

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DAN
KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DENGAN
PENYAKIT KRONIS DAN KOMORBIDITAS
DI PANTI WREDA**

SKRIPSI



OLEH:

Dominikus Andriano Carlos

NRP: 9103018013

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
SURABAYA
2023**

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DAN KUALITAS
TIDUR PADA LANSIA DENGAN PENYAKIT KRONIS DAN
KOMORBIDITAS
DI PANTI WREDA**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
Untuk memenuhi Sebagai Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana keperawatan



OLEH:

Dominikus Andriano Carlos

NRP: 9103018013

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
SURABAYA
2023**

HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini, saya

Nama : Dominikus Andriano Carlos

NRP : 9103018013

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil skripsi yang berjudul:

“Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia

Dengan Penyakit Kronis Dan Komorbiditas Di Panti Wreda”

benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Apabila dikemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut ternyata merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf pada pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran.

Surabaya, 26 Februari 2024

Yang membuat pernyataan,



Dominikus Andriano Carlos
9103018013

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai Mahasiswa Universitas Katolik

Widya Mandala Surabaya :

Nama : Dominikus Andriano Carlos

NRP : 9103018013

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya :

Judul :

Hubungan Antara Tingkat Stres Dan Kualitas Tidur Pada Lansia Dengan Penyakit Kronis Dan Komorbiditas Di Panti Wreda

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library* Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 26 Februari 2024

Yang menyatakan



Dominikus Andriano Carlos

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DAN KUALITAS TIDUR PADA
LANSIA DENGAN PENYAKIT KRONIS DAN KOMORBIDITAS

DI PANTI WREDA

OLEH:

Dominikus Andiano Carlos
9103018013

Pembimbing Utama : Ni Putu Wulan P. S, S.Kep., Ns., M.Kep



Pembimbing Pendamping : Anindya Arum Cempaka, S.Kep., Ns., M.Kep



Surabaya, 26 Februari 2024





HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DENGAN PENYAKIT KRONIS DAN KOMORBIDITAS DI PANTI WREDA

Skripsi yang telah ditulis oleh Dominikus Andriano Carlos NRP. 9103018013 telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji Skripsi pada tanggal 26, Februari 2024 dan telah dinyatakan lulus oleh,

Tim Penguji

- | | | |
|---------------|---|---|
| 1. Ketua | : Maria Manungkalit S.Kep.,Ns.,M.Kep | () |
| 2. Sekretaris | : Ira Ayu Maryurti S.Kep.,Ns.,M.Kep | () |
| 3. Anggota | : Ni Putu Wulan .P. S.Kep.,Ns.,M.Kep | () |
| 4. Anggota | : Anindya Arum Cempaka S.Kep.,Ns.,M.Kep | () |

Mengesahkan

Dekan Fakultas Keperawatan



Yesiana D. W. Werdani, S. Kep.,Ns.,M.Kep

NIP. 91.06.0600

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi dipersembahkan kepada :

Tuhan Yesus dan Bunda Maria yang telah menyertai, menuntun langkah hidup saya dan memberkati peneliti selama proses penyusunan skripsi dari awal sampai akhir. Skripsi ini juga peneliti persembahkan kedua orang tua Bapa Tarsisus Rasong, Ibu Maria Dalores, kakak, adik, besak, oma, oma buyut dan teman-teman yang penuh doa dan memberikan dukungan moral maupun materil dan yang terakhir saya persembahkan kepada pembimbing akademik, penguji dan pembimbing skripsi yang telah mendidik dan memberi motivasi, serta memberikan semangat agar bisa menyelesaikan skripsi ini.

HALAMAN MOTTO

"Sebab aku mampu melakukan segala sesuatu melalui Yesus Kristus yang
memberi aku kekuatan."

(Filipi 4:13)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan dengan baik skripsi dengan judul “Hubungan Antara Tingkat Stres dan Kualitas Tidur Pada Lansia Dengan Penyakit Kronis dan Komorbiditas Di Panti Wreda”.

Penulis menyadari bahwa skripsi yang telah dibuat, tidak dapat terselesaikan dengan baik tanpa adanya bimbingan, arahan, masukan, saran, dan motivasi dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih banyak kepada:

1. Ibu Yesiana Dwi Wahyu Werdani, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya atas dukungan, motivasi, serta ilmu selama perkuliahan maupun penyusunan skripsi.
2. Ibu Ermalynda Sukmawati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku penasehat akademik yang selalu memberikan dukungan, nasehat dan motivasi kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi.
3. Ibu Ni Putu Wulan Purnama Sari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Pembimbing Utama, atas kesabarannya dalam memberikan bimbingannya, waktu, arahan, masukan, saran, dan motivasi selama penyusunan skripsi.
4. Ibu Anindya Arum Cempaka, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Pembimbing Pendamping, atas kesabarannya dalam memberikan bimbingannya, waktu, arahan, masukan, saran, dan motivasi selama penyusunan skripsi.

