

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN
KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI DI PUSKESMAS III
DENPASAR UTARA**



I KADEK WRASPATI BRAHMA KENCANA

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2024**

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN
KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI DI PUSKESMAS III
DENPASAR UTARA**

Skripsi

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Oleh :

I KADEK WRASPATI BRAHMA KENCANA

NIM. C2123146

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2024**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : I Kadek Wraspati Brahma Kencana

Nim : C2123146

Jurusan : Sarjana Ilmu Keperawatan

Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Dengan Hipertensi di Puskesmas III Denpasar Utara

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa skripsi ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Badung, 19 Juli 2024



I Kadek Wraspati Brahma Kencana

HALAMAN PERSETUJUAN
HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN
KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DENGAN
HIPERTENSI DI PUSKESMAS III
DENPASAR UTARA

Diajukan oleh :

I KADEK WRASPATI BRAHMA KENCANA
NIM. C2123146

Mangupura, 02 Juli 2024

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



Ns. Claudia Wuri Prihartono, S.Kep.,M.Kep
NIDN : 0812018901

Pembimbing II



Ns. Ni Komang Mahalia Gandhari, S.Kep.,MH
NIDN : 0813098803



Mengetahui,
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Ketua

Ns. I Putu Artha Wiraya, S.Kep., M.Kep
NIDN : 021058603

HALAMAN PENGESAHAN

**SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI
DEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA ILMU
KEPERAWATAN
BINA USADA BALI
Tanggal : 19 Juli 2024**

Yang terdiri dari :

Ketua Penguji



Ns. Ni Nyoman Suardani, S.Kep.,MM
NIDN : 08863790019

Sekretaris Penguji



Ns. Claudia Wuri Prihandani, S.Kep.,M.Kep
NIDN : 0812018901

Anggota Penguji



Ns. Ni Komang Marjalia Gandhari, S.Kep.,MH
NIDN : 0813098803

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Ketua



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep
NIDN : 021058603

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI
PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN

Skripsi, Juli 2024

I Kadek Wraspati Brahma Kencana

Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Lansia dengan Hipertensi di Puskesmas III Denpasar Utara

xvi + 79 + 8 tabel + 2 gambar + 15 lampiran

ABSTRAK

Kecemasan terdiri dari dua komponen yaitu psikis berupa khawatir atau stress dan komponen yang kedua adalah fisik yang meliputi jantung berdebar, nafas menjadi cepat, mulut kering, keluhan lambung, tangan dan kaki terasa dingin dan otot menjadi tegang. Kecemasan merupakan salah satu faktor penyebab lansia cenderung lebih banyak mengalami gangguan tidur dan memiliki kualitas tidur yang buruk. Kualitas tidur yang buruk akan berisiko menyebabkan meningkatnya tekanan darah tinggi dan risiko terjadinya penyakit kardiovaskuler pada seseorang. Adapun tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada lansia dengan hipertensi di Puskesmas III Denpasar Utara.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif, dengan desain penelitian korelasional dan dengan pendekatan *cross-sectional*. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 95 responden. Teknik sampling yang digunakan *nonprobability sampling* dengan metode *purposive sampling*. Data dikumpulkan dengan kuisioner HAM-A dan PSQI yang dianalisis menggunakan korelasi *spearman rank*.

Hasil penelitian menyatakan ada hubungan yang kuat antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada lansia dengan hipertensi di Puskesmas III Denpasar Utara dengan nilai p-value 0,000 ($p < 0,05$) dan koefisien korelasi 0,614 dengan arah hubungan positif yang bermakna semakin baik kategori tingkat kecemasan, semakin baik pula kualitas tidur. Pelayanan keperawatan dapat merencanakan pengaplikasian peran perawat dalam memberikan asuhan keperawatan khususnya pada lansia dengan hipertensi yang mengalami kecemasan dengan masalah pada kualitas tidur.

