

202210490311034
Dwi Santoso
Prodi Fisioterapi

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR
PADA LANSIA DI KOTA MALANG**

SKRIPSI



**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Fisioterapi**

OLEH:

DWI SANTOSO

202210490311034

**PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

2026

202210490311034
Dwi Santoso
Prodi Fisioterani

LEMBAR PERSETUJUAN
HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR
PADA LANSIA DI KOTA MALANG

SKRIPSI

Disusun Oleh :

DWI SANTOSO
202210490311034

Skripsi Ini Telah Disetujui Di Hadapan Tim Penguji Pada :
Malang, Januari 2026 :

Pembimbing I



Nungki Marlian Yuliadarwati, SST.Ft., M.Kes
NIDN. 0706078706

Pembimbing II



Nurul Aini Rahmawati, S.Ft., Ftr., M.Biomed
NIDN. 0721089501

Mengetahui,
Kepala Program Studi S1 Fisioterapi
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang



Dimas Sondang Irawan, SST. Ft., M. Fis., Ph. D
NIP. UMM.11414100567

LEMBAR PENGESAHAN

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR
PADA LANSIA DI KOTA MALANG**

SKRIPSI

Disusun Oleh :

DWI SANTOSO
202210490311034

Diajukan Pada Januari 2026

Penguji I



Nikmatur Rosidah, S.Ft., M.Sc
NIDN: 0730124402

Penguji II



Arys Hasta Baruna, S.Ft., M.Kes
NIDN: -

Penguji III



Nungki Marlian Yuliadarwati, SST.Ft., M.Kes
NIDN. 0706078706

Penguji IV



Nurul Aini Rahmawati, S.Ft., Ftr., M.Biomed
NIDN. 0721089501

Megetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Malang



Dr./apt. Hidayah Rachmawati, S.Si., Sp.FRS
NIP.UMM.11406090449

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda di bawah ini :

Nama : Dwi Santoso
NIM : 202210490311034
Judul Penelitian : Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas
Tidur Pada Lansia di Kota Malang

Dengan ini menyatakan bahwa telah menyelesaikan Tugas Akhir Mahasiswa Program Studi S1 Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang dalam bentuk skripsi. Penulisan ini benar adanya hasil karya sendiri tanpa adanya pengambilan tulisan atau pemikiran orang lain.

Apabila dikemudian hari penelitian ini dianggap telah melakukan plagiasi karya tulis, maka saya bersedia menerima konsekuensi atas perbuatan tersebut. Demikian surat pernyataan ini dibuat, atas perhatiannya saya sampaikan terima kasih.

Malang, Januari 2026

Yang membuat pernyataan,


METRAI
TEMPEL
25ANX237472433

Dwi Santoso

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DI KOTA MALANG

ABSTRAK

Dwi Santoso¹, Nungki Marlian Yuliadarwati², Nurul Aini Rahmawati³

Program Studi S1 Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Malang

Corresponding author:* tantosnts05@gmail.com

Latar Belakang: Peningkatan jumlah lansia berdampak pada meningkatnya permasalahan kesehatan, termasuk gangguan psikologis dan kualitas tidur. Salah satu masalah psikologis yang sering dialami lansia adalah kecemasan, yang dapat memengaruhi fungsi fisiologis dan berdampak pada kualitas tidur. Gangguan tidur pada lansia berisiko menurunkan fungsi kognitif, fisik, serta kualitas hidup secara keseluruhan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada lansia di Kota Malang.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada lansia di Panti Lansia KNDJH.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel penelitian berjumlah 70 lansia yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Tingkat kecemasan diukur menggunakan Geriatric Anxiety Scale (GAS), sedangkan kualitas tidur diukur menggunakan Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). Analisis data dilakukan secara bivariat menggunakan uji *Fisher Exact Test* dengan tingkat signifikansi 0,05.

Hasil: Penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat kecemasan sedang hingga berat (65,7%) dan kualitas tidur buruk (85,7%). Uji statistik menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada lansia ($p < 0,001$).

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada lansia di Kota Malang.