5. Ibu Maria Manungkalit, S.Kep., Ns., M. Kep, selaku penguji utama penulis yang sudah memberikan waktu untuk menguji dan memberikan saran kepada penulis.
6. Ibu Ira Ayu Maryurti, S.Kep., Ns.,M. Kep, selaku dosen penguji pendamping, atas saran dan masukan yang diberikan.
7. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen pengajar Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah memberikan ilmunya kepada penulis terhadap dunia keperawatan serta motivasinya selama penyusunan skripsi.
8. Panti Wreda Jambangan Surabaya karena telah memberi izin kepada saya untuk melakukan penelitian di Panti.
9. Seluruh responden Panti Wreda Jambangan Surabaya yang telah bersedia menjadi responden saya untuk penelitian.
10. Bapak dan Ibu selaku orang tua tercinta dan keluarga yang selalu memberikan motivasi, dukungan baik dalam bentuk moril maupun finansial.
11. Teman-teman yaitu Cindy Wea, Patrizya Amarya yang selalu mendukung penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
12. Rekan-rekan yaitu Ertik, Yo, Mario, Rio yang telah memberikan dukungan dan motivasinya dalam penyusunan skripsi.

Penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun agar penulisan karya ilmiah yang akan datang menjadi lebih baik.

Surabaya, Agustus 2023

Penulis

DATAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
HALAMAN PENGESAHAN.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
HALAMAN MOTTO	viii
KATA PENGANTAR	ix
DATAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
ABSTRAK.....	xvii
<i>ABSTRACT</i>	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis.....	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Konsep Stres	8
2.1.1 Definisi Stres	8
2.1.2 Klasifikasi Stres	9
2.1.3 Stresor.....	10
2.1.4 Fisiologi Stres	13
2.1.5 Gejala Stres.....	14
2.1.6 Dampak Stres.....	15
2.1.7 Faktor Yang Mempengaruhi Respon Stres.....	16

2.1.8 Pengukuran Tingkat Stres.....	17
2.2 Konsep Kualitas tidur	18
2.2.1 Definisi Kualitas tidur	18
2.2.2 Tahapan Siklus Tidur.....	18
2.2.3 Mekanisme Tidur.....	21
2.2.4 Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur	21
2.2.5 Jenis Gangguan Tidur pada Lansia.....	22
2.2.6 Dampak Gangguan Tidur Pada Lansia	22
2.2.7 Alat Ukur Kualitas Tidur	23
2.3 Konsep penyakit kronis dan komorbiditas.....	23
2.3.1 Definisi penyakit kronis.....	23
2.3.2 Definisi Komorbiditas	24
2.3.3 Jenis penyakit kronis	24
2.3.4 Penyebab penyakit kronis	25
2.3.5 Faktor risiko penyakit kronis	29
2.3.6 Faktor Risiko Komorbiditas pada lansia	29
2.3.7 Patofisiologi penyakit kronis	29
2.3.8 Manifestasi klinis penyakit kronis	33
2.3.9 Pemeriksaan Penunjang.....	34
2.3.10 Pencegahan Penyakit Kronis	35
2.3.11 Penatalaksanaan penyakit kronis	37
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS	40
3.1 Kerangka Konsep.....	40
3.2 Hubungan tingkat stres dan kualitas tidur dengan penyakit kronis dan komorbiditas di Panti Wreda	41
3.3 Hipotesis	42
BAB 4 METODE PENELITIAN	43
4.1 Desain Penelitian	43
4.2 Identifikasi Variabel Penelitian.....	44
4.2.1 Variabel Independen.....	44
4.2.2 Variabel Dependen	44
4.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	44
4.4 Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel.....	45
4.4.1 Populasi	45
4.4.2 Sampel	45
4.4.3 Teknik Pengambilan Sampel	46
4.5 Kerangka Kerja Penelitian	47
4.6 Metode Pengumpulan Data.....	48
4.6.1 Pengumpulan Data.....	48
4.6.2 Instrumen Penelitian	50
4.6.3 Waktu dan Lokasi Penelitian	51
4.7 Validitas dan Reliabilitas alat ukur	52
4.7.1 Validitas	52
4.7.2 Reliabilitas	53
4.8 Teknik Analisa Data.....	54
4.8.1 <i>Editing</i>	54

