

DAFTAR PUSTAKA

- Asmadi. (2018). *Teknik Prosedural Keperawatan Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta: Salemba Medika.
- Amelia A, dkk. (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Lansia Dalam Berkunjung Kepelayanan Kesehatan Puskesmas Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan* 14(3),795-800,2022.
- Edison H, Naiggolan O. (2021). Hubungan Insomnia Dengan Hipertensi.Buletin Penelitian Sistem Kesehatan 2021;24:46-56.
- Dahroni, dkk. (2017, November). HUBUNGAN ANTARA STRES DENGAN KUALITAS TIDUR LANSIA. *Jurnal Keperawatan*, Vol 5(2338-2090), 68-71.
- Donsu J. (2021). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Yogyakarta: PUSTAKABARUPRESS.
- Dukcapil. (2022, Mei 30). *Jumlah Penduduk Lansia Menurut Kelompok Umur*. Retrieved from [katadata.co.id: https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/05/30/ada-30-juta-penduduk-lansia-di-indonesia-pada-2021](https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/05/30/ada-30-juta-penduduk-lansia-di-indonesia-pada-2021)
- Faatihah I & Gati N. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Covid-19 Dengan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Kelurahan Jebres. *SEHATMAS (Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat)* Vol.1 No.4 Oktober 2022, 640-649.
- Fauzika R, dkk. (2023). TINGKAT KECEMASAN DAPAT MEMPENGARUHI KUALITAS TIDUR PADA LANSIA. *Journal Medical Science*, 240-247.
- Firmansyah Q. (2020). *Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Dalam Penyelesaian Tugas Akhir Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Borneo Cendekia Medika*. Pangkalanbun.
- Fitriani d. (2021). HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR PAFDA LANSIA DI PEKON REJOSARI KECAMATAN PRINGSEWU KABUPATEN PRINGSEWU LAMPUNG TAHUN 2021. *Jurnal keperawatan* .
- Hapsari D, dkk. (2023, Maret 15). HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KECEMASAN DAN DERAJAT INSOMNIA PADA LANSIA Studi Observasi Di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Semarang. *Jurnal Ilmiah Sultan Agung*, 293-300.

- Hawari D. (2022). *Manajemen Stres Cemas Dan Depresi*. Jakarata: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Julianti H, dkk. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Covid-19 Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*, 34-44.
- Latif N, dkk. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Yang Mengalami Insomnia di Raal Griya Asih Lawang Kota Malang. *Profesional Health Journal Vol.2 No.1 Desember 2021*, 94-101.
- Mubarak W, dkk. (2015). *Buku 2 Buku AJAR Ilmu Keperawatan Dasar*. Jakarta: Salemba Medika.
- Napitupulu M, dkk. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Insomnia Pada Lansia Di Panti Jompo Majelis Ta'lim Bassilam Baru Tapanuli Selatan Tahun 2021. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*, 187-192.
- Nugroho H. (2020). *Keperawatan Gerontik & Geriatrik*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Nuraeni E, dkk. (2019, Februari 11). Kecemasan Terhadap Kejadian Insomnia Pada Lansia Di Masyarakat Desa Lebak Wangi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia, Vol 2*, 104-113.
- Nurhayati T, dkk. (2020). Hubungan Kecemasan Dengan Pola Tidur Lansia Hipertensi dan Tidak Hipertensi. *JKEP Vol5, No 2, November 2020*, 122-136.
- Nursalam. (2020). *Metedologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Ramadan H, dkk. (2019). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Penderita Hipertensi. *JKA.2019;6(2)*, 53-58.
- Riskesdes. (2018). *Laporan Nasional Riskesdes*. Retrieved from <http://www.badankebijakan.kemkes.go.id/laporan-hasil-riset-kesehatan-dasar-riskesdas>.
- Swarjana I. (2022). *Konsep Pengetahuan Sikap Perilaku Persepsi Stres Kecemasan Nyeri Dukungan Sosial Kepatuhan Motivasi Kepuasan Pandemi Caovid-19 Akses Layanan Kesehatan*. Yogyakarta: ANDI (Anggota IKAPI).
- Tyas R. (2023). HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR LANSIA. Surakarta:12 Feb 2023.

Warsini & Aminingsih S. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur Pada Lansia. *Jurnal Ilmu Kesehatan Vol.9 No.2 November 2021*, 85-91.

WHO. (2020, april 27). *Penetapan kedaruratan Kesehatan Masyarakat Covid-19*. Retrieved November 28, 2022, from Google.com: https://eppid.kominfo.go.id/informasi_publik/Informasi%20Publik%20Serta%20Merta/detail/59.

**L
A
M
P
I
R
A
N**

Lampiran 1. Surat Izin Studi Pendahuluan



PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG KECAMATAN SUNGGAL DESA TANJUNG SELAMAT

Alamat Kantor : Jl. Besar Tanjung Selamat Dusun III, Desa Tanjung Selamat, Kode Pos 20352

SURAT KETERANGAN Nomor : 470/2270/XII/TS/2022

Kepala Desa Tanjung Selamat Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : ELSIN ROY S. SAGALA
NIM : P07520219016
Nama Universitas : POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
Judul Tugas Akhir : Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Gangguan Pola Tidur pada Lansia

Nama tersebut di atas menurut Surat izin Studi Pendahuluan yang kami terima pada tanggal 01 November 2022 memang benar Mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan yang bermaksud untuk melaksanakan Riset (Mengambil Data) di Desa Tanjung Selamat Kec. Sunggal Kab. Deli Serdang.