Kata Kunci: Kecemasan; Kualitas Tidur; Lansia; GAS; PSQI

1. Mahasiswa Program Studi S1 Fisioterapi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Dosen Program Studi S1 Fisioterapi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan pada Allah SWT yang telah melimpahkan segala raahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia di Kota Malang”. Maksud dari penyusunan skripsi ini ialah untuk memenuhi syarat menyelesaikan Program Studi S1 pada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang. Mengingat keterbatasan pengetahuan dan pengalaman penulis, sehingga dalam pembuatan skripsi ini tidak sedikit bantuan, saran, petunjuk serta arahan dari berbagai pihak, oleh karena itu dengan rasa hormat dan kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Nazaruddin Malik, M. Si., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Malang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mendapatkan ilmu pengetahuan di Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Ibu Dr. apt. Hidayah Rahmawati, S.Si., Sp.FRS., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang beserta staf pendidik yang telah memberikan kesempatan serta bantuan dalam proses perkuliahan selama ini.
3. Bapak Dimas Sondang Irawan, SST.Ft., M.Fis., Ph.D, selaku Kepala Program Studi S1 Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Malang yang telah banyak membantu dalam menjalani pendidikan di Program Studi Fisioterapi ini.
4. Ibu Nungki Marlian Yuliadarwati, SST.FT., M.Kes, selaku dosen pembimbing I atas ilmu, motivasi, bimbingan serta saran yang telah diberikan.
5. Ibu Nurul Aini Rahmawati, S.Ft., Ftr., M.Biomed, selaku dosen pembimbing II atas ilmu, motivasi, bimbingan serta saran yang telah diberikan.

6. Ibu Nikmatur Rosidah, S.Ft., M.Sc, Selaku dosen penguji I atas motivasi dan saran yang telah diberikan.
7. Bapak Arys Hasta Baruna, S.Ft., M.Kes, selaku dosen penguji II atas motivasi dan saran yang telah diberikan.
8. Segenap dosen beserta laboran Program Studi S1 Fisioterapi yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama masa perkuliahan.
9. Kedua orang tua yang penulis sayang dan cintai. Bapak Mohammad Hinton dan Ibu Alviyah, terima kasih telah menjadi orang tua yang luar biasa bagi penulis, yang ikhlas dan tanpa syarat menyayangi juga tanpa lelah selalu mendoakan, mempercayai, dan mendukung setiap langkah yang penulis ambil hingga mampu bertumbuh dan berkembang sampai menuju tahap ini. Penulis berharap dengan terselesaikannya skripsi ini, dapat menjadi bentuk penghormatan dan apresiasi atas segala perjuangan dan kasih sayang yang telah diberikan kepada penulis.
10. Kakak perempuan saya satu satunya Hivi Meilia Kartika yang telah memberikan dukungan dan juga motivasi.
11. Terima kasih saya sampaikan kepada Inayah Wahyu, yang telah memberikan dukungan dan motivasi selama proses perkuliahan hinggann sampai penyusunan skripsi ini.
12. Teman-teman seperjuangan yang sudah penulis anggap sebagai saudara sendiri, Baihaqi Rahmatiga, Bagas Prasetyo, Dafa Putra, Hervinda Suryaning Cahyani.
13. Keluarga besar Fisioterapi UMM 2022, khususnya kelas Fisioterapi A yang telah menempuh pendidikan bersama selama kurang lebih 3,5 tahun ini.

14. Segenap pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu-persatu yang telah memberikan banyak dukungan, motivasi, dan doa selama ini.

Penulis menyadari sepenuhnya masih terdapat kekurangan dan kekhilafan dalam penyusunan tugas akhir skripsi ini. Penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun demi kesempurnaan tugas akhir skripsi ini dan memberikan manfaat kepada seluruh pihak yang terkait



