

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdul, Y., & Susaanti, E. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Kalender Pembangunan Kesehatan Adalah Seseorang. Perubahan Tersebut Dapat Terjadi Pada Sistem Muskuloskeletal. Salah Satu Penyakit Yang Sering Ditemukan Pada Sistem Muskuloskeletal Yaitu Penyakit Rematik. *Fitr'*, 9, 88–98.
- Alim, I. Z., Winarsih, S., & Elvira, S. (2015). *Uji Validitas Dan Reliabilitas Instrumen Pittsburgh Sleep Quality Index Versi Bahasa Indonesia*. Thesis. Jakarta: Universitas Indonesia
- Amanda, H., Prastiwi, S., & Sutriningsih, A. (2017). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tingkat Kekambuhan Hipertensi Pada Lansia Di Kelurahan Tlogomas Kota Malang. *Nursing News : Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(3), 437–447.
- Almatsier, S. (2010). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Ambarwati, R. (2017) “Tidur, irama sirkadian dan metabolisme tubuh,” *Jurnal Keperawatan*, X (1), hal. 42–46.
- Anggara, F., & Prayitno, N. (2013). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tekanan Darah Di Puskesmas Telaga Murni Cikarang Barat Tahun 2012. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(1), 1–6.
- Aprianti, M., & Ardianty, S. (2020). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Diet Rematik Terhadap Pengetahuan Pada Lansia Di Puskesmas Nagaswidak* [Skripsi]. Universitas Padjajaran.
- Aquarista, M.F., & Hadi, Z. (2017). *Hubungan Kebiasaan Olahraga Dan Status Gizi Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pasien Yang Berobat Jalan di Puskesmas Kelayan Dalam Banjarmasin*. *Jurnal Ilmiah dan Pendidikan Sosial*. Vol.3. No. 2.
- Ardiyanto, R.. (2014). *Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT), Aktivitas Fisik, Rokok, Konsumsi Buah, Sayur dan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Pulau Kalimantan*. Skripsi. Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas Esa Unggul Jakarta.
- Ariani, A. P. (2017). *Ilmu Gizi*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Arif, D., Rusnoto, R., Hartinah, D. (2013). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Pusling Desa Klumpit UPT Puskesmas Gribig Kabupaten Kudus*. *JIKK (Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan)*, 4(2), 18-34.
- Arisman, D. (2018). *Buku Ajar Ilmu Gizi. Obesitas, Diabetes Mellitus & Dislipidemia*. Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Asrinawati, & Norfai. (2014). *Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Hiperetensi pada Lansia Di Posyandu Lansia KakakTua di Wilayah Kerja Puskesmas Pelambuan*. UNISKA.
- Azizah, R., & Hartanti, R. D. (2016). Hubungan Antara Tingkat Stress Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Wonopringgo Pekalongan. *Jurnal University Reseach Coloquium*, 261–278.

- Badan Pusat Statistik. (2022). *Statistik penduduk lanjut usia 2022*. Jakarta: Subdirektorat Statistik Pendidikan dan Kesejahteraan Sosial.
- Bermingham, D., Hill, R. D., Woltz, D., & Gardner, M. K. (2013). Cognitive strategy used and measured numeric ability in immediate- and long-term recall of everyday numeric information. *PloS one*, 8(3), e57999. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0057999>.
- Brinkman, J. E., Reddy, V. and Sharma, S. (2018) “Physiology, sleep”.
- Budyawati, N. P. L. W., Utami, D. K. I. dan Widyadharna, I. P. E. (2019) “Proporsi dan Karakteristik Kualitas Tidur Buruk pada Guru-Guru Sekolah Menengah Atas Negeri di Denpasar,” *E-Jurnal Medika*, 8(3), hal.1–7. Tersedia pada: <https://ocs.unud.ac.id/index.php/eum/article/view/49852>
- Calvinaristo. (2019). *Korelasi Umur Dan Jenis Kelamin Dengan Penyakit Hipertensi Di Emergency Center Unit Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang 2017*. Indonesia Jurnal Perawat, 3(1), 9-16.
- Carlson, D. J., Dieberg, G., Hess, N. C., Millar, P. J., & Smart, N. A. (2014). *Isometric exercise training for blood pressure management: A* <https://doi.org/10.1016/j.mayocp.2013.10.030>.
- Chumlea, C., Guo, H. S., Wholihan, K., Cockram, D., Kuczmarski, R. J., & Johnson, C. L. (1998). Stature Prediction Equations for Elderly non-Hispanic White, nonHispanic Black, and Mexican-American Persons Developed from NHANES III Data. *Journal American Diet Association*, 98(2), 137–142.
- Cooke, J. R., & Ancoli-Israel, S. (2011). Normal and Abnormal Sleep in the Elderly. *Handb Clin Neurol*, 98: 653-665.
- Dahroni, D., Arisdiani, T., & Widiastuti, Y. P. (2019). Hubungan Antara Stres Emosi Dengan Kualitas Tidur Lansia. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ)*, 5(2), 68–71.
- Dalimartha. S. (2008). *Care Your Self Hipertensi*. Penebar Plus.
- Dars, H. (2018) “Pengaruh Senam Aerobic Low Impact Terhadap Peningkatan V02Max,” 1, hal. 42–51.
- Dewi, R. (2021). *Teknik Relaksasi Lima Jari Terhadap Kualitas Tidur, Fatigue dan Nyeri pada Pasien Kanker Payudara*. Sleman: Deepublish Publisher.
- Dewi, S.R. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Depublish
- Donlon, B. C. (2007). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik* (2nd ed.). EGC.
- Espí-López, G. V. et al. (2016) “Effect of low-impact aerobic exercise combined with music therapy on patients with fibromyalgia. A pilot study”, *Complementary Therapies in Medicine*. Elsevier Ltd, 28, pp. 1–7. doi:10.1016/j.ctim.2016.07.003.
- Fatmah. (2010). *Gizi Usia Lanjut*. Jakarta: Erlangga.
- Fikriana, P. A. (2020). *Hubungan Konsumsi Kopi Terhadap Kualitas Tidur pada Barista Di Kecamatan Medan Baru* [Skripsi].
- Fitriana,R., Rohmati, N., & Sulistiyana, (2015). *The Correlation Between Food Consumption and Nutritional Status with the Incident of Hypertension among Elderly (Study in the Integrated Health Care of Elderly Working Areas Wuluhan*