Demikian Surat Keterangan ini diperbuat dengan sebenarnya, agar dapat dipergunakan seperlunya dan apabila dikemudian hari terdapat kekeliruan maka kami akan perbaiki sebagaimana mestinya.

Dibuat di : Tanjung Selamat
Pada Tanggal : 06 Desember 2022
Kepala Desa Tanjung Selamat
Kecamatan Sunggal



Informasi tentang secara Elektronik
Kepala Desa Tanjung Selamat
Kabupaten Deli Serdang
SAPU ANGINA TA
Kepala Desa

1. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan Sertifikat Elektronik yang diterbitkan BSR-E (Balai Sertifikasi Elektronik)
2. UU ITE Nomor 19 Tahun 2016 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik



Lampiran 2. Surat Izin Pelaksanaan Penelitian



**PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG
KECAMATAN SUNGGAL
DESA TANJUNG SELAMAT**

Alamat Kantor : Jl. Besar Tanjung Selamat Dusun III. Desa Tanjung Selamat, Kode Pos 20352

SURAT KETERANGAN
Nomor : 470/ 973 /VI/TS/2023

Kepala Desa Tanjung Selamat Kecamatan Sunggal Kabupaten Deli Serdang dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : ELSIN ROY S. SAGALA
NIM : P07520219016
Universitas : POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
Jurusan : Keperawatan

Nama tersebut di atas menurut Surat Permohonan Izin Penelitian memang benar yang bersangkutan ada mengadakan Studi Penelitian di Desa Tanjung Selamat Kcc. Sunggal Kab. Deli Serdang yang akan menjadi syarat untuk menyelesaikan studi di POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN dengan judul Skripsi " Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Pola Tidur pada Lansia di Desa Tanjung Selamat Kecamatan Sunggal Tahun 2023" dengan waktu penelitian adri bulan Mei – Juni.

Demikian Surat Keterangan ini diperbuat dengan sebenarnya, agar dapat dipergunakan seperlunya dan apabila dikemudian hari terdapat kekeliruan maka kami akan perbaiki sebagaimana mestinya.

Dibuat di : Tanjung Selamat
Pada Tanggal : 22 Juni 2023

**Kepala Desa Tanjung Selamat
Kecamatan Sunggal**



Ditandatangani Secara Elektronik :
Kepala Desa Tanjung Selamat
Kabupaten Deli Serdang

SAPII ANDINATA
Kepala Desa

1. Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan Sertifikat Elektronik yang diterbitkan BSRé (Balai Sertifikasi Elektronik)
2. UU ITE Nomor 19 Tahun 2016 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik



Balai
Sertifikasi
Elektronik

Lampiran 3. Surat Persetujuan Kepk Tentang Pelaksanaan Penelitian Bidang Kesehatan



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
Jl. Jamin Ginting Km. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos 20136
Telepon: 061-8368633 Fax: 061-8368644
email : kepk.poltekkesmedan@gmail.com



**PERSETUJUAN KEPK TENTANG
PELAKSANAAN PENELITIAN BIDANG KESEHATAN
Nomor: 01-1567/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2023**

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan, setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian usulan penelitian yang berjudul :

**“Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur Pada Lansia
Di Kelurahan Tanjung Selamat Kecamatan Medan Sunggal Tahun 2023”**

Yang menggunakan manusia dan hewan sebagai subjek penelitian dengan ketua Pelaksana/
Peneliti Utama : Elsin Roy S. Sagala
Dari Institusi : Prodi D-IV Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan

Dapat disetujui pelaksanaannya dengan syarat :
Tidak bertentangan dengan nilai – nilai kemanusiaan dan kode etik penelitian..
Melaporkan jika ada amandemen protokol penelitian.
Melaporkan penyimpangan/ pelanggaran terhadap protokol penelitian.
Melaporkan secara periodik perkembangan penelitian dan laporan akhir.
Melaporkan kejadian yang tidak diinginkan.

Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol dengan masa berlaku maksimal selama 1 (satu) tahun.

Medan, April 2023
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Politeknik Kesehatan Medan



Dr. Jhonson P. Sihombing, MSc, Apt
NIP. 196901302003121001

Lampiran 4. Kuesioner Penelitian

Bagian I: Lembar *Informed*

Lembar Penjelasan Penelitian

Sehubungan dengan penyelesaian skripsi sarjana terapan keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan, maka saya :

Nama : Elsin Roy S.Sagala

NIM : P07520219016

Pekerjaan : Mahasiswa Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan
Kemenkes RI Medan.

Email/No. Hp : elsinsagala29@gmail.com / 085260663720

Alamat : Pulo Gundur, Kel.Sumbul Tengah, Kec.Tiga Lingga, Kab.Dairi.