4.8.2	<i>Scoring</i>	54
4.8.3	<i>Coding</i>	61
4.8.4	<i>Tabulating</i>	62
4.8.5	Uji hipotesis	62
4.9	Etika Penelitian	63
4.9.1	Hak Asasi Manusia	63
4.9.2	Prinsip Keadilan (<i>right to justice</i>)	64
BAB 5 HASIL PENELITIAN		66
5.1	Karakteristik Lokasi Penelitian	66
5.2	Hasil Penelitian	68
5.2.1	Data Umum	69
5.2.2	Data Khusus	73
5.2.3	Uji Hipotesis	75
BAB 6 PEMBAHASAN		76
6.1	Tingkat Stres Lansia dengan Penyakit Kronis dan Komorbiditas di Panti Wreda	76
6.2	Kualitas Tidur Lansia dengan Penyakit Kronis dan Komorbiditas di Panti Wreda	81
6.3	Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Dengan Penyakit Kronis Dan Komorbiditas	87
6.4	Keterbatasan Penelitian	92
BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN		94
7.1	Kesimpulan	94
7.2	Saran	94
7.2.1	Bagi Lansia	94
7.2.2	Bagi Keluarga	94
7.2.4	Bagi <i>caregiver</i>	95
7.2.5	Bagi perawat komunitas	95
7.2.6	Bagi Instansi Kesehatan Puskesmas	95
7.2.7	Bagi Institusi Pendidikan Perawat	95
7.2.8	Bagi peneliti selanjutnya	95
DAFTAR PUSTAKA		96
LAMPIRAN		107
ARTIKEL PENELITIAN		135

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1 Defenisi Operasional Hubungan Antara Tingkat Stres Dan Kualitas Tidur Pada Lansia Dengan Penyakit Kronis Dan Komorbiditas Di Panti Wreda	44
Tabel 4.2 Kisi - Kisi PSS	50
Tabel 4.3 Kisi - Kisi PSQI	51
Tabel 4.4 Pilihan Jawaban Kuesioner	55
Tabel 5.1 Jadwal Kegiatan Lansia di Panti Wreda Jambangan Surabaya.....	67
Tabel 5.2 Jadwal Kegiatan Harian Perawat Panti Wreda Jambangan Surabaya	68
Tabel 5.3 Tabulasi Silang Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur Lansia di Panti Wreda Jambangan Pada Bulan Juni 2023	74
Tabel 5.4 Hasil Uji Kolerasi Tingkat Stres dan Kualitas Tidur dengan <i>Rank Spearman</i>	75

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3.1 Kerangka Konsep Hubungan Tingkat Stres dan Kualitas Tidur Pada Lansia dengan Penyakit Kronis dan Komorbiditas di Panti Wreda..	40
Gambar 4.1 Kerangka Kerja Penelitian Hubungan Antara Tingkat Stres dan Kualitas Tidur Pada Lansia Dengan Penyakit Kronis dan Komorbiditas Di Panti Wreda	47
Gambar 5.1 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Panti Wreda Jambangan Pada Bulan Juni 2023	69
Gambar 5.2 Distribusi Responden Berdasarkan Usia di Panti Wreda Jambangan Pada Bulan Juni 2023	69
Gambar 5.3 Distribusi Responden Berdasarkan Status Pernikahan di Panti Wreda Jambangan Pada Bulan Juni 2023	70
Gambar 5.4 Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir di Panti Wreda Jambangan Pada Bulan Juni 2023	70
Gambar 5.5 Distribusi Responden Berdasarkan Menderita Penyakit di Panti Wreda Jambangan Pada Bulan Juni 2023	71
Gambar 5.6 Distribusi Responden Berdasarkan Penyakit Penyerta di Panti Wreda Jambangan Pada Bulan Juni 2023	71
Gambar 5.7 Distribusi Responden Berdasarkan Lama Menderita di Panti Wreda Jambangan Pada Bulan Juni 2023	72
Gambar 5.8 Distribusi Responden Berdasarkan Kesulitan Tidur di Panti Wreda Jambangan Pada Bulan Juni 2023	72
Gambar 5.9 Distribusi Responden Berdasarkan Nyeri di Panti Wreda Jambangan Pada Bulan Juni 2023	73
Gambar 5.10 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stres di Panti Wreda Jambangan Pada Bulan Juni 2023	73
Gambar 5.11 Distribusi Responden Berdasarkan Kualitas Tidur di Panti Wreda Jambangan Pada Bulan Juni 2023	74

