

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN INSOMNIA PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI
DI POSYANDU LANSIA KASIH IBU
DESA BAYEMWETAN KEC. KARTOHARJO KAB. MAGETAN**



OLEH :

HESTI GITAYANA

NIM : 191148

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN
RS dr. SOEPRAOEN MALANG
TAHUN AKADEMIK 2021/2022**

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN INSOMNIA PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI
DI POSYANDU LANSIA KASIH IBU
DESA BAYEMWETAN KEC. KARTOHARJO KAB. MAGETAN**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada Prodi Keperawatan
Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang



OLEH :

HESTI GITAYANA

NIM. 19.1.148

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN
RS dr. SOEPRAOEN MALANG
TAHUN AKADEMIK 2021/2022**

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini adalah

Nama : Hesti Gitayana
Tempat/Tanggal Lahir : Magetan, 08 Februari 2001
NIM : 19.1.148
Alamat : Desa Bayemwetan RT 006 RW 002
Kec. Kartoharjo Kab. Magetan

Menyatakan dan bersumpah bahwa Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di perguruan tinggi manapun. Jika dikemudian hari ternyata saya terbukti melakukan pelanggaran atas pernyataan dan sumpah tersebut di atas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, 13 Juni 2022
Yang Menyatakan,



Hesti Gitayana
NIM. 19.1.148

CURICULUM VITAE



Identitas Diri

Nama : Hesti Gitayana
Tempat/Tanggal Lahir : Magetan, 08 Februari 2001
Alamat : Desa Bayemwetan RT 006 RW 002,
Kec. Kartoharjo, Kab. Magetan,
Jawa Timur

Nama Orang Tua

Ayah : Suyono
Ibu : Siti Maryam

Riwayat Pendidikan

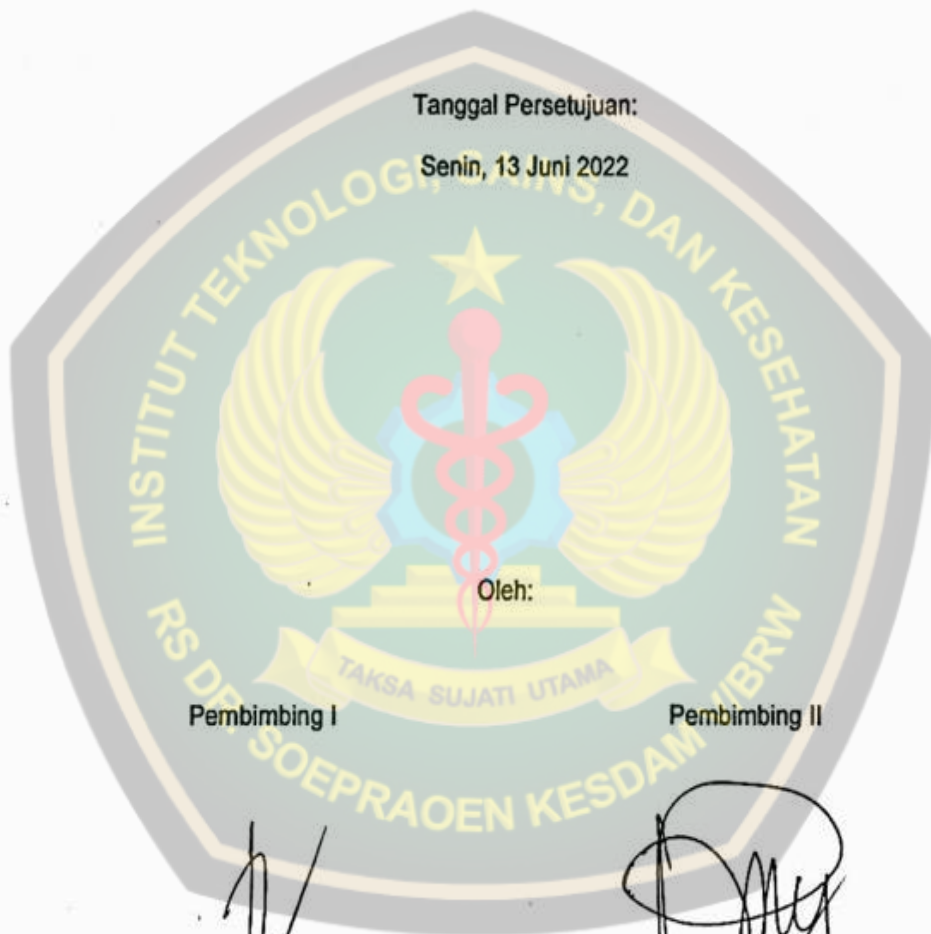
SD : SDN Bayemwetan
SMP : SMPN 2 Barat
SMA : SMAN 1 Barat

