

**GAMBARAN TINGKAT INSOMNIA PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI DI SALAH SATU PUSKESMAS KOTA
SEMARANG**

SKRIPSI

Disusun Untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Skripsi



Oleh:

Dewi Maratussholihah

22020122140207

DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS DIPONEGORO

SEMARANG, JUNI 2026

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : Dewi Maratussholihah

NIM : 22020122140207

Fakultas/Departemen : Kedokteran/Keperawatan

Jenis : Skripsi

Judul : Gambaran Tingkat Insomnia pada Lansia dengan Hipertensi di Salah Satu Puskesmas Kota 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, 12 Juni 2026

Yang Menyatakan



Dewi Maratussholihah

NIM. 22020122140207

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Nama : Dewi Maratussholihah
Tempat/ Tanggal Lahir : Bora, 09 April 2004
Alamat Rumah : Ds Kutukan RT 001 RW 001 Kecamatan
Randublatung Kabupaten Bora
No.Telp : 088975914800
Email : dewims944@gmail.com

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian saya yang berjudul “Gambaran Tingkat Insomnia pada Lansia dengan Hipertensi di Salah Satu Puskesmas Kota Semarang” bebas dari plagiarisme dengan *similarity index* 17% 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, 12 Juni 2026

Yang Menyatakan



Dewi Maratussholihah

NIM. 22020122140207

LEMBAR PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul:

**GAMBARAN TINGKAT INSOMNIA PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI DI SALAH SATU PUSKESMAS KOTA SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama: Dewi Maratussholihah

NIM: 22020122140207

Telah disetujui sebagai usulan penelitian dan dinyatakan telah memenuhi syarat
untuk direview

Pembimbing,

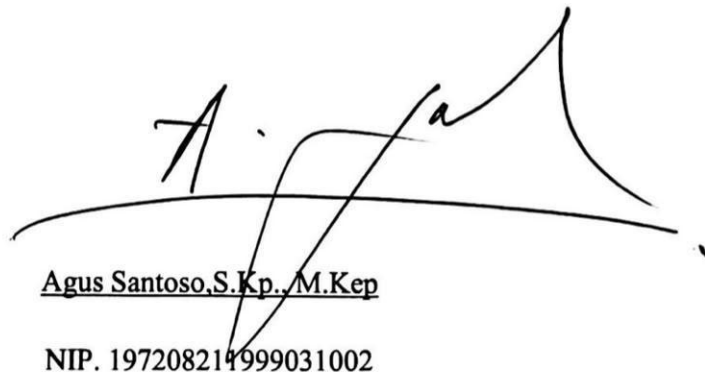


Ns. Henni Kusuma S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.M.B., Ph.D.

NIP. 198512082014042001

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan FK UNDIP



Agus Santoso, S.Kp., M.Kep
NIP. 197208214999031002

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul:

GAMBARAN TINGKAT INSOMNIA PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI SALAH SATU PUSKESMAS KOTA SEMARANG

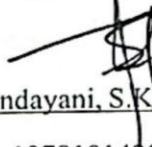
Dipersiapkan dan disusun oleh

Nama : Dewi Maratussholihah

NIM : 22020122140207

Telah diuji pada 15 Juni 2026 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk
mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan.

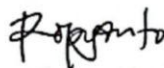
Ketua Penguji,



Dr. Fitria Handayani, S.Kp., Ns.Sp.Kep.MB.

NIP. 197810142003122001

Anggota Penguji,



Chandra Bagus Ropyanto, S.Kp., M.Kep., Ns.Sp.KMB

NIP. 197905212007101001

Pembimbing,




Ns. Henni Kusuma S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.M.B., Ph.D.