DAFTAR ISI

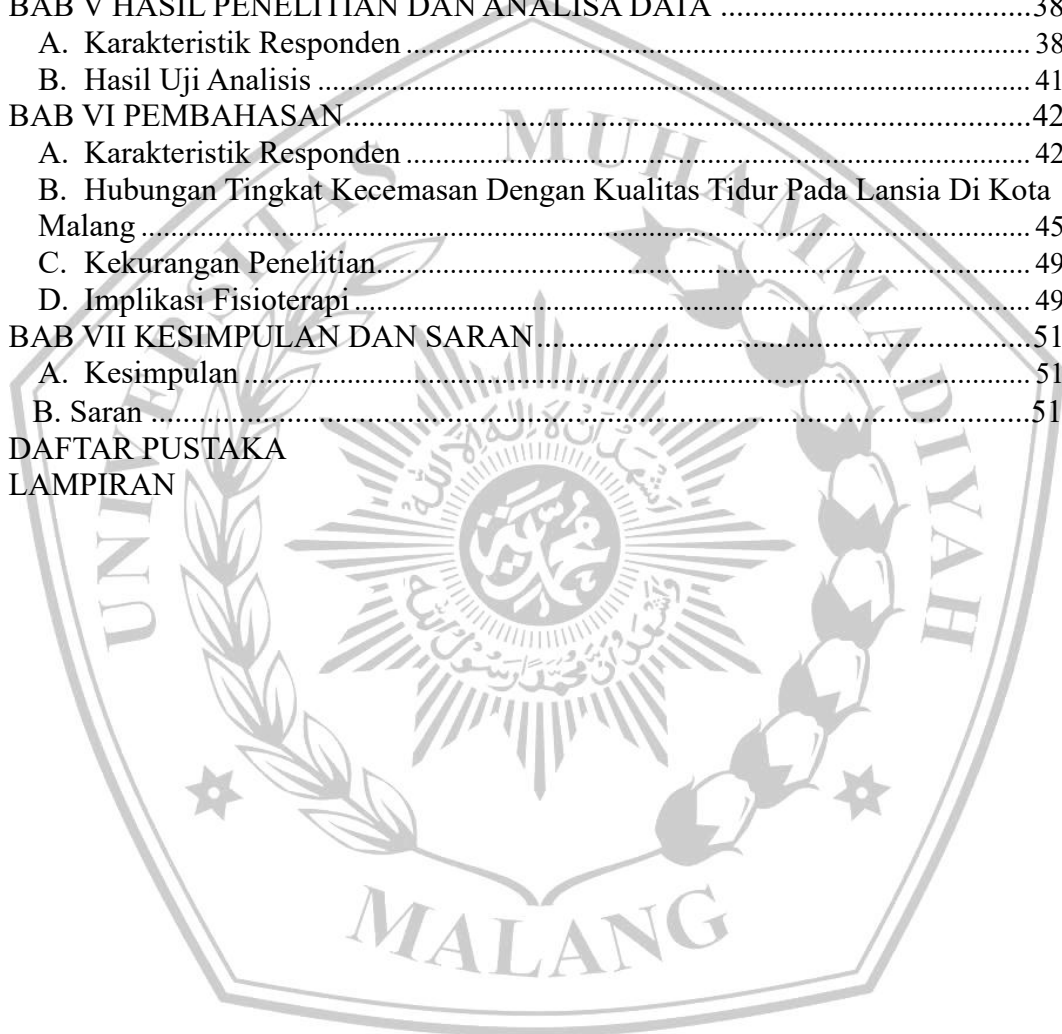
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK.....	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR BAGAN.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Lansia.....	11
1. Definisi Lansia.....	11
2. Klasifikasi lansia.....	12
3. Fisiologi lansia.....	12
B. Kecemasan	15
1. Definisi	15
2. Etiologi	15
3. Patofisiologi.....	16
4. Gejala Kecemasan	16
5. Jenis jenis kecemasan	17
6. Alat Ukur	18
7. Uji Validitas dan Reliabilitas	19
C. Tidur.....	19
1. Definisi	19
2. Kualitas tidur	20
3. Dampak dari kualitas tidur.....	20
4. Faktor faktor yang mempengaruhi kualitas tidur.....	21
5. Pengukuran kualitas tidur	23
6. Uji Validitas dan Reliabilitas	23
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS	24
A. Kerangka Konsep	24
B. Hipotesis.....	25
BAB IV METODE PENELITIAN	26
A. Desain Penelitian.....	26
B. Kerangka Penelitian.....	27
C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling	28

202210490311034

Dwi Santoso

Prodi Fisioterapi

D. Variabel Penelitian	29
E. Definisi Operasional	29
F. Lokasi Penelitian.....	30
G. Waktu Penelitian.....	30
H. Teknik Pengumpulan Data.....	30
I. Alat Pengumpul Data.....	30
J. Teknik Analisa Data.....	32
K. Prosedur Pengumpulan Data	34
L. Rencana Analisa Data	35
M. Etika Penelitian.....	36
BAB V HASIL PENELITIAN DAN ANALISA DATA	38
A. Karakteristik Responden	38
B. Hasil Uji Analisis	41
BAB VI PEMBAHASAN.....	42
A. Karakteristik Responden	42
B. Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Di Kota Malang	45
C. Kekurangan Penelitian.....	49
D. Implikasi Fisioterapi.....	49
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN.....	51
A. Kesimpulan	51
B. Saran	51
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	7
Tabel 4. 1 Definisi Operasional	29
Tabel 5. 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	38
Tabel 5. 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Kelompok Usia.....	39
Tabel 5. 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Tempat Tinggal.....	39
Tabel 5. 4 Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan	40
Tabel 5. 5 Karakteristik Responden Berdasarkan Kualitas Tidur	40



DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Kerangka Konseptual.....	24
Bagan 4.1 Desain Penelitian	26
Bagan 4.2 Kerangka Penelitian.....	27



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Lembar Permohonan Izin Menjadi Responden
- Lampiran 2. *Informed Consent*
- Lampiran 3. Instrumen Penelitian
- Lampiran 4. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 5. Uji SPSS
- Lampiran 6. Surat Layak Etik Penelitian
- Lampiran 7. Surat Keterangan Selesai Penelitian
- Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 9. *Curruculum Vitae*



DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, R. R., Anissa, M., Hariyani, I. P., & Rafli, R. (2022). Edukasi Masyarakat Mengenai Gejala Cemas. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(4), 876–881. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v6i4.10008>
- Aliabadi, S., Moodi, M., Miri, M. R., Tahergorabi, Z., & Mohammadi, R. (2017). Sleep Quality and Its Contributing Factors Among Elderly People: A Descriptive-Analytical Study. *Modern Care Journal*, 14(1), 1–7. <https://doi.org/10.5812/modernc.64493>
- Amelia, R., Harsa, R., & Siana, Y. (2022). Hubungan Kualitas Tidur Terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Kedokteran Universitas Baiturrahmah. *Jurnal Inovasi Tenaga Pendidik dan Kependidikan*, 2(1), 28–34. <https://doi.org/https://doi.org/10.51878/educator.v2i1.1002>
- Anindita, G. K., & Tantri, N. K. (2024). Kecemasan Kesehatan Fisik Pada Lansia Very Old. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Darul Ulum*, 3(2), 51–58. <https://doi.org/10.32492/dimas-undar.v3i2.3102>
- Annisa, D. F., Ibrahim, Y., & Ifdil. (2017). Kondisi Kecemasan Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Uluih (PSTW) Sicincin. *Jurnal Fokus Konseling*, 3(1), 57–66. <https://doi.org/https://doi.org/10.52657/jfk.v3i1.260>
- Annisa, D. F., & Ifdil. (2016). Konsep Kecemasan (Anxiety) pada Lanjut Usia (Lansia). *Konselor Journal*, 5(2), 93–99. <https://doi.org/DOI:https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Ariyanti, S. (2025). Alasan Lansia Memilih Tinggal Di Panti Werdha: Studi Kualitatif. *Jurnal Ners*, 9, 4796–4800. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jn.v9i3.46871>
- Azmi, L. N., Yuliadarwati, N. M., & Utami, K. P. (2020). Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat dan Massage Terhadap Kualitas Tidur Komunitas Lansia Di Kelurahan Tunjungsekar. *Physiotherapy & Health Science*, 2, 69–75. <https://doi.org/DOI:10.22219/physiohs.v2i2.15196>
- Badan Pusat Statistik. (2024). *Profil Penduduk Lanjut Usia Provinsi Jawa Timur 2024* (Vol. 15). Badan Pusat Statistik Jawa Timur. <https://jatim.bps.go.id/id/publication/2025/05/28/ff530d09a8f3a901bfdc9e85/profil-penduduk-lanjut-usia-provinsi-jawa-timur-2024.html>
- Badan Pusat Statistik Kota Malang. (2024, May 21). *Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin di Kota Malang, 2024*. Badan Pusat Statistik Kota Malang. <https://malangkota.bps.go.id/id/statistics-table/3/WVc0MGEyMXBkVFUxY25KeE9HdDZkbTQzWkVkb1p6MDkjMw==/jumlah-penduduk-menurut-kelompok-umur-dan-jenis-kelamin--ribu-jiwa--di-kota-malang--2024.html>
- Bahrin, S., Alifah, S., & Mulyono, S. (2017). Rancang Bangun Sistem Informasi Survey Pemasaran dan Penjualan Berbasis Web. *Jurnal Transistor Elektro Dan Informatika (TRANSISTOR EI)*, 2(2), 81–88. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30659/ei.2.2.81-88>
- Basarewan, N. D. S., Dwisty, B., & Laya, A. A. (2022). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Di Kelurahan Lawangirung Lingkungan II Kota Manado. *Jurnal Kesehatan: Amanah Prodi Ilmu Keperawatan STIKES Muhammadiyah Manado*, 6(4), 55–59. <https://doi.org/https://doi.org/10.57214/jka.v6i1.8>
- Benly, N. E., Mansyarif, R., Asma, W. O. S., Sartina, Husununi, W. O. S. F., Hastuti, A. S., Bahar, N., Anggraini, A., & Sutriawati. (2022). Pelayanan Pemeriksaan