Bermaksud mengadakan penelitian yang berjudul “**Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur Pada Lansia Di Desa Tanjung Selamat Kecamatan Medan Sunggal Tahun 2023**”. Tujuan dari penelitian untuk mengetahui bagaimana Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur Pada Lansia di Desa Tanjung Selamat Kecamatan Medan Sunggal Tahun 2023. Responden harus mengisi lembar kuesioner yang telah diberikan oleh peneliti. Peneliti akan menghormati privasi dan kerahasiaan subjek/responden yang menuliskan identitas di lembar kuisisioner. Data yang diperoleh hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Jika Anda bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini maka saya memohon untuk menandatangani lembar persetujuan menjadi responden.

Demikian penjelasan penelitian yang dapat saya sampaikan, atas perhatiannya saya ucapkan terima kasih.

Medan, Mei 2023



Elsin Roy S.Sagala
NIM:P07520219016

Bagian II : Lembar *Consent*

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Umur :

Alamat :

Menyatakan bersedia menjadi responden pada penelitian yang dilakukan oleh :

Nama : Elsin Roy S.Sagala

NIM : P07520219016

Alamat : Pulo Gundur, Kel.Sumbul Tengah, Kec.Tiga Lingga,
Kab.Dairi

Judul Penelitian : **“Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur
Pada Lansia Di Desa Tanjung Selamat Kecamatan
Medan Sunggal Tahun 2023”**

Saya akan bersedia untuk dilakukan pengukuran dan pemeriksaan demi kepentingan penelitian. Dengan ketentuan, hasil pemeriksaan akan dirahasiakan dan hanya semata-mata untuk kepentingan ilmu pengetahuan.

Demikian surat ini saya sampaikan, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, Mei 2023

Peneliti

Responden



Elsin Roy S.Sagala
P07520219016

(.....)

Bagian III : Karakteristik Responden

KUESIONER PENELITIAN

“HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN POLA TIDUR PADA LANSIA DI DESA TANJUNG SELAMAT KECAMATAN MEDAN SUNGGAL TAHUN 2023”

PETUNJUK UMUM :

1. Isi setiap pertanyaan dengan jelas dan lengkap.
2. Untuk setiap soal pilihan berilah tanda centang (✓) pada tempat yang sudah disediakan.
3. Jika Bapak/Ibu ingin mengganti jawaban, coret jawaban awal.
4. Jika ada hal yang kurang jelas, saudara bisa menanyakan kepada peneliti.

A. Identitas Responden

Nama :

Umur : ☐ Tahun

Jenis Kelamin : ☐ Laki-laki ☐ Perempuan

Pendidikan Terakhir : ☐ SD ☐ SMP ☐ SMA ☐ Diploma/Sarjana

Pekerjaan : ☐ Petani ☐ Pedagang ☐ Pensiunan
☐ Serabutan ☐ dll :

Status Perkawanian : ☐ Tidak Menikah ☐ Menikah
☐ Janda ☐ Duda

Alamat :

Bagian IV : Kuesioner Tingkat Kecemasan: Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A)

1. Kuesioner ini berdasarkan *Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A)* terdiri dari 14 item pertanyaan atau dimensi untuk mengukur tanda adanya kecemasan.
2. Beritanda (✓) pada kolom nilai sesuai yang Anda rasakan/alami.
 0 = Tidak ada gejala 3 = Berat
 1 = Ringan 4 = Sangat berat.
 2 = Sedang

PENGKAJIAN TINGKAT KECEMASAN: HAMILTION ANXIETY RATING SCALE (HAM-A)

Item	Pernyataan	Skor				
		0= Tidak ada gejala	1= ringan	2= Sedang	3= Berat	4= Sangat berat
1.	Perasaan cemas (merasa khawatir, firasat buruk, takut akan pikiran sendiri, lekas marah atau mudah tersinggung).					
2.	Ketegangan (merasa tegang, merasa lelah, respons yang mengejutkan, mudah meneteskan air mata, merasa gemetar, merasa gelisah, tidak mampu untuk bersantai.					
3.	Ketakutan (takut terhadap gelap, takut terhadap orang asing, takut ditinggalkan sendirian, takut pada hewan, takut pada keramaian lalu lintas, takut pada kerumunan orang banyak).					
4.	Insomnia (kesulitan tidur, tidur tidak memuaskan, merasa lelah saat bangun, mimpi buruk, terbangun tengah malam).					
5.	Intelektual (sulit					