NIP. 198512082014042001

Mengetahui,

Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK UNDIP



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

NIP. 197708302001122001

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah S.W.T. yang telah memberikan rahmat, karunia, dan kemudahan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Gambaran Tingkat Insomnia pada Lansia dengan Hipertensi di Salah Satu Puskesmas Kota Semarang”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam mencapai gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan di Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai tingkat insomnia pada lansia dengan hipertensi di Puskesmas Kedungmundu. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan di bidang keperawatan, khususnya dalam penanganan masalah tidur pada lansia yang memiliki hipertensi, serta memberikan informasi yang bermanfaat bagi tenaga kesehatan dan masyarakat.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat kekurangan, oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun akan sangat berguna bagi perbaikan penelitian ini.

Semarang, 12 Juni 2026

Yang Menyatakan



Dewi Maratussholihah

NIM. 22020122140207

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji Syukur penulis panjatkan kepada Allah S.W.T atas Rahmat dan berkah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Berkat dukungan dari berbagai pihak dalam menyusun skripsi ini sehingga dapat diselesaikan dengan sangat baik. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Penulis menyampaikan rasa terima kasih yang tulus kepada kedua orang tua tercinta, Bapak Sugiyanto dan Ibu Nyamu, yang senantiasa memberikan doa, kasih sayang, dukungan moral maupun material, serta menjadi sumber kekuatan dan motivasi bagi penulis. Terima kasih atas segala pengorbanan, kesabaran, dan kepercayaan yang diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan pendidikan dan penyusunan skripsi ini dengan baik.
2. Penulis mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing Ns. Henni Kusuma S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.M.B., Ph.D. yang telah memberikan dukungan dan bimbingan yang luar biasa kepada penulis sehingga skripsi ini dapat selesai dengan baik.
3. Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibu Dr. Fitria Handayani, S.Kp., M.KEP.,SP.KMB selaku penguji utama yang telah memberikan masukan, saran, kritik, serta arahan yang membangun sehingga skripsi ini dapat disempurnakan dan diselesaikan dengan baik.
4. Penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Chandra Bagus Ropyanto, S.Kp., M.Kep., Ns., Sp.Kep.M.B., selaku penguji kedua yang telah memberikan kritik, saran, serta masukan yang konstruktif sehingga skripsi ini dapat disempurnakan dan diselesaikan dengan lebih baik.

5. Penulis menyampaikan terima kasih kepada Ibu Dr. Anggorowati, S.Kp., Ns., Sp.Kep.Mat., M.Kep., selaku Ketua Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro atas dukungan, arahan, dan kesempatan yang diberikan kepada penulis selama menempuh pendidikan hingga penyelesaian skripsi ini.
6. Penulis menyampaikan terima kasih kepada Bapak Agus Santoso, S.Kp., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro atas dukungan dan fasilitas yang diberikan selama proses pendidikan hingga penyelesaian skripsi ini.
7. Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh responden lansia di Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang yang telah bersedia meluangkan waktu, memberikan informasi, serta berpartisipasi secara sukarela dalam penelitian ini. Tanpa kesediaan dan kerja sama yang diberikan, penelitian ini tidak dapat terlaksana dengan baik. Semoga kebaikan dan kontribusi yang telah diberikan menjadi amal yang bermanfaat serta memperoleh balasan yang berlipat dari Tuhan Yang Maha Esa.
8. Penulis menyampaikan terima kasih kepada seluruh pimpinan dan staf Puskesmas Kedungmundu yang telah memberikan izin, dukungan, bantuan, serta memfasilitasi pelaksanaan penelitian ini. Terima kasih atas kerja sama, arahan, dan kesempatan yang diberikan sehingga proses pengumpulan data dapat berjalan dengan lancar dan penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik.

9. Penulis mengucapkan terima kasih kepada sahabat-sahabat tercinta, Anisa, Kartika, Dinda, dan Ayu, yang telah menjadi teman seperjuangan sejak awal perkuliahan hingga saat ini. Terima kasih atas kebersamaan, dukungan, bantuan, motivasi, serta berbagai pengalaman yang telah dilalui bersama selama menempuh pendidikan dan proses penyusunan skripsi ini.
10. Penulis mengucapkan terima kasih kepada teman-teman yang tidak bisa disebutkan namanya satu-satu karena telah memberikan dukungan dan hiburan sehingga penulis tetap kuat dalam menyelesaikan skripsi dengan baik.