- Kesehatan Gratis Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Batalaiworu. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(12), 3495–3502. <https://doi.org/https://doi.org/10.53625/jabdi.v1i12.3449>
- Campbell, S., Greenwood, M., Prior, S., Shearer, T., Walkem, K., Young, S., Bywaters, D., & Walker, K. (2020). Purposive Sampling: Complex or Simple? Research Case Examples. *Journal of Research in Nursing*, 25(8), 652–661. <https://doi.org/10.1177/1744987120927206>
- Chang, M., Hasan, S., Suwangto, E. G., & Widjaja, N. T. (2020). Relationship Between Anxiety and Sleep Quality in Patients Attending Kecamatan Penjaringan Public Health Center, North Jakarta. *Public Health and Preventive Medicine Archive*, 8(1), 41–46. <https://doi.org/10.15562/phpma.v8i1.232>
- Dariah, E. D., & Okatiranti. (2015). Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Lansia Di Posbindu Anyelir Kecamatan Cisarua Kabupaten Bandung Barat. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 3(2), 87–104. <https://doi.org/https://doi.org/10.31311/.v3i2.156>
- Han, K. S., Kim, L., & Shim, I. (2021). Stress and Sleep Disorder. *Experimental Neurobiology*, 21(4), 141–150. <https://doi.org/10.5607/en.2012.21.4.141>
- Harianto, T. D., Yuliadarwati, N. M., & Yulianti, A. (2021). Hubungan Kadar Gula Darah Sewaktu Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Beresiko Diabetes Melitus Di Posyandu Desa Kincang Wetan Kota Madiun. *FISIO MU: Physiotherapy Evidences*, 2(2), 77–84. <https://doi.org/10.23917/fisiomu.v2i2.12060>
- Harlina, & Aiyub. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Keluarga Pasien Yang Dirawat Di Unit Perawatan Kritis. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 3, 184–192. <https://jim.usk.ac.id/FKep/article/view/8417>
- Haro, M., Sudharmono, U., Sitompul, M., Malinti, E., & Wulandari, I. S. M. (2024). Edukasi dan Pemberdayaan Lansia Dalam Menjaga Kesehatan Di Kelurahan Kacapiring Kecamatan Batununggal Bandung. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(3), 1221–1235. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i3.13372>
- Haryati, M. C., Kusumaningsih, I., & Supardi, S. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Lansia Di RW 03 Kelurahan Kebon Manggis Jakarta. *Jurnal Keperawatan Malang*, 7(2), 76–93. <https://doi.org/https://doi.org/10.36916/jkm.v7i2.177>
- Hasibuan, R. K., & Hasna, J. A. (2021). Gambaran Kualitas Tidur pada Lansia dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya di Kecamatan Kayangan, Kabupaten Lombok Utara, Nusa Tenggara Barat. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 17, 187–195. <https://doi.org/https://doi.org/10.24853/jkk.17.2.187-195>
- Hidayati, N., Febriana, D., & Khairani. (2021). Instrumen Untuk Mengukur Kecemasan Pada Lansia. *Idea Nursing Journal*, 12(3), 70–81. <https://www.wpspublish.com/amas-adult->
- Kasma, A. Y., Pawenrusi, E., Ayumar, A., & Yulianti. (2019). Hubungan Kecemasan Dengan Kejadian Insomnia Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Gau Mabaji Kabupaten Gowa. *Jurnal Mitrasedhat*, 9, 674–682. <https://doi.org/https://doi.org/10.51171/jms.v9i2.214>
- Lasanuddin, H., Firmawati, & Harun, M. (2023). Hubungan Antara Stres Emosi Dengan Kualitas Tidur Lansia Di Panti LKS.LU Beringin Kabupaten Gorontalo Provinsi Gorontalo. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(3). <https://doi.org/10.55606/termometer.v1i3.1815>

