

SKRIPSI

**PENGARUH MODIFIKASI INTERVENSI *SLEEP HYGIENE* DENGAN
DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP KUALITAS TIDUR LANSIA DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS MAOSPATI KABUPATEN MAGETAN**

PENELITIAN *QUASY-EXPERIMENTAL*



Oleh:

Alip Nur Apriliyani
NIM. 131511133063

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA
2019

SKRIPSI

**PENGARUH MODIFIKASI INTERVENSI *SLEEP HYGIENE* DENGAN
DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP KUALITAS TIDUR LANSIA DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS MAOSPATI KABUPATEN MAGETAN**

PENELITIAN *QUASY-EXPERIMENTAL*

Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Pada Program Studi Keperawatan Universitas Airlangga



Oleh:

Alip Nur Apriliyani
NIM. 131511133063

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS AIRLANGGA
SURABAYA
2019

SURAT PERNYATAAN

Saya bersumpah bahwa skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun.

Surabaya, 02 Agustus 2019

Yang Menyatakan



Alip Nur Apriliyani
NIM. 131511133063

HALAMAN PERNYATAAN

**PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN
AKADEMIK**

Sebagai sivitas akademik Universitas Airlangga, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Alip Nur Apriliyani
NIM : 131511133063
Program studi : Keperawatan
Fakultas : Keperawatan
Jenis Karya : Skripsi

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Airlangga Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

“Pengaruh Modifikasi Intervensi *Sleep Hygiene* dengan Dukungan Keluarga terhadap Kualitas Tidur Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Maospati Kabupaten Magetan”

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini Universitas Airlangga berhak menyimpan, alihmedia (format), mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 02 Agustus 2019
Yang Menyatakan



Alip Nur Apriliyani
NIM. 131511133063

SKRIPSI

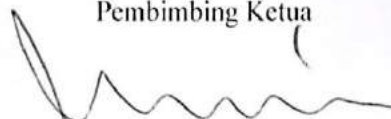
**PENGARUH MODIFIKASI INTERVENSI *SLEEP HYGIENE* DENGAN
DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP KUALITAS TIDUR LANSIA DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS MAOSPATI KABUPATEN MAGETAN**

Oleh :
Alip Nur Apriliyani
NIM. 131511133063

SKRIPSI INI TELAH DISETUJUI
TANGGAL, 29 JULI 2019

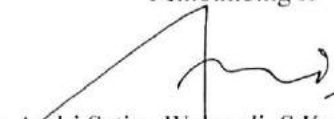
Oleh:

Pembimbing Ketua



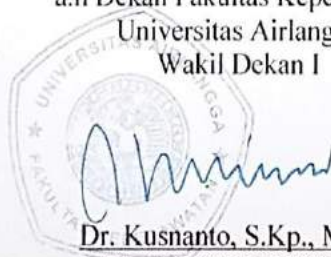
Dr. Makhfudli, S.Kep.Ns., M.Ked.Trop
NIP. 197902122014091003

Pembimbing II



Dr. Andri Setiya Wahyudi, S.Kep.Ns., M.Kep.
NIP. 198206192015041001

Mengetahui,
a.n Dekan Fakultas Keperawatan
Universitas Airlangga
Wakil Dekan I



Dr. Kusnanto, S.Kp., M.Kes
NIP. 196808291989031002

SKRIPSI

**PENGARUH MODIFIKASI INTERVENSI *SLEEP HYGIENE* DENGAN
DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP KUALITAS TIDUR LANSIA DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS MAOSPATI KABUPATEN MAGETAN**

Oleh:
Alip Nur Apriliyani
NIM. 131511133063

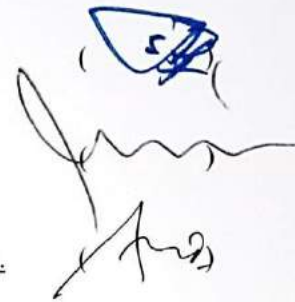
Telah diuji
Pada tanggal, 02 Agustus 2019

PANITIA PENGUJI

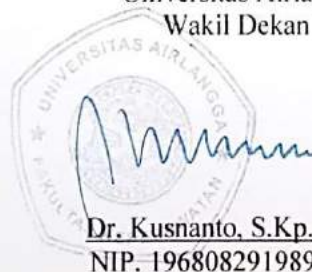
Ketua : Dr. Joni Haryanto, S.Kp., M.Si
NIP. 196306081991031002