	berkonsentrasi, sulit mengingat).					
6.	Perasaan depresi (kehilangan minat, kurangnya kesenangan dalam hobi, perasaan bersedih, sering terbangun dini hari saat tidur malam).					
7.	Gejala somatik (otot) (nyeri atau sakit otot, kedutan, otot teras kaku, gigi gemertak, suara tidak stabil, tonus otot meningkat).					
8.	Somatik (sensorik) (telinga terasa berdenging, penglihatan kabur, muka memerah, perasaan lemah, sensasi ditusuk-tusuk).					
9.	Gejala-gejala kardiovaskuler (takikardi, palpitasi, nyeri dada, denyut nadi meningkat, perasaan lemah/lesu, seperti mau pingsan, denyut jantung serasa berhenti sejenak).					
10.	Gejala pernapasan (napas terasa sesak/dada terasa ditekan, perasaan tercekik, sering menarik napas dalam, napas pendek/tersenggal-senggal).					
11.	Gejala gasterointestinal (kesulitan menelan, nyeri perut, perut terasa kembung, sensasi terbakar, perut terasa penuh, merasa mual, muntah, sukar buang air besar/BAB, kehilangan berat badan, konstipasi).					
12.	Gejala genitourinary (frekuensi berkemih meningkat, tidak dapat menahan air seni, tidak datang bulan, darah haid lebih banyak dari biasanya, gairah sex menurun, ejakulasi dini, kehilangan libido, impotensi).					
13.	Gejala otonom (mulut kering, muka kemerahan, muka pucat, sering berkeringat,					

	merasa pusing, kepala terasa berat, merasa tegang, rambut merasa menegang).					
14.	Tingkah laku (gelisah, tidak tenang/sering mondar-mandir, tangan gemetar, alis berkerut, wajah tegang, sering mendesah atau pernapasan cepat, wajah pucat, sering menelan ludah, dan lain-lain)					

Jumlah Skor :

Sumber: Swarjana I. (2022). Konsep Pengetahuan Sikap Perilaku Persepsi Stres Kecemasan Nyeri Dukungan Sosial Kepatuhan Motivasi Kepuasan Pandemi Caovid-19 Akses Layanan Kesehatan. Yogyakarta: ANDI (Anggota IKAPI).

Kategori Penilaian Kuesioner :

1. <14 = Normal
2. 14-17 = Kecemasan Ringan
3. 18-24 = Kecemasan Sedang
4. 25-30 = Kecemasan Berat

Bagian V : Kuesioner Pengkajian Pola Tidur (PSQI)

1. Kusioner ini berdasarkan *The Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)* terdiri dari 9 daftar pertanyaan yang berkaitan dengan sifat-sifat tidur anda selama sebulan terakhir ini saja.
2. Beritanda (✓) pada kolom nilai sesuai yang Anda rasakan/alami.

PENGKAJIAN POLA TIDUR (PSQI)

INDEKS KUALITAS DAN POLA TIDUR INSTRUKSI:

Berikut ini bebrapa pertanyaan ! Selama 1 bulan terakir saja. Jawaban anda harus menunjukkan pengulangan yang paling tepat dari sebagian siang dan malam hari pada 1 satu bulan terakhir. Agar data dapat diolah, saya berharap anda menjawab semua pertanyaan yang ada dalam kuesioner **cukup dengan tanda (✓)** pada salah satu kolom pilihan dan jika salah, coret jawaban awal.

1. Pada jam berapa anda biasanya mulai tidur malam?
☐ Jam 7 ☐ Jam 8 ☐ Jam 9 ☐ Jam 10 ☐ Jam 11
2. Berapa lama anda biasanya baru bisa tertidur tiap malam?
☐ <15 menit ☐ 16-30 menit ☐ 31-60 menit ☐ >60 menit
3. Pada jam berapa anda biasanya bangun pagi?
☐ Jam 3 ☐ Jam 4 ☐ Jam 5 ☐ Jam 6 ☐ Jam 7
4. Berapa lama anda tidur di malam hari?
☐ >7 jam ☐ 6-7 Jam ☐ 5-6 Jam ☐ <5 jam

5.	Seberapa sering masalah-masalah dibawah ini mengganggu tidur anda :	Tidak pernah (0)	1x Semingg u (1)	2x Semingg u (2)	3x Seming gu (3)
	a. Tidak mampu tertidur lebih dari 30 menit setelah berbaring.				
	b. Terbangun di tengah malam atau terlalu dini.				
	c. Terbangun untuk ke kamar mandi.				
	d. Terasa sesak saat				

	tertudur/tidak leluasa bernafas.				
	e. Tenggorokan terasa gatal dan batuk saat tidur.				
	f. Kedinginan dimalam hari saat tertudur.				
	g. Kepanasan dimalam hari saat tertudur.				
	h. Mimpi buruk.				
	i. Terasa Nyeri di tubuh.				
	j. Alasan lain :.....				
6.	Seberapa sering Anda menggunakan obat tidur.				
7.	Seberapa sering Anda mengantuk ketika melakukan aktivitas di siang hari.				
8.	Seberapa besar antusias Anda untuk menyelesaikan masalah ini.	Tidak antusias (0)	Kecil (1)	Sedang (2)	Besar (3)
9.	Bagaimana kualitas tidur Anda selama seminggu terakhir.	Sangat baik (0)	Baik (1)	Buruk (2)	Sangat buruk (3)

Jumlah Skor :

Sumber: Rahayu A. (2022). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Angkatan 2018 Yang Menyusun Skripsi Di Masa Pandemi Covid-19. Jakarta.