- Leba, I. P. R. P., Maria, L., & Harningtyas, S. (2023). Literature Review : Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Lansia. *Profesional Health Journal*, 4(2), 166–177. <https://doi.org/https://doi.org/10.54832/phj.v4i2sp.349>
- Mampa, M., Wowor, R., & Rattu, A. J. M. (2022). Analisis Penerapan Pelayanan Kesehatan Lanjut Usia di Puskesmas Pineleng pada Masa Pandemi Covid-19. In *Jurnal KESMAS* (Vol. 11, Issue 4). <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/41616>
- Manafe, L. A., & Berhimpon, I. (2022). Hubungan Tingkat Depresi Lansia Dengan Interaksi Sosial Lansia Di BPSLUT Senja Cerah Manado. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 11(1), 749–758. <http://stp-mataram.e-journal.id/JIH>
- Mawaddah, N., & Wijayanto, A. (2020). Peningkatan Kemandirian Lansia Melalui Activity Daily Living Training Dengan Pendekatan Komunikasi Terapeutik Di RSJ Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang. *HOSPITAL MAJAPAHIT*, 12, 32–40. <https://ejournal.stikesmajapahit.ac.id/index.php/HM/article/view/491/470>
- Miasa, N. W. N. P., Wibawa, A., Widnyana, M., & Dewi, N. N. A. (2020). Hubungan Antara Senam Lansia dan Kualitas Tidur Lansia Di Kabupaten Badung. *Sport and Fitness Journal*, 8(3), 158–163. <https://doi.org/https://doi.org/10.24843/spj.2020.v08.i03.p08>
- Muchsin, E., & Wibowo, D. (2023). Tingkat Stres Pada Lansia Yang Tidak Tinggal Serumah Dengan Keluarga. *Jurnal Salam Sehat Masyarakat*, 4(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.22437/jssm.v4i2.25948>
- Muhaningsyah, E. Della, Beatrick, A., Firyaaal, S., Hulu, I., & Kaban, K. B. (2021). Peningkatan Kualitas Tidur Lansia Melalui Terapi Relaksasi Otot Progresif. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 3, 359–366. <https://doi.org/https://doi.org/10.37287/jppp.v3i2.462>
- Multazam, A., Titani, M., Putri, D. P., Kamilla, N. D., Abdul, F. N., & Sukirman L, R. D. (2024). Kombinasi Slow Deep Breathing dan Senam Lansia Dalam Meningkatkan Kualitas Tidur serta Menurunkan Tekanan Darah dan Stress pada Komunitas Lansia di Kota Malang. *Physiotherapy Health Science (PhysioHS)*, 7(2), 92–102. <https://doi.org/10.22219/physiohs.v7i2.38837>
- Mulyani, S., Nasution, R. A., & Sulistiawan, A. (2023). Ansietas dan Kualitas Tidur Lanjut Usia. *JURNAL KEPERAWATAN RAFLESIA*, 5(2), 97–108. <https://doi.org/10.33088/jkr.v5i2.929>
- Nadhia, D. W., & Tobing, D. L. (2024). Self-Compassion, Spiritualitas dan Kualitas Hidup Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 8(3), 309–316. <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v8i3.9293>
- Nancye, P. M., Husni, A., & Sawitri, D. R. (2022). Peningkatan Integritas Diri Lansia Melalui Life Review. *Jurnal Keperawatan*, 14(Indonesia), 163–170. <https://doi.org/https://doi.org/10.32583/keperawatan.v14i1.50>
- Negara, I. C., & Prabowo, A. (2018). Penggunaan Uji CHI–SQUARE Untuk Mengetahui Pengaruh Tingkat Pendidikan dan Umur Terhadap Pengetahuan Penasun Mengenai HIV–AIDS Di Provinsi DKI Jakarta. *Prosiding Seminar Nasional Matematika dan Terapannya*, 1–8. <https://sinelitabmas.unsoed.ac.id/google-doc/3903473/penggunaan-uji-chi-square-untuk-mengetahui-pengaruh-tingkat-pendidikan-dan-umur-terhadap-pengetahuan-penasun-mengenai-hiv-aids-di-provinsi-dki-jakarta>