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah ini telah Disetujui untuk Diujikan
di Depan Tim Penguji

Tanggal Persetujuan:

Senin, 13 Juni 2022



Oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II

Ns. Bayu Budi L, M.Kep

Ns. Riki Ristanto, M.Kep

LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji dan Disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Sidang Karya Tulis
Ilmiah di Program Studi Keperawatan Institut Teknologi Sains dan
Kesehatan RS dr Soepraoen Malang

Tanggal Pengesahan :

TIM PENGUJI

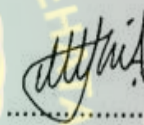
Nama

Tanda Tangan

Ketua : Ns. Ratna Roesardhyati, M.Kep



Anggota : 1. Ns. Musthika
W.M,S.Kep.,Ners,M.Biomed



2. Ns. Bayu Budi L, M.Kep



Mengetahui,

Ketua Program Studi D-III Keperawatan



ITSK RS DR. SOEPRAOEN
KETUA
PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN
Ns. Riki Ristanto, M.Kep
NIDN. 0711028304

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Alloh SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Gambaran Insomnia Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Posyandu Lansia Kasih Ibu Desa Bayemwetan Kec. Kartoharjo Kab. Magetan” sesuai waktu yang telah ditentukan. Karya Tulis Ilmiah ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan di Program Studi D-III Keperawatan Institut Teknologi, Sains, dan Kesehatan RS. Dr. Soepraoen Malang.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu dalam kesempatan ini, penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Letnan Kolonel (Ckm) Arif Efendi, S.MPh., SH, S.Kep.Ners, M.M, selaku Rektor ITSK RS dr. Soepraoen Malang.
2. Bapak Elvianto Winatno, S.Pd., M.M.Kes selaku Wakil Rektor 3 ITSK RS dr. Soepraoen Malang.
3. Bapak Ns. Riki Ristanto K, M.Kep selaku Ka Prodi Keperawatan ITSK RS dr. Soepraoen Malang dan selaku Pembimbing II dalam penelitian ini yang telah memberikan bimbingan dan saran hingga terwujudnya Karya Tulis Ilmiah
4. Bapak Ns. Bayu Budi L, M.Kep selaku pembimbing I dalam penelitian ini yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis.
5. Kader Posyandu Lansia Kasih Ibu yang telah memberikan izin waktu dan tempat untuk penelitian.

6. Kedua orang tua saya yang selalu mendukung, membantu dan medo'akan saya
7. Rekan-rekan mahasiswa Prodi DIII Keperawatan dan seluruh pihak yang telah membantu kelancaran penelitian ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.
8. Seluruh lansia di Posyandu Lansia Kasih Ibu yang telah bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini.

Penulis berusaha untuk dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini, dengan sebaik-baiknya. Namun demikian, penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan. Oleh karena itu demi kesempurnaanya, penulis mengharapkan adanya kritik dan saran dari semua pihak untuk menyempurkannya.