Bagian VI : Keterangan Cara Skoring PSQI

Kisi-Kisi Kuesioner PSQI

No	Komponen	No.Item	Sistem Penilaian	
			Jawaban	Nilai Skor
1.	Kualitas Tidur Subyektif	9	Sangat Baik Baik Kurang Sangat Kurang	0 1 2 3
2.	Latensi Tidur	2	≤15 Menit 16-30 Menit 31-60 Menit >60 Menit	0 1 2 3
		5a	Tidak Pernah 1x Seminggu 2x Seminggu >3x Seminggu	0 1 2 3
	Skor Latensi Tidur	2+5a	0 1-2 3-4 5-6	0 1 2 3
3.	Durasi Tidur	4	>7 Jam 6-7 Jam 5-6 Jam <5 Jam	0 1 2 3
4.	Efisiensi Tidur Rumus: Durasi Tidur (No.4) : Jam Bangun Pagi (No.3) – Jam Tidur Malam (No.1) X 100%	1,2,3	>85% 75-84% 65-74% <65%	0 1 2 3
5.	Gangguan Tidur	5b,5c,5d , 5e,5f,5g, 5h,5i,5j	0 1-9 10-18 19-27	0 1 2 3
6.	Penggunaan Obat	6	Tidak Pernah 1x Seminggu 2x Seminggu >3x Seminggu	0 1 2 3
7.	Disfungsi Di Siang Hari	7	Tidak Pernah 1x Seminggu 2x Seminggu >3x Seminggu	0 1 2 3
		8	Tidak Antusias Kecil Sedang Besar	0 1 2 3
		7+8	0 1-2	0 1

			3-4	2
			5-6	3

Keterangan kolom nilai :

0 = Sangat baik

1 = Baik

2 = Buruk

3 = Sangat buruk

Untuk menentukan Skor akhir yang menyimpulkan pola tidur keseluruhan : Jumlah seluruh hasil skor mulai dari komponen 1-7.

Dengan hasil ukur :

Jika nilai ≤ 5 : Baik

>5 : Buruk.

Lampiran 5. Master Tabel

TABULASI DATA HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN POLA TIDUR PADA LANSIA DI DESA TANJUNG SELAMAT KECAMATAN MEDAN SUNGGAL TAHUN 2023