- Ngadiran, A. (2019). Hubungan Karakteristik (Umur, Pendidikan, dan Lama Tinggal Di Panti) dengan Tingkat Kecemasan Lansia di Panti Wreda Charitas Cimahi. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 13, 104–108. <https://doi.org/https://doi.org/10.36051/jiki.v13i2.95>
- Ningsih, A. W., & Wibowo, D. A. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Insomnia Pada Lansia di Posyandu Lansia Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Puncu Kabupaten Kediri. *JURNAL ILKES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 9(1), 66–74. <https://ilkeskh.org/index.php/ilkes/article/view/70>
- Noorrakhman, Y., & Pratikto, H. (2022). Relaksasi Nafas Dalam (deep breathing) Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Lansia. *INNER: Journal of Psychological Research*, 1, 215. <https://aksiologi.org/index.php/inner/article/view/319/208>
- Nugraha, A. C. W., Sarasati, B., Fitriani, Y., Febrietta, D., Pratama, H. R., Putri, N. A., & Nurhaliza, D. (2025). Apakah Kecemasan Mempengaruhi Kualitas Tidur? Studi Pada Siswa Yang Mengalami Kecemasan. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9, 18697–18705. <https://doi.org/doi.org/10.20961/ssej.v1i3.56071>
- Nurfatimah, R., Sri, M. S. S. R., & Jubaedah, Y. (2017). Perancangan Program Pendampingan Lanjut Usia Berbasis Home Care Di Posbindu Kelurahan Geger Kalong. *Jurnal FamilyEdu*, Vol III No.2, 102–109. <https://ejournal.upi.edu/index.php/familyedu/article/view/8809>
- Pramana, I. D. B. K. W., & Harahap, H. S. (2020). Manfaat Kualitas Tidur Yang Baik Dalam Mencegah Demensia Pada Lansia. *Lombok Medical Journal*, 1(1), 49–52. <https://doi.org/https://doi.org/10.29303/lmj.v1i1.522>
- Purwanto. (2019). Variabel Dalam Penelitian Pendidikan. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 10, 196–215. <https://doi.org/https://doi.org/10.32550/teknodik.v0i0.554>
- Rachman, A., Yochanan, E., Samanlangi, A. I., & Purnomo, H. (2024). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. <https://www.researchgate.net/publication/377469385>
- Rahmaniza, Fadhli, R., Nazarudin, E., & Putri, T. H. (2023). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kecemasan Pada Lansia Di Poli Geriatrik RSUD Indrasari Rengat. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 12, 93–98. <https://doi.org/https://doi.org/10.35328/keperawatan.v12i1.2421>
- Rahmasita, S. A., Mahardika, A., & Jumsa, M. R. (2021). Pengaruh Tingkat Kecemasan Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester Tiga Di Puskesmas Tanjung Karang Mataram. *Smart Society Improvement Journal*, 1(3), 81–90. <https://doi.org/https://doi.org/10.20961/ssej.v1i3.56071>
- Ramadhani, A. N., Romadhoni, D. L., & Husain, F. (2023). Peningkatan Pengetahuan Lansia dalam Mengenal Permasalahan Neuromuskuler Melalui Program Kelas Sehat Lansia. *Aksiologi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(3), 458–466. <https://doi.org/10.30651/aks.v7i3.9313>
- Redjeki, G. S., & Tambunan, H. (2019). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kecemasan Lanjut Usia Di Puskesmas Johar Baru II Jakarta. *Jurnal Kesehatan Saelmakers Perdana*, 2(Vol. 2 No. 1 (2019): Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA), 83–92. <https://doi.org/https://doi.org/10.32524/jksp.v2i1.199>
- Rudimin, Harianto, T., & Rahayu, W. (2017). Hubungan Tingkat Umur Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Di Posyandu Permadi Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Malang. *Nursing News Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2, 119–127. <https://doi.org/https://doi.org/10.33366/nn.v2i1.150>
- Saragih, A., & Hatauruk, D. G. (2019). Gambaran Pengetahuan dan Motivasi Terhadap Pemakaian Gigi Tiruan Pada Usia 40-60 Tahun Di Jalan Kapten Muslim Helvetia