Semarang, 15 Juni 2026



Dewi Maratussholihah

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
UCAPAN TERIMA KASIH	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
DAFTAR SINGKATAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.4.1 Manfaat Umum.....	7
1.4.2 Manfaat Khusus	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Lansia.....	9
2.1.1 Definisi ansia	9
2.1.2 Klasifikasi Lansia	9
2.1.3 Tumbuh Kembang Lansia	10
2.2 Hipertensi.....	11
2.2.1 Definisi Hipertensi	11
2.2.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Hipertensi	12
2.2.3 Klasifikasi Hipertensi	15
2.2.4 Dampak Hipertensi	16
2.3 Insomnia	17
2.3.1 Definisi Insomnia.....	17
2.3.2 Prevalensi Insomnia pada Lansia.....	18

2.3.3	Faktor-Faktor yang Memengaruhi Terjadinya Insomnia.....	19
2.3.4	Mekanisme Terjadinya Insomnia Pada Lansia	23
2.3.5	Klasifikasi Insomnia	24
2.1.6	Klasifikasi Tingkat Insomnia.....	26
2.1.7	Dampak Insomnia pada Lansia.....	28
2.3.8	Pengkajian Insomnia Menggunakan Instrument Insomnia Severity Index (ISI).....	29
2.5	Teori Keperawatan yang Berhubungan dengan Tingkat Insomnia pada Lansia dengan Hipertensi	30
2.5	Kerangka Teori	33
2.6	Kerangka Konsep	33
BAB III METODE PENELITIAN		35
3.1	Jenis dan Rancangan Penelitian.....	35
3.2	Populasi dan Sampel Penelitian.....	35
3.2.1	Populasi.....	35
3.2.2	Sampel	36
3.3	Tempat dan Waktu Penelitian.....	38
3.3.1	Tempat penelitian	38
3.3.2	Waktu penelitian	38
3.4	Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran.....	39
3.4.1	Variabel penelitian	39
3.4.2	Definisi operasional dan skala pengukuran	39
3.5	Instrumen Penelitian dan Cara Pengumpulan Data	42
3.5.1	Instrumen Penelitian	42
3.5.2	Pengumpulan Data.....	44
3.6	Teknik Pengolahan Data dan Analisis Data	47
3.6.1	Teknik pengolahan data.....	47
3.6.2	Analisis Data.....	49
3.7	Etika Penelitian	50
BAB IV HASIL PENELITIAN.....		53
4.1	Gambaran Karakteristik Responden	53
4.1.1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Demografi.....	53
4.1.2	Distribusi Frekuensi Kondisi Klinis	55
4.2	Distribusi Frekuensi Tingkat Insomnia.....	56

BAB V PEMBAHASAN	62
5.1 Gambaran Karakteristik Responden	62
5.1.1 Karakteristik Demografi	62
5.1.2 Gambaran Kondisi Klinis	66
5.2 Gambaran Tingkat Insomnia pada Lansia dengan Hipertensi	69
5.3 Keterbatasan Penelitian	72
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	74
6.1 Kesimpulan	74
6.2 Saran	75
DAFTAR PUSTAKA	77
LAMPIRAN.....	xii

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
1	Kategori Hipertensi	13
2	Definisi Operasional	39
3	<i>Coding</i> Data	46
4	Distribusi Frekuensi Karakteristik Demografi	51
5	Distribusi Frekuensi Karakteristik Kondisi Klinis	53
6	Distribusi Frekuensi Tingkat Insomnia	54
7	Distribusi Frekuensi Jawaban Kuesioner (ISI)	56

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul Gambar	Halaman
1	Diagram Sistem Teori Adaptasi Callista Roy	29
2	Kerangka Teori	30
3	Kerangka Konsep	31