Umur (Tahun)	Kode	Jenis Kelamin	Kode	Pend. Terakhir	Kode	Pekerjaan	Kode	Tingkat Kecemasan (X)														Total X	Kategori	Kode	Pola Tidur (Y)							Total Y	Kategori	Kode
								X.1	X.2	X.3	X.4	X.5	X.6	X.7	X.8	X.9	X.10	X.11	X.12	X.13	X.14				Y.1	Y.2	Y.3	Y.4	Y.5	Y.6	Y.7			
61	2	Laki-Laki	1	SMP	2	Pensiunan	3	2	1	0	2	1	1	2	1	0	1	1	0	1	0	13	Normal	1	0	1	1	0	1	0	2	5	Baik	1
59	1	Perempuan	2	SMA	3	IRT	5	1	1	0	3	2	1	2	1	1	1	1	3	1	3	21	Sedang	3	2	3	1	0	1	0	1	8	Buruk	2
59	1	Laki-Laki	1	SMA	3	Petani	1	1	2	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	0	1	9	Normal	1	1	0	1	0	1	0	1	4	Baik	1
55	1	Laki-Laki	2	SMA	3	Pensiunan	3	2	1	0	2	1	0	2	1	1	2	1	1	0	1	15	Ringan	2	1	1	1	0	1	0	2	6	Buruk	2
46	1	Perempuan	2	SMP	2	IRT	5	1	2	0	1	0	1	1	0	1	0	1	2	0	1	11	Normal	1	1	1	2	0	1	0	1	6	Buruk	2
49	1	Perempuan	2	SMA	3	IRT	5	3	1	0	3	2	0	4	2	2	2	0	3	3	3	28	Berat	4	3	3	2	0	2	0	3	13	Buruk	2
52	1	Perempuan	2	SMA	3	IRT	5	3	2	2	4	2	2	3	1	2	1	1	3	0	3	29	Berat	4	2	3	2	0	2	0	3	12	Buruk	2
68	2	Perempuan	2	SMP	2	IRT	5	2	2	1	4	1	2	3	1	1	1	2	2	1	2	25	Berat	4	2	2	1	0	2	0	2	9	Buruk	2
63	2	Perempuan	2	SD	1	Pedagang	2	2	0	0	4	3	0	2	2	2	2	3	1	2	1	24	Sedang	3	1	2	2	0	1	0	2	8	Buruk	2
58	1	Perempuan	2	SD	1	IRT	5	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	2	2	2	2	42	Berat	4	2	2	1	0	2	0	3	10	Buruk	2
48	1	Perempuan	2	SMA	3	IRT	5	2	3	0	3	0	3	3	2	2	2	0	0	0	1	21	Sedang	3	1	2	2	0	1	0	1	7	Buruk	2
50	1	Perempuan	2	SMA	3	IRT	5	4	4	0	4	1	3	2	3	2	2	2	3	2	1	33	Berat	4	2	1	2	0	1	0	2	8	Buruk	2
71	2	Perempuan	2	SD	1	Petani	1	2	3	1	2	1	1	3	3	2	1	1	1	2	2	25	Berat	4	1	1	1	0	1	0	2	6	Buruk	2
54	1	Perempuan	2	SMA	3	IRT	5	2	3	1	4	3	0	2	3	0	0	3	1	1	1	24	Berat	4	3	3	3	2	2	0	3	16	Buruk	2
45	1	Perempuan	2	SMA	3	IRT	5	2	1	0	2	1	2	1	2	2	0	0	1	1	1	16	Ringan	2	1	2	1	0	1	0	1	6	Buruk	2
59	1	Perempuan	2	SD	1	IRT	5	2	0	0	2	0	2	1	2	1	0	0	0	1	1	12	Normal	1	1	1	1	0	1	0	1	5	Baik	1
68	2	Perempuan	2	SD	1	IRT	5	4	1	1	4	3	1	3	1	1	1	0	0	1	1	22	Sedang	3	2	2	3	3	1	0	2	13	Buruk	2
46	1	Perempuan	2	D4/S1	4	Perawat	6	1	2	0	0	0	0	3	2	0	0	2	0	0	1	11	Normal	1	0	1	2	0	1	0	1	5	Baik	1
46	1	Perempuan	2	SMP	2	IRT	5	2	1	0	1	0	0	2	3	1	0	1	0	1	1	13	Normal	1	1	0	0	0	1	0	2	4	Baik	1
56	1	Perempuan	2	SD	1	IRT	5	4	3	2	4	3	3	4	3	3	3	2	3	2	2	41	Berat	4	3	3	3	3	3	0	2	17	Buruk	2
71	2	Perempuan	2	SD	1	Petani	1	2	2	0	2	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	19	Sedang	3	1	1	1	0	2	0	2	7	Buruk	2
68	2	Perempuan	2	SD	1	IRT	5	2	2	0	2	1	1	1	2	3	1	0	2	3	1	21	Sedang	3	2	2	2	0	2	0	3	11	Buruk	2
71	2	Perempuan	2	SMP	2	Petani	1	2	2	1	3	2	2	3	1	2	1	1	2	1	1	24	Sedang	3	2	2	2	0	2	0	2	10	Buruk	2
76	3	Perempuan	2	SD	1	Serabutan	2	2	2	1	3	2	2	2	3	1	1	1	3	2	1	26	Berat	4	1	2	2	0	2	0	2	9	Buruk	2
56	1	Perempuan	2	SMP	2	Petani	1	3	0	0	3	2	1	2	1	0	0	1	1	0	1	15	Ringan	2	2	2	2	0	1	0	2	9	Buruk	2
53	1	Perempuan	2	SMP	2	IRT	5	2	3	0	2	1	1	3	2	1	2	3	0	1	1	22	Sedang	3	3	3	3	1	1	0	2	13	Buruk	2
70	2	Perempuan	2	SD	1	IRT	5	3	3	0	3	1	2	3	3	2	1	1	2	2	2	28	Berat	4	2	3	3	0	1	0	2	11	Buruk	2
47	1	Perempuan	2	SMMA	3	Supir	7	3	1	1	1	0	2	2	2	1	1	3	2	3	1	23	Sedang	3	1	2	2	0	1	0	2	8	Buruk	2
60	2	Laki-Laki	1	SMA	3	TNI	8	2	2	0	2	0	2	1	0	0	0	1	1	0	0	11	Normal	1	1	1	1	0	1	0	1	5	Baik	1
73	2	Perempuan	2	SD	1	IRT	5	3	2	1	3	2	1	4	2	2	1	1	2	1	2	27	Berat	4	2	2	2	0	2	0	2	10	Buruk	2
76	3	Perempuan	2	SD	1	IRT	5	3	3	1	3	3	2	4	2	1	1	2	2	1	2	30	Berat	4	3	2	3	1	2	0	3	14	Buruk	2
75	3	Laki-Laki	1	SMP	2	Petani	1	3	3	1	4	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	37	Berat	4	3	3	2	0	3	0	2	13	Buruk	2
66	2	Perempuan	2	SMA	3	Pedagang	2	2	3	1	3	2	3	3	2	1	2	2	2	1	2	29	Berat	4	2	2	1	0	2	0	3	10	Buruk	2
68	2	Laki-Laki	1	SMP	2	Petani	1	3	2	1	3	2	1	3	2	1	0	2	2	0	3	25	Sedang	3	2	3	2	0	3	0	3	13	Buruk	2
69	2	Laki-Laki	1	SMA	3	Serabutan	2	2	2	1	3	3	2	3	3	1	2	1	2	0	1	26	Berat	4	2	1	1	0	2	0	3	9	Buruk	2
64	2	Perempuan	2	SMP	2	Petani	1	2	2	0	3	2	1	2	1	0	1	1	2	0	1	18	Sedang	3	2	1	1	0	2	0	2	8	Buruk	2
68	2	Laki-Laki	1	SMA	3	Petani	1	1	1	0	2	0	0	2	2	3	0	2	0	3	2	18	Sedang	3	0	1	1	0	1	0	1	4	Baik	1
55	1	Laki-Laki	1	SMA	3	Pensiunan	3	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	7	Normal	1	1	1	1	0	1	0	1	5	Baik	1
69	2	Perempuan	2	SD	1	IRT	5	2	2	1	1	2	1	3	2	1	1	1	3	0	2	22	Sedang	3	2	1	2	0	2	0	3	10	Buruk	2
58	1	Laki-Laki	1	SD	1	Petani	1	3	3	1	4	1	2	3	3	1	1	2	2	0	1	27	Berat	4	1	1	3	0	3	0	2	10	Buruk	2
72	2	Perempuan	2	SD	1	IRT	5	2	3	0	1	1	2	3	2	2	2	2	1	1	2	24	Berat	4	1	1	3	3	2	0	3	13	Buruk	2
70	2	Perempuan	2	SD	1	Petani	1	3	1	1	3	3	2	4	3	0	0	2	4	2	1	29	Berat	4	3	3	2	0	2	0	3	13	Buruk	2
60	2	Perempuan	2	SMP	2	Petani	1	2	1	0	2	0	1	2	2	0	1	0	1	0	1	13	Normal	1	1	0	1	0	1	0	1	4	Baik	1
54	1	Perempuan	2	SMP	2	IRT	5	3	1	0	2	3	3	3	1	1	1	3	2	1	1	25	Berat	4	2	2	1	0	1	0	2	8	Buruk	2