Anggota : 1. Dr. Makhfudli, S.Kep.Ns., M.Ked.Trop
NIP. 197902122014091003

2. Dr. Andri Setiva Wahyudi, S.Kep.Ns., M.Kep.
NIP. 198702232016113201



Mengetahui
a.n Dekan Fakultas Keperawatan
Universitas Airlangga
Wakil Dekan I



Dr. Kusnanto, S.Kp., M.Kes
NIP. 196808291989031002

MOTTO

“Terjatuh tujuh kali, bangkit delapan kali”

Seberapa banyak pun kegagalan, jangan sampai itu membuatmu menyerah.

Teruslah bangkit tanpa henti dan percayalah keberhasilan pasti akan
mendatangimu suatu hari nanti.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT,berkat rahmat dan bimbinganNya kami dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“PENGARUH MODIFIKASI INTERVENSI *SLEEP HYGIENE* DENGAN DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP KUALITAS TIDUR LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MAOSPATI KABUPATEN MAGETAN”**. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada Program Studi Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga.

Bersama ini perkenalkanlah saya mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Nursalam, M.Nurs. (Hons) selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada kami untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan Program Studi Keperawatan.
2. Bapak Dr. Kusnanto, S.Kp., M.Kes. selaku Wakil Dekan I Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga yang telah memberikan kesempatan dan dorongan kepada kami untuk menyelesaikan Program Studi Keperawatan.
3. Bapak Dr. Makhfudli, S.Kep.Ns., M.Ked.Trop selaku pembimbing ketua yang selalu membimbing dengan sabar dan memberikan masukan dan saran yang luar biasa kepada penulis sehingga penulisan ini dapat selesai tepat waktu.
4. Bapak Dr. Andri Setiya Wahyudi, S.Kep.Ns., M.Kep selaku pembimbing II yang telah membimbing dengan sabar dan selalu memotivasi.
5. Bapak Dr. Joni Haryanto, S.Kp., M.Si selaku dosen ketua penguji yang telah memberikan saran dan masukan kepada penulis sehingga penulisan skripsi ini dapat menjadi lebih baik.
6. Ibu Retnayu Pradanie, S.Kep.Ns., M.Kep selaku dosen wali yang selalu memberikan bimbingan, motivasi serta semangat di masa perkuliahan saya.
7. Bapak dan ibu dosen serta staf pengajar Program Studi Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga yang telah mendidik dan membimbing serta memberikan ilmu selama masa perkuliahan.
8. Kepala Desa Sugihwaras dan Desa Mranggen yang telah memberikan izin penelitian di wilayah tersebut.
9. Seluruh responden yang telah berpartisipasi selama proses pengambilan data berlangsung.
10. Bapak Mustain dan Ibu Nanik Murtini selaku orang tua saya yang senantiasa memanjatkan doa terbaik untuk saya, memberikan kasih dan sayangnya, memberikan motivasi dan dukungan kepada saya untuk menyelesaikan skripsi ini serta keluarga besar saya yang telah memberikan dukungan dan memotivasi saya.
11. Ukhti Idaman (Oktiana, Annisa, Niswatus, Elly) yang selalu ada untuk memberikan dukungan, bantuan, semangat, motivasi, dan canda tawa selama perkuliahan dan penyelesaian skripsi ini.
12. Teman satu bimbingan dosen (Asti, Gita, Puji, Aisyah) khususnya Asti yang selalu menjadi teman keluh kesah saya dan saling memberi motivasi.

13. Fifa, Kifayatus, Santika, Ika, Ayu Rahma, Ririn, Lusi, dan Dilruba yang telah memberi bantuan, informasi, dukungan dan semangat.
14. Teman-teman seperjuangan A15 yang telah memberikan bantuan, dukungan, dan semangat.
15. Terima kasih penulis sampaikan kepada semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, yang telah memberi motivasi dan bantuan hingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Semoga Allah SWT membalas semua kebaikan semua pihak yang telah memberi kesempatan, dukungan, ilmu, dan juga bantuan yang lain dalam menyelesaikan skripsi ini. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, baik isi maupun penulisannya. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi pembaca maupun bagi profesi keperawatan.

Surabaya, Juli 2019

Penulis