Kata Kunci : kecemasan, kualitas tidur, lansia, hipertensi

Daftar Pustaka: 95 (2018-2023)

BINA USADA BALI HEALTH INSTITUTION
BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM

Undergraduate Thesis, July 2024

I Kadek Wraspati Brahma Kencana

The Correlation between Anxiety Level and Sleep Quality in Elderly People with Hypertension at Puskesmas III Denpasar Utara

xvi + 79 + 8 tables + 2 figures + 15 appendices

ABSTRACT

Anxiety comprises two components: psychological, involving worry or stress, and physical, which includes symptoms like heart palpitations, rapid breathing, dry mouth, stomach discomfort, cold extremities, and tense muscles. Anxiety is a contributing factor that often leads older individuals to experience more sleep disorders and poorer sleep quality. Subsequently, poor sleep quality increases the risk of hypertension and cardiovascular diseases. This research aims to investigate the relationship between anxiety levels and sleep quality among elderly people with hypertension at Puskesmas III Denpasar Utara

This research uses quantitative research methods, with a correlational research design and a cross-sectional approach. The number of samples in this study was 95 respondents. The sampling technique used was nonprobability sampling with a purposive sampling method. Data was collected using the HAM-A and PSQI questionnaires which were analyzed using Spearman rank correlation.

The study results indicated a significant relationship between anxiety levels and sleep quality among elderly individuals with hypertension at Community Health Center III in North Denpasar, with a p-value of 0.000 ($p < 0.05$) and a correlation coefficient of 0.614. The correlation shows a positive correlation, suggesting that higher anxiety levels are associated with poorer sleep quality. Nursing services should consider implementing nursing care strategies tailored to elderly patients with hypertension who experience anxiety and sleep quality issues.

Keywords : anxiety, sleep quality, elderly, hypertension

Bibliography : 95 (2018-2023)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat-Nyalah penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia dengan Hipertensi di Puskesmas III Denpasar Utara” tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali. Penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu melalui pengantar ini penulis mengucapkan terima kasih :

1. Dr. Ir. I Putu Santika, M.M., selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan Program Studi S1 Keperawatan di STIKES Bina Usada Bali.
2. Kepala Puskesmas III Denpasar Utara atas ijin yang telah diberikan untuk menjadikan Puskesmas III Denpasar Utara menjadi lokasi penelitian.
3. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep., selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan STIKES Bina Usada Bali atas kesempatan dan dorongan yang diberikan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Ns. Claudia Wuri Prihandini, S.Kep.,M.Kep, selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan waktu luang dengan penuh kesabaran untuk peneliti dalam memberi masukan, pengetahuan dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Ns. Ni Komang Matalia Gandhari, S.Kep.,MH, selaku dosen pembimbing II yang telah banyak turut membantu penulis dalam memberikan masukan dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Kedua orang tua yang senantiasa memberikan dukungan penuh, doa dan materil dalam proses penyusunan skripsi ini
7. Dan seluruh pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis membuka diri untuk menerima segala kritik dan saran yang membangun. Akhir kata penulis berharap penelitian ini nantinya mampu menjadi bahan referensi dalam meningkatkan kualitas ilmu keperawatan profesional. Semoga penelitian ini bermanfaat bagi semua pihak. Terima kasih.

Badung, 19 Juli 2024



I Kadek Wraspati Brahma Kencana

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus.....	5
D. Manfaat Penelitian	6
1. Layanan Kesehatan	6
2. Masyarakat.....	6
3. Institusi Pendidikan.....	6
4. Pengembangan Ilmu Keperawatan.....	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Lansia	9
B. Hipertensi	9
1. Pengertian Hipertensi.....	9
2. Klasifikasi Tekanan Darah.....	10

3.	Mafinestasi Klinik Hipertensi.....	10
4.	Penatalaksanaan Hipertensi.....	10
C.	Kecemasan	11
1.	Pengertian Kecemasan.....	11
2.	Faktor-Faktor Kecemasan	11
3.	Tingkatan Kecemasan.....	16
4.	Jenis Kecemasan	17
5.	Gangguan Kecemasan	17
6.	Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A)	19
D.	Kualitas Tidur.....	22
1.	Pengertian Tidur.....	22
2.	Tahapan Tidur	22
3.	Pola Tidur.....	25
4.	Faktor yang mempengaruhi Kualitas Tidur.....	26
5.	Gangguan Tidur.....	28
6.	Kualitas Tidur	30
7.	Pittsburg Sleep Quality Index (PSQI).....	31
E.	Kerangka Teori.....	32
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI OPERASIONAL .		33
A.	Kerangka Konsep.....	33
B.	Hipotesis Penelitian.....	34
C.	Definisi Operasional.....	34
BAB IV METODE PENELITIAN		36
A.	Rancangan Penelitian	36
B.	Populasi dan Sampel	37
1.	Populasi	37
2.	Sampel.....	37
C.	Tempat Penelitian.....	39
D.	Waktu Penelitian	39
E.	Etika Penelitian	39
1.	Tiga prinsip etik dalam penelitian ini adalah :	40