Lampiran 6. Hasil Analisa Statistik

Bagian I. Hasil Analisa Statistik Data Umum Karakteristik Responden

J.kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	9	20.5	20.5	20.5
	Perempuan	35	79.5	79.5	100.0
	Total	44	100.0	100.0	

Umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	45-59 Tahun	21	47.7	47.7	47.7
	60-74 Tahun	20	45.5	45.5	93.2
	75-90 Tahun	3	6.8	6.8	100.0
	Total	44	100.0	100.0	

Pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SD	16	36.4	36.4	36.4
	SMP	12	27.3	27.3	63.6
	SMA	15	34.1	34.1	97.7
	D4/S1	1	2.3	2.3	100.0
	Total	44	100.0	100.0	

Pekerjaan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Petani	12	27.3	27.3	27.3
	Pedagang	4	9.1	9.1	36.4
	Pensiunan	3	6.8	6.8	43.2
	IRT	22	50.0	50.0	93.2
	Perawat	1	2.3	2.3	95.5
	Supir	1	2.3	2.3	97.7
	TNI	1	2.3	2.3	100.0
	Total	44	100.0	100.0	

Bagian II : Hasil Analisa Statistik Data Khusus

Tingkat_Kecemasan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Normal	9	20.5	20.5	20.5
	Kecemasan Ringan	3	6.8	6.8	27.3
	Kecemasan Sedang	13	29.5	29.5	56.8
	Kecemasan Berat	19	43.2	43.2	100.0
	Total	44	100.0	100.0	

Pola_Tidur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	9	20.5	20.5	20.5
	Buruk	35	79.5	79.5	100.0
	Total	44	100.0	100.0	

Tingkat_Kecemasan * Pola_Tidur Crosstabulation

			Pola_Tidur		
			Baik	Buruk	Total
Tingkat_Kecemasan	Normal	Count	8	1	9
		% of Total	18.2%	2.3%	20.5%
	Kecemasan Ringan	Count	0	3	3
		% of Total	0.0%	6.8%	6.8%
	Kecemasan Sedang	Count	1	12	13
		% of Total	2.3%	27.3%	29.5%
	Kecemasan Berat	Count	0	19	19
		% of Total	0.0%	43.2%	43.2%
Total		Count	9	35	44
		% of Total	20.5%	79.5%	100.0%

Bagian III : Hasil Uji Kolerasi Spermean`s Rho

Correlations

		Tingkat_Kecemas asan		Pola_Tidur
Spearman's rho	Tingkat_Kecemasan	Correlation Coefficient	1.000	.677**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	44	44
	Pola_Tidur	Correlation Coefficient	.677**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	44	44

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 7 :

Data Distribusi Skor PSQI Pada Sample Penelitian

Komponen	Kategori	Frekuensi (F)	Presentase (%)
Kualitas Tidur Subjektif	Sangat Baik	3	6.8%
	Baik	17	38.6%
	Kurang	17	38.6%
	Sangat Kurang	7	15.9%
Latensi Tidur	Skor 0	3	6.8%
	Skor 1-2	16	36.4%
	Skor 3-4	15	34.1%
	Skor 5-6	10	22.7%
Durasi Tidur	>7 Jam	1	2.3%
	6-7 Jam	18	40.9%
	5-6 Jam	17	38.6%
	<5 Jam	8	18.2%
Efisiensi Tidur	>85%	38	86.4%
	75-84%	2	4.5%
	65-74%	1	2.3%
	<65%	3	6.8%
Gangguan Tidur	Skor 0	0	0.0%
	Skor 1-9	23	52.3%
	Skor 10-18	17	38.6%
	Skor 19-27	4	9.1%
Penggunaan Obat Tidur	Tidak Pernah	44	100%
	1x Seminggu	0	0.0%
	2x Seminggu	0	0.0%
	>3x Seminggu	0	0.0%
Disfungsi Aktivitas Siang Hari	Sangat Baik	0	0.0%
	Baik	11	25.0%
	Kurang	21	47.7%
	Sangat Kurang	12	27.3%
Total		44	100%

