

## SKRIPSI

# HUBUNGAN TINGKAT *ACTIVITY OF DAILY LIVING* (ADL) DENGAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA DI PSTW SABAI NAN ALUIH SICINCIN PADANG PARIAMAN TAHUN 2023

Diajukan sebagai salah satu untuk menyelesaikan  
Pendidikan Strata I Keperawatan



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG

TAHUN 2023

## PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama Lengkap : Defri Handika  
Nim : 1914201056  
Tempat Tanggal Lahir : Laban/ 03 Desember 2001  
Program Studi : S1 Keperawatan  
Nama Pembimbing Akademik : Delima, S.Pd, M. Kes  
Nama Pembimbing I : Ns. Willady Rasyid, M. Kep, Sp. KMB  
Nama Pembimbing II : Ns. Ledia Restipa, M. Kep

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul "**Hubungan Tingkat *Activity Of Daily Living* (ADL) Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2023**"

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, dalam penulisan skripsi ini, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, September 2023



Defri Handika

## PERNYATAAN PERSETUJUAN

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Defri Handika  
NIM : 1914201056  
Program Studi : S1 Keperawatan  
Judul : Hubungan Tingkat *Activity Of Daily Living* (Adl) Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2023

Telah berhasil diseminarkan dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Seminar Hasil Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang

Padang, September 2023

Pembimbing I

Pembimbing II



Ns. Willady Rasyid, M. Kep, Sp. KMB



Ns. Ledia Restipa, M. Kep

Disahkan Oleh  
Ketua STIKes Alifah Padang



Ns. Asmaswati, S. Kep. M.Kep

## PERNYATAAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Defri Handika  
NIM : 1914201056  
Program Studi : S1 Keperawatan  
Judul : Hubungan Tingkat *Activity Of Daily Living* (Adl) Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2023

Telah berhasil dipertahankan dihadapan dewan Penguji Seminar Hasil pada Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang.

## DEWAN PENGUJI

Pembimbing I  
(Ns. Willady Rasyid, M. Kep, Sp. KMB) (.....)

Pembimbing II  
(Ns. Ledia Restipa, M. Kep) (.....)

Penguji I  
(Ns. Rischa Hamdanesti, S. Kep, M. Kep) (.....)

Penguji II  
(Ns. Diana Arianti, S. Kep, M. Kep) (.....)

Disahkan Oleh

Ketua STIKes Alifah Padang



Dr. Ns. Asmawati, S.Kep, M.Kep )

# SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG

Skripsi, September 2023

**Defri Handika**

## **Hubungan Tingkat *Activity Of Daily Living* (ADL) Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2023**

iv + 74 Halaman + 6 Tabel + 2 Gambar + 12 lampiran

### **ABSTRAK**

Menurut WHO jumlah lansia secara global pada tahun 2019 adalah 9,1% dan akan terjadi peningkatan dengan jumlah presentase 11,37%. Menurut data BPS Sumbar 2019 jumlah lansia di Sumatra Barat sebanyak 9,8% dari jumlah penduduk. Meningkatnya jumlah lansia berdampak terhadap tingkat ketergantungan lansia. ADL yang kurang baik mempengaruhi tingkat kebugaran lansia, salah satunya kualitas tidur. Kualitas tidur yang buruk akan mempengaruhi keseimbangan fisiologis dan psikologis tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Tingkat *Activity Of Daily Living* (ADL) Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman Tahun 2023

Jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional study*. Penelitian dilakukan di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 04-05 Juli 2023. Waktu penelitian pada bulan Maret 2023-September 2023. Poupulasi penelitian yaitu 110 lansia dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *Total Sampling*. Data dianalisis dengan uji statistic *Chi Square*.

Hasil penelitian didapatkan 47 (58,8%) responden memiliki kualitas tidur yang buruk, 36 (36.3%) responden memiliki tingkat ketergantungan yang sedang. Hasil uji statistik *Chi square* didapatkan *p-value* 0,001 ( $p < 0,05$ ) terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat *Activity Of Daily Living* dengan Kualitas Tidur Pada Lansia.

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat *Activity Of Daily Living* dengan Kualitas Tidur Pada Lansia. Diharapkan pada perawat dan pengurus panti dapat membantu pemenuhan kebutuhan *Activity Daili Living* (ADL) untuk meningkatkan Kualitas Tidur lansia di PSTW Sabai Nan Aluih.

**Daftar Pustaka : 34 (2009 – 2031)**

**Kata Kunci : *Activity Daili Living* (ADL), Kualitas Tidur, Lansia**

***The Relationship between Activity of Daily Living (ADL) Levels and Sleep Quality in the Elderly at PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman in 2023***

*iv + 74 Pages + 6 Tables + 2 Figures + 12 attachments*

**ABSTRACT**

According to WHO, the number of elderly people globally in 2019 was 9.1% and there will be an increase with a percentage of 11.37%. According to 2019 West Sumatra BPS data, the number of elderly people in West Sumatra is 9.8% of the population. The increasing number of elderly has an impact on the level of elderly dependency. Poor ADLs affect the fitness level of the elderly, one of which is sleep quality. Poor sleep quality will affect the body's physiological and psychological balance. This study aims to determine the relationship between the level of activity of daily living (ADL) and the quality of sleep in the elderly at PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin Padang Pariaman in 2023

This type of quantitative research uses a cross sectional study approach. The research was conducted at PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin. Data collection was carried out on July 4-5 2023. The research time was March 2023-September 2023. The research population was 110 elderly people with a sampling technique using Total Sampling. Data were analyzed using the Chi Square statistical test.

The research results showed that 47 (58.8%) respondents had poor sleep quality, 36 (36.3%) respondents had a moderate level of dependence. The results of the Chi square statistical test showed a p-value of 0.001 ( $p < 0.05$ ), there was a significant relationship between the level of activity of daily living and sleep quality in the elderly.

Based on the results of this research, it can be concluded that there is a significant relationship between the level of activity of daily living and sleep quality in the elderly. It is hoped that nurses and nursing home administrators can help fulfill the needs of Activity Daily Living (ADL) to improve the sleep quality of the elderly at PSTW Sabai Nan Aluih.

**References** : 34 (2009 – 2031)

**Keywords** : Activity Daili Living (ADL), Sleep Quality, Elderly