2. Tujuh standar etik yang mungkin terjadi dalam penelitian ini :.....	41
F. Alat Pengumpulan Data	43
1. Instrumen Penelitian	43
2. Validitas dan Reliabilitas	45
G. Prosedur Pengumpulan Data	46
1. Pengumpulan Data Secara Administrasi	46
2. Pengumpulan Data Secara Teknis	47
H. Pengolahan Data.....	48
1. Editing	49
2. Coding	49
3. Data Entry	49
4. Cleaning	49
5. Tabulasi	50
I. Analisa Data.....	50
1. Analisis Univariat.....	50
2. Analisa Bivariat.....	51
BAB V HASIL PENELITIAN.....	52
A. Kondisi Lokasi Penelitian	52
B. Hasil Analisis Penelitian	53
1. Hasil Analisis Univariat	53
2. Hasil Analisis Bivariat.....	55
BAB VI PEMBAHASAN.....	57
A. Interpretasi Penelitian.....	57
1. Karakteristik Lansia dengan hipertensi di Puskesmas III Denpasar Utara. ...	57
2. Tingkat Kecemasan Lansia dengan hipertensi di Puskesmas III Denpasar Utara.	60
3. Kualitas Tidur Lansia dengan hipertensi di Puskesmas III Denpasar Utara.	62
4. Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur Pada Lansia dengan Hipertensi di Puskesmas III Denpasar Utara.	65
B. Keterbatasan Penelitian.....	68
C. Implikasi terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian.....	68

1. Pelayanan Keperawatan.....	68
2. Pendidikan Keperawatan.....	69
3. Penelitian Keperawatan.....	69
BAB VII PENUTUP.....	70
A. Simpulan.....	70
B. Saran.....	70
1. Layanan Keperawatan.....	70
2. Institusi Pendidikan.....	71
3. Perkembangan Ilmu Keperawatan.....	71
DAFTAR PUSTAKA.....	72
Lampiran-Lampiran.....	80

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	8
Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah Dikutip dari 2018 Klasifikasi Tekanan Darah.	10
Tabel 3.1 Defisini Operasional Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Dengan Hipertensi di Puskesmas III Denpasar Utara	35
Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	53
Tabel 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	54
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Lansia dengan Hipertensi di Puskesmas III Denpasar Utara.....	54
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Lansia dengan Hipertensi di Puskesmas III Denpasar Utara	55
Tabel 5.5 Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Lansia dengan Hipertensi di Puskesmas III Denpasar Utara	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia dengan Hipertensi di Puskesmas III Denpasar Utara	32
Gambar 3.1 Kerangka Konsep Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia dengan Hipertensi di Puskesmas III Denpasar Utara	33

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Rencana Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 Surat Permohonan Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Surat Permohonan Ijin Melakukan Penelitian
- Lampiran 4 Surat Balasan / Ijin Melakukan Penelitian
- Lampiran 5 Lembar Pengantar Kuesioner
- Lampiran 6 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 7 Instrumen Pengumpulan Data Tingkat Kecemasan
- Lampiran 8 Instrumen Pengumpulan Data Kualitas Tidur
- Lampiran 9 Kisi-kisi Instrumen Penilaian PSQI
- Lampiran 10 Surat Ijin Etik
- Lampiran 11 Hasil Analisis SPSS
- Lampiran 12 Foto Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 13 Lembar Bimbingan
- Lampiran 14 Lembar Revisi

DAFTAR SINGKATAN

ACE	: Angiotensin Converting Enzyme
WHO	: World Health Organization
DM	: Diabetes Mellitus
ADH	: Antidiuretic Hormon
JNC	: Joint National Committee
APA	: American Psychiatric Association
HARS	: Hamilton Anxiety Rating Scale
DSM	: Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorders
GABA	: Neurogulator Inhibisi
ARB	: Receptor Antagonist/Blocker
REM	: Rapid Eye Movement
ICSD	: The International Classification Of Sleep Disorders
PSQI	: Pittsburg Sleep Quality Index

