

**HUBUNGAN KEBUTUHAN TIDUR DENGAN AKTIVITAS
FISIK PADA LANSIA DI PANTI WREDHA DHARMA
BHAKTI PAJANG SURAKARTA**



SKRIPSI

Oleh

ENDAH TRIE WAHYUNI

C2015030

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
SURAKARTA**

2019

**HUBUNGAN KEBUTUHAN TIDUR DENGAN AKTIVITAS
FISIK PADA LANSIA DI PANTI WREDHA DHARMA
BHAKTI PAJANG SURAKARTA**

SKRIPSI

Oleh

ENDAH TRIE WAHYUNI

C2015030

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
SURAKARTA**

2019

**HUBUNGAN KEBUTUHAN TIDUR DENGAN AKTIVITAS FISIK PADA
LANSIA DI PANTI WREDHA DHARMA BHAKTI PAJANG
SURAKARTA**

SKRIPSI

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan pada
Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta**

Oleh

ENDAH TRIE WAHYUNI

C2015030

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
SURAKARTA**

2019

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa proposal dengan judul :

HUBUNGAN KEBUTUHAN TIDUR DENGAN AKTIVITAS FISIK PADA LANSIA DI PANTI WREDHA DHARMA BHATI SURAKARTA

yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan STIKES 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan proposal ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta ,08 Agustus 2019

Endah Trie Wahyuni

NIM C2015031

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik STIKES 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Endah Trie Wahyuni

NIM : C2015030

Jenis Karya : Skripsi

Judul : Hubungan Kebutuhan Tidur Dengan Aktivitas Fisik Pada Lansia Di Panti Wredha Dharma Bhakti Surakarta.

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive Royalty- Free Right*) kepada STIKES 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. STIKES 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surakarta, Agustus 2019

Yang menyatakan

Endah Trie Wahyuni

NIM. C2015030

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul :

**HUBUNGAN KEBUTUHAN TIDUR DENGAN AKTIVITAS FISIK PADA
LANSIA DI PANTI WREDA DHARMA BHAKTI SURAKARTA**

Dinyatakan telah disetujui untuk di ujikan pada ujian skripsi Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta,05 Agustus 2019

Pembimbing I



Tri Susilowati, S.Kep. Ns.,M.Kep
NID. 0621018203

pembimbing II



Ida Nur Imamah, S.Kep.,Ns, M.Kep
NID. 0620118704

Mengetahui

Kaprodi Sarjana Keperawatan



Anjar Nurohmah, S.Kep. Ns.,M.Kep
NID. 0602128201

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul :

HUBUNGAN KEBUTUHAN TIDUR DENGAN AKTIVITAS FISIK PADA LANSIA DI PANTI WREDHA DHARMA BHAKTI SURAKARTA

Dibuat untuk melengkapi sebagai persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Skripsi ini telah diujikan pada sidang ujian skripsi pada 08 Agustus 2019 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai skripsi pada Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 08 Agustus 2019

Mengesahkan,

Penguji

1. Wahyu Purwaningsih, M.Sc

NIDN. 0605117803

2. Tri Susilowati, S.Kep, Ns., M.Kep

NIDN. 0621018203

3. Ida Nur Imamah, S.Kep, Ns., M.Kep

NIDN. 0620118704

(.....)
(.....)
(.....)

Mengetahui

Kaprodi Ilmu Keperawatan



Anjar Nurrohmah, S.Kep, Ns., M.Kep

NIDN. 0602128201

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, hidayat serta inayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Kebutuhan Tidur dengan Aktivitas Fisik pada Lansia”.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan lancar berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan segala kemudahan-Nya dan segala nikmat yang telah dikaruniakan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Riyani Wulandari, S.Kep, Ns., M.Kep., selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Anjar Nurrohmah, S.Kep, Ns., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta
4. Tri Susilowati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing I yang selalu memberikan bimbingan dan arahan dengan sabar sehingga penulis skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Ida Nurimamah, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dan memberikan masukan pada penulis skripsi ini sehingga terselesaikan dengan baik.
6. Wahyu purwaningsih, M.Sc., selaku penguji yang telah meluangkan waktu untuk menguji dan memberikan masukan agar penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
7. Dosen Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta yang dengan sabar memberikan bekal ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta.
8. Karyawan beserta jajaran Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta yang telah membantu dan menyediakan sarana prasarana guna mendukung kelancaran skripsi.
9. Kedua orang tuaku Bapak Suparsidi, Ibu Murtini, kakak tercinta kakak Adik dan kakak Agus serta adik tercinta Widi serta keluarga tercinta yang telah banyak memberikan dukungan spiritual dan materil serta yang senantiasa memberikan do’a dalam penyusunan skripsi ini.
10. Sahabat-sahabat tercinta Erina, Agustin, Dewi, Nova, Tuti, Sofia, Syafa, Nafis yang telah memberikan semangat, dukungan dan masukan saran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

11. Teman-teman seperjuangan di sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta angkatan 2015 yang telah memberikan motivasi dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
12. Terimakasih untuk responden yang telah membantu dan bekerja sama dengan saya dalam menyelesaikan penelitian ini.
13. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.
Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, karena kesempurnaan itu hanya milik Allah SWT. Oleh karena itu, kritik dan saran yang menuju sempurnanya skripsi ini senantiasa penulis harapkan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

Surakarta, 13 Maret 2019