti perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Salah satu masalah psikologis yang sering terjadi pada lansia adalah kecemasan. Kecemasan akan berdampak pada kualitas dan pola tidur yang tidak baik, sehingga mengakibatkan perubahan pada pola tidur. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dengan pola tidur lansia di panti wredha pucang gading Semarang. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain korelasional melalui pendekatan crosssectional. Sampel penelitian yang digunakan sebanyak 65 lansia dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner GAS dan PSQI yang telah memenuhi nilai validitas dan nilai reliabilitas. Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji korelasi *Spearman Rank*. Hasil penelitian didapatkan bahwa persentase tingkat kecemasan mayoritas pada kecemasan sedang 28 (43,1%) dan persentase pola tidur mayoritas dikategorikan buruk sebanyak 50 lansia (76,9%). Hasil korelasi *spearman rank* menunjukkan signifikansi sebesar 0,000 yang bearti adanya korelasi antara dua variabel tersebut karena  $p$  value  $0,000 < 0,005$ . Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan pola tidur lansia. Berdasarkan hasil tersebut peneliti menyarankan agar lansia dapat mencegah atau mengatasi masalah kecemasan dan meningkatkan pola tidurnya dengan cara diberi penyuluhan



dari tenaga kesehatan sehingga masalah tersebut dapat teratasi dengan baik.

Kata Kunci : Lansia, Kecemasan, Pola tidur

Daftar Pustaka : 120 (2005-2023)

*Department of Nursing Science  
Faculty of Medicine  
Diponegoro University  
July, 20 23*

### **ABSTRACT**

***Vivid Noviyanti***

***The relationship between anxiety levels and elderly sleep patterns in Pucang Gading nursing home Semarang***

*(xvi+ 79 Pages + 10 Tables + 2 Figures + 13 Appendices)*

*Elderly is the final stage of the aging process entering the age of 60 years and over. The elderly are getting older can cause changes such as physical, psychological, and social changes. One of the psychological problems that often occurs in the elderly is anxiety. Anxiety will have an impact on the quality and pattern of sleep that is not good, resulting in changes in sleep patterns. The purpose of this study was to determine the relationship between anxiety levels and sleep patterns of the elderly at the Pucang Gading Nursing Home, Semarang. This research are the type of quantitative research with a correlational design through a cross-sectional approach. The research sample used was 65 elderly using a purposive sampling technique. Data collection was carried out using the GAS and PSQI questionnaires which have fulfilled the validity and reliability values. Data were analyzed univariately and bivariately using the Spearman Rank correlation test. The results of the study found that the percentage of the majority anxiety level was moderate anxiety 28 (43.1%) and the percentage of the majority sleep pattern was categorized as bad as many as 50 elderly (76.9%). The Spearman rank correlation results show a significance of 0.000 which means there is a correlation between the two variables because the p value is 0.000 < 0.005. This study concluded that there is a relationship between anxiety levels and sleep patterns of the elderly. Based on these results, researchers suggest that the elderly can prevent or overcome*

*anxiety problems and improve their sleep patterns by being given counseling from health workers so that these problems can be resolved properly.*

*Keywords: Elderly, Anxiety, Sleep patterns*

*Bibliography: 120 (200 5-20 23)*