DAFTAR PUSTAKA

- , R., & Novitayanti, E. (2020). HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA. *Jurnal Stethoscope*, 1(1).
<https://doi.org/10.54877/stethoscope.v1i1.781>
- A. Heryana. (2020). *Analisis Data Penelitian Kuantitatif*. Penerbit Erlangga.
<https://doi.org/https://doi.org/10.13140/RG.2.2.31268.91529>
- Alimul. (2019). Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia. *In Keperawatan*.
- Amelia, W., Despitasari, L., & Alisa, F. (2023). *TERAPI GUIDED IMAGERY UNTUK KUALITAS TIDUR PADA PASIEN KANKER PAYUDARA YANG MENJALANI KEMOTERAPI*. CV Pena Persada.
- American Psychiatric Association. (2022). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders 5th Edition Text Revision*.
- Andriawin. (2021). *INTERVENSI TERAPI MUROTTAL PADA PASIEN YANG MENGALAMI PERITONITIS DENGAN MASALAH GANGGUAN POLA TIDUR*. Irawan Massie.
- Annisa, D. F., & Ifdil, I. (2016). Aplikasi Pembelajaran Pengenalan Budaya Indonesia. *Konselor*, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Arkha, & Miftahul. (2019). *Effleurage Massage Aromatherapy Lavender sebagai Terapi Kualitas Tidur Malam Ibu Hamil*. CV. Jakad Publishing Surabaya.
- Aşiret, G. D., & Dutkun, M. (2018). The Effect Of Reminiscence Therapy On The Adaptation Of Elderly Women To Old Age: A Randomized Clinical Trial. *Complementary Therapies In Medicine*, 124–129.
- Berman, A. T., Snyder, S., & Frandsen, G. (2018). *Kozier & Erb's Fundamentals of Nursing: Concepts, Process, and Practice*. Macmillan Heinemann.
- Buysse, D. J., Reynolds, C. F., Monk, T. H., Berman, S. R., & Kupfer, D. J. (1989). The Pittsburgh sleep quality index: A new instrument for psychiatric practice and research. *Psychiatry Research*, 28(2), 193–213.
[https://doi.org/10.1016/0165-1781\(89\)90047-4](https://doi.org/10.1016/0165-1781(89)90047-4)
- Chand, S. P., & Marwaha, R. (2023). Anxiety. *Case Western Reserve*

Un/MetroHealth MC. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK470361/>

- Chrisnawati, G., & Aldino, T. (2019). Aplikasi Pengukuran Tingkat Kecemasan Berdasarkan Skala Hars Berbasis Android. *Jurnal Teknik Komputer*, 5(2), 277–282. <https://doi.org/10.31294/jtk.v5i2.6312>
- Dariah, E. ., & Okatiranti. (2018a). *Hubungan Kecemasan dengan kualitas tidur lansia*.
- Dariah, E. D., & Okatiranti. (2018b). Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Lansia Di Posbindu Anyelir Kecamatan Cisarua Kabupaten Bandung Barat. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, III(2), 87–104.
- Dewi, R. (2021). *Teknik Relaksasi Lima Jari Terhadap Kualitas Tidur, Fatigue Dan Nyeri Pada Pasien Kanker Payudara (Pertama)*. Deepublish.
- DEWI, R. S. S. (2022). *HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR PASIEN HIPERTENSI*.
- Donsu, J. D. T. (2021). *Psikologi keperawatan: aspek-aspek psikologi, konsep dasar psikologi, teori perilaku manusia*. Pustaka Baru Press. uri: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920530718&lokasi=lokal>
- Dr.H.Rustam Aji,SKp., M. K. (2023). *PERSIAPAN MENTAL PADA LANSIA: Manajemen diri Atasi Post Power Syndrome Pre Purna Tugas Mulai Sekarang (Pengembangan MK. Keperawatan Gerontik)*. Zifatama Jawara.
- Fatma Ekasari, M., Suryati, E. S., Badriah, S., Narendra, S. R., & Amini, F. I. (2021). *H i p e r t e n s i: kenali penyebab, tanda gejala dan penanganannya*. In A. Jubaedi (Ed.), *Hipertensi : Kenali penyebab, tanda gejala dan penanganannya*.
- Fitrah, M., & Luthfuyah. (2019). *Metodologi penelitian: penelitian kualitatif, tindakan kelas & studi kasus*. CV Jejak.
- Ghawa, Lidia, & Buntoro. (2021). Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Selama Masa Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. *Cendana Medical Journal*, 220–230.
- Gusdiansyah, E., Mailita, W., & Ananda, Y. (2021). Efektivitas Pemberian Terapi Suportif dalam Menurunkan Ansietas pada Remaja. *Jurnal Warta Pengabdian Andalas*, 28(1), 17–23. <https://doi.org/10.25077/jwa.28.1.17-23.2021>
- Handojo, M., Pertiwi, J., & Ngantung, D. (2018). Hubungan gangguan kualitas tidur menggunakan PSQI dengan fungsi kognitif pada PPDS pasca jaga malam.