Malang, 13 Juni 2022

Penulis

DAFTAR ISI

Cover Luar	
Cover Dalam	i
Lembar Pernyataan	ii
Curriculum Vitae	iii
Lembar Persetujuan	iv
Lembar Pengesahan	v
Kata Pengantar	vi
Daftar Isi	viii
Daftar Gambar	xi
Daftar Tabel	xii
Daftar Lampiran	xiii
Daftar Singkatan	xiv
ABSTRAK	xv
ABSTRACK	xvi
BAB 1 Pendahuluan	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
BAB 2 Tinjauan Pustaka	7
2.1 Konsep Insomnia	7
2.1.1 Definisi Insomnia	7
2.1.2 Derajat Insomnia	7
2.1.3 Gejala Insomnia.....	8
2.1.4 Dampak Insomnia.....	9
2.1.5 Faktot-Faktor yang Mempengaruhi Insomnia	9
2.1.6 Dampak Insomia pada Lansia dengan Hipertensi	10
2.1.7 Instrumen Skala Pengukuran Insomnia.....	11
2.2 Konsep Lansia	15

2.2.1 Definisi Lansia	15
2.2.2 Karakteristik Lansia	15
2.2.3 Perubahan yang Terjadi pada Lansia	17
2.3 Konsep Hipertensi.....	19
2.3.1 Definisi Hipertensi.....	19
2.3.2 Klasifikasi Hipertensi.....	20
2.3.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Hipertensi	20
2.3.4 Dampak Hipertensi terhadap Insomnia.....	22
2.4 Kerangka Konsep	24
2.5 Deskripsi Kerangka Konsep.....	25
BAB 3 Metode Penelitian.....	27
3.1 Desain Penelitian	27
3.2 Kerangka Kerja	28
3.3 Populasi, Sampel, dan Sampling	29
3.3.1 Populasi.....	29
3.3.2 Sampel	29
3.3.3 Sampling.....	29
3.4 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional.....	29
3.4.1 Identifikasi Variabel.....	29
3.4.2 Definisi Operasional.....	29
3.5 Pengumpulan Data dan Analisa Data	31
3.5.1 Proses Perijinan	31
3.5.2 Proses Pengumpulan Data.....	31
3.5.3 Instrumen Penelitian	32
3.6 Pengolahan Data dan Analisa Data	33
3.6.1 Pengolahan Data.....	33
3.6.2 Analisa Data	34
3.6.3 Waktu dan Tempat Penelitian	35
3.7 Etika Penelitian.....	35
3.8 Keterbatasan Penelitian.....	36
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	37
4.1 Hasil Penelitian.....	37

4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	37
4.2 Data Umum.....	38
4.3 Data Khusus.....	40
4.4 Pembahasan.....	43
BAB 5 PENUTUP.....	47
5.1 Kesimpulan.....	47
5.2 Saran.....	47
DAFTAR PUSTAKA.....	49



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konsep.....	25
Gambar 3.1 Kerangka Kerja Penelitian.....	28



DAFTAR TABEL

Tabel 2.3 Klasifikasi Hipertensi	20
Tabel 3 4 Definisi Operasional Penelitian.....	30
Tabel 4.1 Data Umum Hasil Penelitian.....	38
Tabel 4.2 Data Khusus Hasil Penelitian.....	39
Tabel 4.3 Analisis Butir Soal.....	40
Tabel 4.4 Data Silang Data Umum.....	41



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Penelitian	54
Lampiran 2. Surat Permohonan Menjadi Responden	55
Lampiran 3. Surat Persetujuan Menjadi Responden.....	56
Lampiran 4. Kisi-Kisi Kuisisioner	57
Lampiran 5. Lembar Kuisisioner	60
Lampiran 6. Tabulasi Data Umum.....	65
Lampiran 7. Tabulasi Data Khusus.....	66
Lampiran 8. Hasil SPSS.....	68
Lampiran 9. Kartu Bimbingan Karya Tulis Ilmiah.....	73
Lampiran 10. Lembar Bukti Revisi Uji Proposal.....	75
Lampiran 11. Lembar Bukti Revisi Sidang KTI.....	76
Lampiran 12. Surat Permohonan Ijin Penelitian.....	77
Lampiran 13. Surat Balasan Penelitian.....	78
Lampiran 14. Dokumentasi.....	79

DAFTAR SINGKATAN

IQ : *Intellegentia Quantion*

IRS : *Insomnia Rating Scale*

KSPBJ : Kelompok Studi Psikiatri Biologi Jakarta

WHO : *World Health Organization*



ABSTRAK

Gitayana, Hesti. 2022. *Gambaran Insomnia pada Lansia dengan Hipertensi di Posyandu Lansia Kasih Ibu Desa Bayemwetan Kec. Kartoharjo Kab. Magetan*. Karya Tulis Ilmiah. Prodi D-III Keperawatan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang. Pembimbing I Ns. Bayu Budi L, M.Kep. Pembimbing II Ns. Riki Ristanto, M.Kep.