- Kota Medan. *Jurnal Ilmiah PANNMED*, 14, 101–104. <https://doi.org/https://doi.org/10.36911/pannmed.v14i1.571>
- Sari, A., Dahlan, Tuhumury, R. A. N., Prayitno, Y., Siegers, W. H., Supiyanto, & Werdhani, A. S. (2023). *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian*. <http://repository.uniyap.ac.id/434/1/Buku%20Annita%20sari%20Dkk%20Dasar-dasar%20Metodologi%20Penelitian.pdf>
- Sari, H. R. A., Fitriani, R. K., Arini, S. Y., & Sulistyowati, M. (2022). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Psychological Distress Pada Mahasiswa Universitas X. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 13, 291–301. <http://jurnal.fkm.untad.ac.id/index.php/preventif>
- Sharifi, S., Heidari, Z., Bromand, S., Binayi, N., & Keshvari, M. (2019). The Relationship Between Sleep Quality and Quality of Life of Retired Elderly. *Elderly Health Journal*, 5, 79–83. <https://doi.org/10.18502/ehj.v5i2.2153>
- Siregar, R. R. (2023). Edukasi Proses Penuaan dan Perubahan Pada Lansia. *Health Community Service*, 1(1), 18–21. <https://doi.org/10.47709/hcs.v1i1.3137>
- Siwanto, E. E., Amir, & Darmin. (2022). Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Di Desa Bumbungon Kecamatan Dumoga Kabupaten Bolaang Mongondow. *MADANI: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(2), 111–121. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7803694>
- Sumirta, I. N., & Laraswati, A. I. (2015). Faktor Yang Menyebabkan Gangguan Tidur (insomnia) Pada Lansia. *Jurnal Gema Keperawatan*, 8, 20–30. <https://poltekkes-denpasar.ac.id/files/JURNAL%20GEMA%20KEPERAWATAN/JUNI%202015/I%20Nengah%20Sumirta.pdf>
- Syapitri, H., Amila, & Aritonang, J. (2021). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan* (A. H. Nadana, Ed.). <http://repository.sari-mutiara.ac.id/id/eprint/29/1/Buku%20Ajar%20Metodologi%20Penelitian%20Kesihatan.pdf>
- Tatineny, P., Shafi, F., Gohar, A., & Bhat, A. (2020). Sleep In The Elderly. *Science Of Medicine*, 5, 490–495. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7723148/>
- Utami, L. T., & Silvitasari, I. (2022). Tingkat Kecemasan Berhubungan Tingkat Kemandirian Lansia Di Posyandu Mawar X Pajang Laweyan. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 6(3), 144–152. <https://doi.org/https://doi.org/10.33366/nn.v6i3.2521>
- Widi, W. A. (2021). *Depresi Pada Lansia Di Masa Pandemi Covid-19*. Media Nusa Creative. www.mncpublishing.com
- Witriya, C., Utami, N. W., & Andianawati, M. (2016). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Pola Tidur Lansia Di Kelurahan Tlogomas Kota Malang. *Nursing News*, 1(2), 190–203. <https://doi.org/https://doi.org/10.33366/nn.v1i2.437>
- Wulandari, S., & Pranata, R. (2024). Deskripsi Kualitas Tidur dan Pengaruhnya Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 10(1), 101–108. <https://doi.org/10.59672/jpkr.v10i1.3414>
- Yuliadarwati, N. M., Rahmanto, S., & Oktavianti, F. (2022). The Relationship Between Physical Activity and Sleep Quality in the Elderly in the Malang City Community. *KnE Medicine*, 93–96. <https://doi.org/10.18502/kme.v2i3.11856>
- Zaiyati, N., Ridwan, A., & Maulina. (2023). Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Dengan Tugas Akhir. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, VII, 25–29. <https://jim.usk.ac.id/FKep/article/view/24053>

202210490311034

Dwi Santoso

Prodi Fisioterapi

Zhao, L., Zheng, X., Ji, K., Wang, Z., Sang, L., Chen, X., Tang, L., Zhu, Y., Bai, Z., & Chen, R. (2022). The Relationship between Social Support and Anxiety among Rural Older People in Elderly Caring Social Organizations: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(18). <https://doi.org/10.3390/ijerph191811411>





UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
MALANG

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

FISIOTERAPI

fisioterapi@umm.ac.id | fisioterapi@umm.ac.id

HASIL DETEKSI PLAGIASI



Berdasarkan hasil tes deteksi plagiasi yang telah dilakukan oleh Program Studi S1 Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang, pada karya ilmiah mahasiswa di bawah ini :



Nama : Dwi Santoso
NIM : 202210490311034
Program Studi : S1 Fisioterapi
Judul Naskah : HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DI POSYANDU LANSIA
Jenis Naskah : Skripsi / Artikel Ilmiah
Keperluan : Mengikuti Ujian Seminar Hasil Skripsi
Hasilnya dinyatakan : Memenuhi Syarat

No	Jenis Naskah	Maksimum Kesamaan	Hasil Deteksi
1	Bab 1 (Pendahuluan)	10 %	10%
2	Bab 2 (Tinjauan Pustaka)	25 %	 12%
3	Bab 3 & 4 (Kerangka konsep & metodologi)	25 %	
4	Bab 5 & 6 (Hasil & Pembahasan)	4 %	
5	Bab 7 (Kesimpulan & Saran)	10%	
6	Artikel Ilmiah	15 %	%

Keputusannya : Dapat melaksanakan seminar hasil skripsi

Malang, 5 Januari 2026

Tinjauan Deteksi Plagiasi Prodi Fisioterapi FIKES



Sri Nopi Rahmawati, S.Ft., Etr., M.Biomed
NIP UMM. 180321081995



Kampus I

Jl. Bendung 1 Malang, Jawa Timur
P. +62 341 551 253 (Surung)
F. +62 341 492 435

Kampus II

Jl. Bendung-Sitani No 155 Malang, Jawa Timur
P. +62 341 551 149 (Surung)
F. +62 341 582 080

Kampus III

Jl. Raya Tlogomas No 246 Malang, Jawa Timur
P. +62 341 464 318 (Surung)
F. +62 341 462 411
E. webmaster@umm.ac.id