Jurnal Sinaps, 1, 91–101.

Hastuti, A. P. (2019). *Hipertensi / Apriyani Puji Hastuti* (I Made Ratih R. (ed.); Pertama). Klaten: CV. Penerbit Lakeisha.

Hendi Aryadi, I. P., Andra Yusari, I. G. A. A., Dewi Dhyani, I. A., Eka Kusmadana, I. P., & Sudira, P. G. (2018). KORELASI KUALITAS TIDUR TERHADAP TINGKAT DEPRESI, CEMAS, DAN STRES MAHASISWA KEDOKTERAN UNIVERSITAS UDAYANA BALI. *Callosum Neurology*, 1(1), 20–31.
<https://doi.org/10.29342/cnj.v1i1.4>

Hendrawan, A. K., & Hendrawan, A. (2020). Gambaran Tingkat Pengetahuan Nelayan tentang Kesehatan dan Keselamatan Kerja. *Jurnal Saintara*, 5(1), 26–32.

Heryana, A. (2019). Hipotesis Penelitian. *Eureka Pendidikan*, June, 1.
<https://doi.org/10.13140/RG.2.2.11440.17927>

Hidayatunisa, N., & Arifin, M. (2022). Gambaran Tingkat Kecemasan Dan Kualitas Tidur Pada Lansia: Literature Review. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, 1, 2261–2268. <https://doi.org/10.48144/prosiding.v1i.1048>

Husna, A., & Suryana, B. (2019). *Bahan ajar keperawatan gigi : metodologi penelitian dan statistik*. Kementerian Kesehatan RI.

Hutauruk, M. R., Sutarmo, Y., & Bachtiar, Y. (2022). *Metodologi Penelitian untuk Ilmu Sosial Humaniora Dengan Pendekatan Kuantitatif* (Gofur Sartika (ed.); Empat). Salemba Medika.

I Ketut Suwarjana. (2018). *Statistik Kesehatan*. Penerbit Andi.

Ibrahim, A., Alang, A. H., Madi, B., Aswar, A. M., & Darmawati. (2018). *METODOLOGI PENELITIAN* (M. S. Dr. H. Ilyas Ismail, M.Pd. (ed.); Agustus, C). Gunadarma Ilmu.

Ibrahim, J. (2022). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*. Penerbit NEM.

Indra Wahyudi, Syamsul Bahri, & Handayani, P. (2022). Analisa Sentimen Perkembangan Vtuber Dengan Metode Support Vector Machine Berbasis SMOTE. *Jurnal Teknik Komputer AMIK BSI*, 8(2), 174–180.
<https://doi.org/10.31294/jtk.v4i2>

Irfannuddin. (2019). *Cara Sistematis Berlatih Meneliti Merangkai Sistematika Penelitian Kedokteran dan Kesehatan* (S. Shahab & D. Setiawan (eds.); 1st ed.). Rayyana Komunikasindo.