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Penjelasan Menjadi Responden	107
Lampiran 2 <i>Informed Consent</i>	109
Lampiran 3 Kuesioner Data Demografi	110
Lampiran 4 Kuesioner <i>Preceived Stress Scale (PSS)</i>	111
Lampiran 5 Kuesioner <i>Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)</i>	114
Lampiran 6 Data Demografi	117
Lampiran 7 Kuesioner PSS	118
Lampiran 8 Kuesioner PSQI	119
Lampiran 9 Hasil uji terpakai Kuesioner PSQI.....	120
Lampiran 10 Hasil uji terpakai Kuesioner PSS.....	123
Lampiran 11 Uji <i>Rank Spearman</i>	126
Lampiran 12 Tabulasi Silang	126
Lampiran 13 Surat Perizinan Penelitian Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu	127
Lampiran 14 Surat Perizinan Penelitian Dinas Sosial.....	128
Lampiran 15 Surat Perizinan Penelitian UPTD Griya Wreda Jambangan	129
Lampiran 16 Surat Dinas Sosial.....	130
Lampiran 17 Surat DPMPTST	132
Lampiran 18 Surat Panti Wreda Jambangan	133
Lampiran 19 Dokumentasi Penelitian	134

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DENGAN PENYAKIT KRONIS DAN KOMORBIDITAS DI PANTI WREDA

Oleh: Dominikus Andriano Carlos

Lansia yang memiliki lebih dari satu penyakit kronis disebut sebagai multi morbiditas atau komorbiditas. Penyakit kronis ini dapat menyebabkan stres. Stres merupakan prediktor terkuat terjadinya kualitas tidur yang buruk. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dan kualitas tidur lansia dengan penyakit kronis dan komorbiditas. Desain penelitian menggunakan *cross sectional*. Populasi seluruh lansia yang berada di Panti Wreda Jambangan Surabaya. Sampel dalam penelitian ini diambil dari populasi yang memenuhi kriteria inklusi sebanyak 30 responden dengan teknik *consecutive sampling*. Variabel independen adalah tingkat stres dan variabel dependen adalah kualitas tidur. Alat ukur yang digunakan berupa kuesioner PSS dan PSQI. Analisis data menggunakan uji korelasi rank spearman dengan $\alpha < 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden mengalami tingkat stres berat sebanyak 23 orang (77%) dan kualitas tidur buruk sebanyak 27 orang (90 %). Hasil uji korelasi menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan kualitas tidur dengan nilai $p=0.000$ dan koefisien korelasi Rho sebesar 0,616. Semakin berat tingkat stres maka semakin buruk kualitas tidur lansia. Faktor lain yang dapat mempengaruhi kualitas tidur lansia antara lain ; penyakit yang sedang diderita, pengobatan, lingkungan dan usia.

Kata Kunci: Komorbiditas, Kualitas Tidur, Lansia, Penyakit Kronis, Stres

ABSTRACT

RELATIONSHIP BETWEEN LEVELS OF STRESS AND QUALITY OF SLEEP IN THE ELDERLY WITH CHRONIC DISEASES AND COMMORBIDITIES AT THE WREDA CENTER

By: Dominikus Adriano Carlos

Elderly people with multiple chronic diseases are called multimorbidities or comorbidities. This chronic disease can cause stress. Stress is the strongest predictor of poor sleep quality. The purpose of this study was to determine the relationship between stress levels and sleep quality in the elderly with chronic diseases and comorbidities. The research design used cross sectional. The population of all elderly people in the Jambangan Wreda Nursing Home, Surabaya. The sample in this study was taken from a population that met the inclusion criteria of 30 respondents using the consecutive sampling technique. The independent variable is stress level and the dependent variable is sleep quality. Measuring tools used in the form of PSS and PSQI questionnaires. Data analysis used Spearman's rank correlation test with $\alpha < 0.05$. The results showed that the majority of respondents experienced high levels of stress as many as 23 people (77%) and poor sleep quality as many as 27 people (90%). The results of the correlation test showed that there was a strong and significant relationship between stress levels and sleep quality with a value of $p = 0.000$ and an Rho correlation coefficient of 0.616. The more severe the stress level, the worse the sleep quality of the elderly. Other factors that can affect the sleep quality of the elderly include; the disease being suffered, treatment, environment and age.

Keywords: *Chronic Disease, Comorbidity, Elderly, Sleep Quality, Stress*