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Judul Lampiran	Halaman
1	Surat Izin Pengambilan Data Awal	xii
2	Persetujuan Kuesioner	xiv
3	<i>Informed Consent</i>	xv
4	Kuesioner Penelitian	xvi
5	Kuesioner <i>Insomnia Severity Index (ISI)</i>	xvii
6	Lembar Konsultasi	xix
7	<i>Logbook</i> Bimbingan Skripsi	xx

DAFTAR SINGKATAN

SKI	=	Survei Kesehatan Indonesia
WHO	=	World Health Organization
AASM	=	American Academy of Sleep Medicine
DSM-5-TR	=	Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition, Text Revision
ISI	=	Insomnia Severity Index
SPSS	=	Statistical Package for the Social Sciences

**Departemen Ilmu Keperawatan
Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro
Juni, 2026**

ABSTRAK

Dewi Maratussholihah
**Gambaran Tingkat Insomnia pada Lansia dengan Hipertensi di Salah Satu
Puskesmas Kota Semarang**
xiv + 74 Halaman + 7 Tabel + 3 Gambar + 11 Lampiran

Lanjut usia dengan hipertensi berisiko mengalami gangguan tidur, terutama insomnia, yang dapat berdampak pada kualitas hidup dan pengendalian tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat insomnia pada lansia dengan hipertensi di Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif dengan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 263 lansia dengan hipertensi yang dipilih menggunakan teknik consecutive sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner karakteristik responden dan Insomnia Severity Index (ISI). Data dianalisis secara univariat dan disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia 60–69 tahun, berjenis kelamin perempuan, tidak bekerja, berpendidikan rendah, berpendapatan di bawah UMK, dan berstatus menikah. Secara klinis, sebagian besar responden telah menderita hipertensi lebih dari 5 tahun, hampir seluruhnya menggunakan obat antihipertensi, sebagian besar tidak menggunakan obat tidur atau psikotropika, lebih dari separuh memiliki penyakit penyerta, dan banyak yang rutin mengonsumsi kafein. Berdasarkan tingkat insomnia, sebagian besar responden mengalami insomnia ringan hingga sedang. Keluhan yang paling dominan adalah kesulitan memulai tidur dan mempertahankan tidur. Dapat disimpulkan bahwa insomnia merupakan masalah yang cukup umum pada lansia dengan hipertensi di Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang, sehingga diperlukan perhatian melalui pengelolaan hipertensi, sleep hygiene, dan skrining gangguan tidur secara berkala.

Kata Kunci: Lansia, hipertensi, insomnia, kualitas tidur
Pustaka : 67 (1978-2026)

Department of Nursing
Faculty of Medicine Diponegoro University
June, 2026

Dewi Maratussholihah
Gambaran Tingkat Insomnia pada Lansia dengan Hipertensi di Salah Satu
Puskesmas Kota Semarang
xv + 74 Pages + 7 Tables + 3 Pictures + 11 Attachments

ABSTRACT

which may affect quality of life and blood pressure control. This study aimed to describe the level of insomnia among older adults with hypertension at Kedungmundu Community Health Center, Semarang City. This was a quantitative descriptive study with a cross-sectional design. A total of 263 older adults with hypertension were selected using consecutive sampling. The instruments used were a respondent characteristic questionnaire and the Insomnia Severity Index (ISI). Data were analyzed using univariate analysis and presented in frequency distribution tables.

The results showed that most respondents were aged 60–69 years, female, unemployed, had low educational attainment, had income below the regional minimum wage, and were married. Clinically, most respondents had been diagnosed with hypertension for more than 5 years, almost all regularly used antihypertensive medication, most did not use sleeping pills or psychotropic drugs, more than half had comorbid diseases, and many routinely consumed caffeine. Based on insomnia severity, most respondents experienced mild to moderate insomnia. The most common complaints were difficulty initiating sleep and difficulty maintaining sleep. In conclusion, insomnia is a common problem among older adults with hypertension at Kedungmundu Community Health Center, Semarang City, and it requires attention through optimal hypertension management, sleep hygiene, and routine screening for sleep disorders.

Keywords: Older adult, hypertention, insomnia, sleep quality

References: 67 (1978–2026)