- Irmawatini, & Nurhaedah. (2019). *Bahan ajar kesehatan lingkungan : metodologi penelitian* (A. S. Suryadi (ed.)). Kementerian Kesehatan RI.
- K, F. A., Syamsidar, Darmiati, Nurnainah, & Sukmawati. (2023). *Pemeriksaan Tingkat Kemandirian Lansia Indeks Katz*. CV. Mitra Cendekia Media.
- Karna, B., Sankari, A., & Tatikonda, G. (2023). *Sleep Disorder*. StatPearls Publishing. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK560720/>
- Kemenkes. (2020). Lansia di Indonesia Situasi Lanjut Usia. *Kebijakan Kesehatan Indonesia*.
- Kemenkes RI, P. (2020). Apa itu Hipertensi (Tekanan Darah Tinggi). *Direktorat P2PTM*.
- Kusumo, M. P. (2020). Buku Lansia. *Buku Lansia, June*, 64. <https://id1lib.org/book/17513624/1d56ea>
- Latief, N., Susilaningsih, S., & Maulidia, R. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Yang Mengalami Insomnia. *Professional Health Journal*, 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.54832/phj.v2i1.136>
- Martini, S., Roshifanni, S., & Marzela, F. (2018). Pola Tidur yang Buruk Meningkatkan Risiko Hipertensi. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 14, 297. <https://doi.org/https://doi.org/10.30597/mkmi.v14i3.4181>
- Masturoh, I., & Anggita, N. (2018). Metodologi penelitian kesehatan. *Jakarta: Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan*, 307.
- Matud, M. P., & García, M. C. (2019). Psychological distress and social functioning in elderly Spanish people: A gender analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 3, 341.
- Mellani, & Kristina. (2021). Tingkat Kecemasan Anak Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19 Di SMA N 8 Wilayah kerja Puskesmas III Denpasar Utara tahun 2021. *NLPK Mellani*, 12–34.
- Memon, J., & Manganaro., S. N. (2023). *Obstructive Sleep-Disordered Breathing*. StatPearls Publishing.
- Mundakir. (2023). *Keperawatan Psikososial*. UMSurabaya Publishing.
- Mustafa, P. S., Gusdiyanto, H., Victoria, A., Masgumelar, N. K., Lestariningsih, N.

- D., Maslacha, H., Ardiyanto, D., Hutama, H. A., Boru, M. J., Fachrozi, I., Rodriguez, E. I. S., Prasetyo, T. B., & Romadhana, S. (2022). *METODOLOGI PENELITIAN KUANTITATIF, KUALITATIF, DAN PENELITIAN TINDAKAN KELAS DALAM PENDIDIKAN OLAHRAGA* (S. S. Sa'diyah (ed.)). Insight Mediatama.
- Nashori, F. & W. D. E. (2017). Psikologi Tidur. *Nucl. Phys.*, 13(1), 1–15.
- National Hearth Lung and Blood Institute. (2020). *High Blood Pressure*.
- Ni'matuzahroh, S.Psi, M. S., & Susanti Prasetyaningrum, M. P. (2018). *OBSERVASI: TEORI DAN APLIKASI DALAM PSIKOLOGI*. UMMPress.
- Nursalam. (2020). *Metodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis* (P. P. Lestari (ed.); 5th ed.). Salam Medika.
- Oh, C., Kim, H. Y., Na, H. K., Cho, K. H., & M.K., C. (2019). The Effect of Anxiety and Depression on Sleep Quality of Individuals With High Risk for Insomnia: A Population Based Study. *Front. Neurol.* 10:849. <https://doi.org/10.3389/fneur.2019.00849>.
- Ordinal. (2018). Korelasi Rank-Spearman Data Ordinal. *Statistika Ekonomi & Bisnis*, 1–7.
- Patel, J. S., & P., P. (2018). Insomnia in the elderly: a review. *J Clin Sleep Med*.
- Peter, & Penzel. (2020). *STRESS WITH THE INCIDENCE OF HIPERTENSION COMPLICATIONS TO PATIENTS WITH HYPERTENSION*.
- Potter, P. A., Perry, A. G., Stockert, P. A., & Amy Hall. (2019). *Fundamentals of Nursing Vol 2- 9th Indonesian edition* (D. Deswani, E. Novieastari, K. Ibrahim, & S. Ramdaniati (eds.)). Elsevier Health Sciences.
- Ramadan, H., Puspita, T., Budhiaji, P., & Sulham, M. H. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Urnal Keperawatan Aisyiyah*, 6, 53–58.
- Ramadan, H., Tantri, P., Budhiaji, P., & Sulhan, M. H. (2019). HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDURPADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI. *STIKes 'Aisyiyah Bandung*, 6, 86.
- Rezaei, M., Khormali, M., Akbarpour, S., Sadeghniaat-Hagighi, K., & Shamsipour, M. (2018). Sleep quality and its association with psychological distress and sleep hygiene: a cross-sectional study among pre-clinical medical students. *Sleep Science*, 11(04), 274–280. <https://doi.org/10.5935/1984-0063.20180043>