Penderita hipertensi biasanya disertai dengan insomnia, hal ini terjadi karena berapa kali mereka sering terbangun di malam hari dan juga mereka butuh waktu untuk bisa tertidur kembali. Sekitar 60% lansia mengalami insomnia. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui insomnia pada lansia dengan hipertensi di Posyandu Lansia Kasih Ibu Desa Bayemwetan Kec. Kartoharjo Kab. Magetan.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia dengan hipertensi di Posyandu Kasih Ibu Desa Bayemwetan Kec. Kartoharjo Kab. Magetan sejumlah 70 lansia. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *accidental sampling* yaitu responden yang kebetulan ada atau yang bersedia menjadi responden penelitian dengan sampel 36 responden. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan 11 April – 09 Mei 2022. Variabel penelitian yaitu insomnia pada lansia dengan hipertensi. Instrumen penelitian menggunakan kuisioner KSPBJ-IRS (Kelompok Studi Psikiatri Biologi Jakarta-Insomnia Rating Scale). Tehnik pengolahan data menggunakan *Analisis univariat*.

Hasil penelitian menunjukkan dari 36 responden dengan hipertensi rata-rata yang mengalami insomnia sedang (22.08). Dengan tingkat insomnia, didapatkan hasil terbanyak adalah insomnia berat sejumlah 17 (47.2%). Namun, ada 7 responden (19.5%) yang mengalami insomnia ringan dan ada 12 responen (33.3%) yang mengalami insomnia sedang.

Banyaknya lansia yang mengalami insomnia diperberat karena beberapa faktor seperti usia, stress, penyakit dan penggunaan obat-obatan. Agar dapat mengurangi insomnia pada lansia diharapkan lansia dapat mengontrol kualitas tidur dan menjaga tekanan darah tetap stabil.

Kata kunci : Insomnia, Lansia, Hipertensi

ABSTRACT

Gitayana, Hesti. 2022. *Overview of Insomnia in the Elderly with Hypertension at the Posyandu for the Elderly Kasih Ibu Bayemwetan Village, Kec. Kartoharjo Kab. Magetan*. Scientific Writing. D-III Nursing Study Program, Institute of Health and Science Technology, dr. Soepraoen Malang. Advisor I Ns. Bayu Budi L, M.Kep. Advisor II Ns. Riki Ristanto, M.Kep.

People with hypertension are usually accompanied by insomnia, this happens because of how many times they often wake up at night and also they need time to fall back a sleep. About 60% of the elderly experience insomnia. The purpose of this study was to determine insomnia in the elderly with hypertension at the Posyandu for the Elderly Kasih Ibu, Bayemwetan Village, Kartoharjo District, Magetan Regency.

This research was a descriptive research. The population in this study were all elderly people with hypertension at Posyandu Kasih Ibu, Bayemwetan Village, Kartoharjo District, Magetan Regency numbered 70 elderly. The sampling technique in this study used *accidental sampling*, namely respondents who happened to exist or who were willing to become research respondents with a sample of 36 respondents. This research was conducted on April 11 – May 09, 2022. The research variable was insomnia in the elderly with hypertension. The research instrument used the KSPBJ-IRS (Psychiatric Biology Study Group Jakarta-Insomnia Rating Scale). The data processing technique used *univariate analysis*.

The results showed that 36 respondents with hypertension experienced moderate insomnia (22.08). With the level of insomnia, the most results were severe insomnia with 17 (47.2%). However, there were 7 respondents (19.5%) who experienced mild insomnia and there were 12 respondents (33.3%) who experienced moderate insomnia.

The number of elderly people who experience insomnia was exacerbated by several factors such as age, stress, disease and the use of drugs. In order to reduce insomnia in the elderly, it is expected that the elderly can control the quality of sleep and keep blood pressure stable.

Keywords : *Insomnia, Elderly, Hypertension*