Lampiran 8 :

**Jadwal Penelitian Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur
Pada Lansia Di Desa Tanjung Selamat Kecamatan Medan Sunggal
Tahun 2023**

[illegible]

Lampiran 9 :

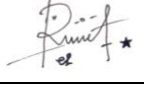
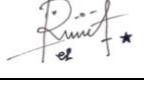
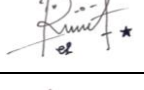
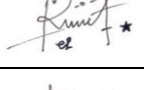
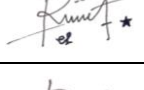
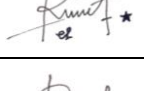
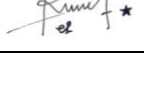
LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN SKRIPSI

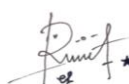
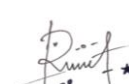
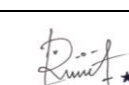
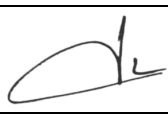
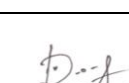
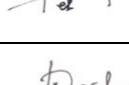
Judul Penelitian : “Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur
Pada Lansia Di Desa Tanjung Selamat Kecamatan
Medan Sunggal Tahun 2023”

Nama Mahasiswa : Elsin Roy S.Sagala

Nim : P07520219016

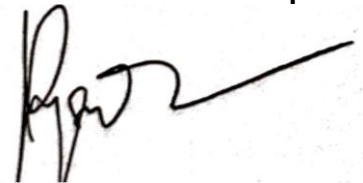
Nama Pembimbing : Dina YUSDIANA S.Kep, Ns, M.Kes

No	Tanggal	Rekomendasi Pembimbing	Paraf		
			Mahasiswa	Pembimbing 1	Pembimbing 2
1	Jumat, 28-10-2022	Pengajuan dan konsultasi judul skripsi.			
2	Kamis, 10-11-2022	ACC judul skripsi dan konsultasi cara penyusunan bab 1 & 2.			
3	Jumat, 18-11-2022	Bimbingan Proposal bab 1 & 2.			
4	Senin, 12-12-2022	Bimbingan Proposal bab 1 & 2.			
5	Jumat, 06-01-2023	Bimbingan Proposal bab 1 & 2.			
6	Rabu, 11-01-2023	Bimbingan Proposal bab 1, 2 & 3.			
7	Kamis, 12-01-2023	Bimbingan Proposal Bab 3			
8	Senin, 16-01-2023	Bimbingan Proposal bab 1, 2 & 3.			
9	Senin, 16-01-2023	ACC Proposal Skripsi			
10	Senin, 12-02-2023	Bimbingan Revisi Proposal			

11	Selasa, 12 Juni 2023	Bimbingan skripsi mengenai hasil penelitian.			
12	Selasa, 13 Juni 2023	Bimbingan skripsi mengenai hasil penelitian.			
13	Rabu, 14 Juni 2023	Bimbingan skripsi mengenai pembahasan.			
14	Kamis, 15 Juni 2023	Bimbingan skripsi mengenai pembahasan.			
15	Jumat, 16 Juni 2023	Bimbingan skripsi mengenai kesimpulan dan saran.			
16	Senin, 19 Juni 2023	Bimbingan ACC Hasil Penelitian & Pembahasan.			
17	Selasa, 12 Juni 2023	Seminar Hasil			
18	Kamis, 13 Juli 2023	Bimbingan revisi seminar hasil pada pengujian I			
19	Jumat, 14 Juli 2023	Bimbingan revisi seminar hasil pada pengujian II			

Medan, Juli 2023

Mengetahui
Ketua Prodi S.Tr Kep



Dr. Risma D. Manurung, S.Kep, Ns, M.Biomed
NIP: 19690811993032001

Lampiran 10 :

**DOKUMENTASI PENELITIAN DI POSBINDU DESA TANJUNG SELAMAT
KECAMATAN MEDAN SUNGGAL**



Lampiran 11 :

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



A. Data Pribadi

Nama : Elsin Roy S.Sagala
Tempat / Tgl Lahir : Medan, 29 Desember 2000
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Kristen Protestan
Alamat : Pulo Gundur, Kel.Sumbul Tengah,Tigalingga.
No HP / Email : 085260663720 / elsinsagala29@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

2006-2012 : SD Negeri Ujung Parira
2012-2015 : SMP Sw Advent Pulo Gundur
2015-2018 : SMA Sw Santo Petrus Sidikalang
2019-Sekarang : Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan.

C. Pengalaman Organisasi

1. Koordinator Sie OSIS SMA Sw Santo Petrus Sidikalang Priode 2016-2017.
2. SIE Humas HIMA Jurusan Keperawatan Poltekkes Medan Priode 2020-2021.
3. SIE Humas HIMA Jurusan Keperawatan Poltekkes Medan Priode 2021-2022.
4. Skretaris Karang Taruna Desa Sumbul Tengah Priode 2022-2027.

Lampiran 12 :

HASIL TURNITIN SKRIPSI