- RISKESDAS. (2018). Laporan Provinsi Bali RISKESDAS 2018. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*.
- Roflin, E., Liberty, I. A., & Pariyana. (2021). *POPULASI, SAMPEL, VARIABEL DALAM PENELITIAN KEDOKTERAN*. Penerbit NEM.
- Rosyidah, M., & Fijra, R. (2021). *Metode Penelitian* (1st ed.). Deepublish.
- Sanger, & M., S. (2021). Kecemasan dan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir. *Nutrix Jurnal*, 27–34.
- Sarie, F., Sutaguna, I. N. T., Suiroaka, I. P., Damanik, D., Efrina, G., Sari, R., Nengsi, A. R., Triansyah, F. A., & Massenga, T. W. (2023). *Metodologi Penelitian* (S. O. Manullang (ed.)). Yayasan Cendikia Mulia Mandiri.
- Setiawan, H., Handayani, P. A., Arnianti, Panma, Y., Rokhman, A., Sholikhah, S., Wardani, H. R., Mauruh, C. V., Martini, D. E., & Faridah, V. N. (2023). *Keperawatan Dasar*. Rizmedia Pustaka Indonesia.
- Setiawan, N. (2018). Diklat Metodologi Penelitian Sosial. *Inspektorat Jenderal Departemen Pendidikan Nasional Daftar*, 25–28. http://pustaka.unpad.ac.id/wp-content/uploads/2009/03/teknik_sampling1.pdf
- Siburian, C. H. (2021). HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR PADA PASIEN PRE OPERASI TRANSURETHRAL RESECTION OF THE PROSTATE (TURP) DI RUMAH SAKIT UMUM IMELDA PEKERJA INDONESIA MEDAN. *Indonesian Trust Health Journal*, 4(2), 491–498. <https://doi.org/10.37104/ithj.v4i2.83>
- Simbolon, I., Limbong, A., Tambunan, E. H., Rantung, G. A., & Samuel Maju Simanjutak. (2022). *Biostatistik* (Komarudin (ed.)). CV. Green Publisher Indonesia.
- Sinthania, D., Yessi, H., Hidayati, Lufianti, A., Suryati, Y., Ningsih, O. S., Budi, S., Syahfitri, R. D., Agustin, W. R., Z.N, E. G., Widyyati, M. L. I., Waluyo, Djamanmona, R. F., Sari, I. N., Manik, M. J., & Theresia. (2022). *Ilmu Dasar Keperawatan I* (Pertama). Pradina Pustaka.
- Sitohang, R. J., & Simbolon, I. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Tingkat Kecemasan Lanjut Usia Terhadap Covid-19. *Nutrix Jurnal*, 5(1), 56. <https://doi.org/10.37771/nj.vol5.iss1.540>
- Sri Surgiarsi. (2018). Instrumen Penelitian Kualitatif. *Universitas Negeri Makassar*, 1999(December), 1–6.

- Statistik, B. P. (2020). *Peningkatan jumlah lanjut usia di Indonesia*.
- Sugeng, B. (2022). *Fundamental Metodologi Penelitian Kuantitatif (Eksplanatif)*. Deepublish.
- Sulkarnaen, S., Sampurno, E., & Rofiyati, W. (2022). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kasihan Ii Bantul Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 3(3), 317–324. <https://doi.org/10.31004/jkt.v3i3.5737>
- Sunarti, S., & Helena, H. (2018). Gangguan Tidur pada Lanjut Usia. *Journal of Islamic Medicine*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.18860/jim.v2i1.5009>
- Susanti, R. (2019). Sampling Dalam Penelitian Pendidikan. *Jurnal Teknodik*, 16, 187–208. <https://doi.org/10.32550/teknodik.v0i0.543>
- Susanti, & Rasima. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Penderita Hipertensi di UPT Puskesmas Cot Seumeureung Kecamatan Samatiga Kabupaten Aceh Barat Tahun 2019. *Jurnal Pendidikan, Sains, Dan Humaniora*, 8(3), 387–396. <https://www.ojs.serambimekkah.ac.id/serambi-akademika/article/view/2120>
- Sutejo. (2018). *Keperawatan jiwa : konsep dan praktik asuhan keperawatan kesehatan jiwa : gangguan jiwa dan psikososial* (Cetakan Pe). Pustaka Baru Press.
- Suwandi, G. R., & Malinti, E. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Terhadap Covid-19 Pada Remaja Di SMA Advent Balikpapan. *Malahayati Nursing Journal*, 2(4), 677–685. <https://doi.org/10.33024/manuju.v2i4.2991>
- Syamsuddin, S., Syauki, A. S., Ismail, M. W., Nadya, A. N., Sitompul, S. Y., Sakti, U. A., Syahrir, S. A., & Arman. (2022). *Buku Ajar Psikiatri: Gangguan Anxietas Fobik dan Lainnya, Obsesif Kompulsif, Reaksi Terhadap Stres, Disosiatif (Konversi), dan Somatoform* (Muhammad Alim Jaya (ed.)). PT. Nas Media Indonesia.
- Syarli, S., & Arini, L. (2021). Faktor Penyebab Hipertensi Pada Lansia: Literatur Review. *Ahmar Metastasis Health Journal*, 1(3), 112–117. <https://doi.org/10.53770/amhj.v1i3.11>
- Tarwoto, W. (2023). *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan, Edisi ke-6* (6th ed.). Penerbit Salemba.

- Titi Saparina.L, SKM., M. K., Fitri Yanti, SKM., M. K., & Moh. Guntur Nangi, SKM., M. K. (2020). *Buku Ajar Manajemen Data Menggunakan Aplikasi EpiInfo dan SPSS*. Guepedia.
- Ulum, P. L., Cahyaningrum, E. D., & Murniati, M. (2022). Gambaran Kualitas Tidur Pada Lansia Di Iryouhojin Nanrenkai Katsuren Byouin Jepang. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 3(7), 7161–7172.
- Untari, & Rohmawati. (2018). FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KECEMASAN PADA USIA PERTENGAHAN DALAM MENGHADAPI PROSES MENUA (AGING PROCESS). In *Jurnal Keperawatan Akademi Keperawatan Tujuhbelas Karanganyar*.
- Utarini, A., & Dwiprahasto, I. (2022). *METODE PENELITIAN: PRINSIP DAN APLIKASI UNTUK MANAJEMEN RUMAH SAKIT* (A. Utarini (ed.)). UGM PRESS.
- Williams, B., Mancia, G., Spiering, W., Agabiti Rosei, E., Azizi, M., Burnier, M., Clement, D. L., Coca, A., de Simone, G., Dominiczak, A., Kahan, T., Mahfoud, F., Redon, J., Ruilope, L., Zanchetti, A., Kerins, M., Kjeldsen, S. E., Kreutz, R., Laurent, S., ... Brady, A. (2018). 2018 ESC/ESH Guidelines for the management of arterial hypertension. *European Heart Journal*, 39(33), 3021–3104. <https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehy339>
- Windarto, Y. E. (2020). ANALISIS PENYAKIT KARDIOVASKULAR MENGGUNAKAN METODE KORELASI PEARSON, SPEARMAN DAN KENDALL. *Jurnal SAINTEKOM*, 10(2), 119. <https://doi.org/10.33020/saintekom.v10i2.149>
- Yang, Schamber, Meyer, & Gold. (2018). Happier Healers : Randomized Controlled Trial of Mobile Mindfulness for Stress Management. *Journal of Alternative and Complementary <edicine*, 24.
- Yuliwar, R., & Alfi, W. N. (2018). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pasien Hipertensi. In *Jurnal Berkala Epidemiologi* (Vol. 6, Issue 1).
- Zaini, M. (2019). *Asuhan Keperawatan Jiwa Masalah Psikososial Di Pelayanan Klinis Dan Komunitas*. Deepublish.
- Zulfitri, Z., Reni, A., & Agrina, A. (2018). Hubungan Kondisi Psikososial Lansia Hipertensi dengan Kejadian Insomnia. *JOM FKp*, 5, 51–61.