- Primary Health Center of Jember District*). Artikel Ilmiah Hasil Penelitian Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Universitas Jember.
- Hariyati, S., Yunaningsih, P., & Junuda, R. (2020). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo. *Jurnal Surya Medika*, 5.
- Helbig, A. K., Doring, A., Heier, M., Emeny R. T., Zimmermann, A. K., Autenrieth, C. S., et al. (2013). Association between Sleep Disturbance and Falls among the Elderly: Results from the German Cooperative Health Research in the Region of Augsburg-Age Study. *Sleep Medicine*, 14: 1356–1363.
- Herbawani, C. K., & Erwandi, D. (2020). *Faktor-Faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur Oleh Ibu Rumah Tangga Di Nganjuk, Jawa Timur*. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 10(2), 89–99. <https://doi.org/10.22435/kespro.v10i2.2085>
- Heryanah. (2015). *Ageing Population dan Bonus Demografi Kedua di Indonesia*. Badan Pusat Statistik Kota Sukabumi
- Hidayat, A. F. (2022). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kondisi Tekanan Darah Pada Lansia: Literature Review. *Jurnal Medika Utama*, 3(2), 2498–2507.
- Intarti, W. D., & Khoriah, S. N. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemanfaatan Posyandu Lansia. *JHeS (Journal of Health Studies)*, 2(1), 110–122.
- Istiqomah, F., Tawakal, A. I., Haliman, C. D., & Atmaka, D. R. (2022). Pengaruh Pemberian Edukasi Terhadap Pengetahuan Hipertensi Peserta Prolanis Perempuan Di Puskesmas Brambang, Kabupaten Jombang. *Media Gizi Kesmas*, 11(1), 159–165.
- Kaliyaperumal, D. et al. (2017) “Effects of sleep deprivation on the cognitive performance of nurses working in shift,” *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 11(8), hal. CC01–CC03.
- Karna, B., & Gupta, V. (2020). *Sleep Disorder*. StatPearls.
- Kemkes RI. (2016). *Infodatin Situasi Lanjut Usia (LANSIA) di Indonesia*. InfoDatin Kementerian Kesehatan RI.
- Kholifah, S. N. (2016). *Keperawatan Gerontik*. Jakarta: Pusdik SDM Kesehatan.
- Kholifah, S. N., & Widagdo, W. (2016). *Keperawatan Keluarga dan Komunitas*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kozier, B., Erb, G., Berman, A., Snyder, S. J., Buck, M., Yiu, L., & Stamler, L. L. (2018). *Fundamentals of Canadian nursing*. Concepts, Process, and Practice-Pearson, 1096–1119.
- Leslie, W., & Hankey, C. (2015). Aging, Nutritional Status and Health. *Healthcare*, 3, 648–658.
- Lita, H., Silvia, A., & Kasrin. (2020). *Tekanan Darah & Musik Suara Alam Mengkaji Pengaruh, Manfaat, dan Peranan Musik bagi Tekanan Darah*. Global Aksara Pres.
- Malini, M. M., Silakarma, I. D., & Silakarma, L. P. R. S. (2015). *Latihan Senam Aerobik Meningkatkan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Program Studi Fisioterapi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana*. 89.

- Mardalena, I. (2017). *Dasar-dasar Ilmu Gizi Dalam Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Martono, H., & Pranarka, K (Eds.). (2010). *Buku ajar boedhi-darmojo geriatri (ilmu kesehatan usia lanjut)*. Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Maryam, dkk. (2011). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta : Salemba Medika.
- Maryam, S. (2008). *Menengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Salemba Medika.
- Maulana, D. H. (2009). *Promosi Kesehatan*. EGC.
- Mawaddah, N., Syurandhari, D. H., & Basahi, H. (2018). Optimalisasi Posyandu Lansia Sebagai Upaya Peningkatan Partisipasi Dan Kualitas Hidup Lansia. *Medica Majapahit (Jurnal Ilmiah Kesehatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit)*, 10(2), 100–110.
- Meiner, S. E. (2011). *Gerontologic nursing fourth edition*. USA: Elsevier Mosby.
- Merz, M. G. (2017) “The relationship between sleep, working memory, and decision making in young and old adult populations,” *Honors in the Major Theses*, (210), hal. 4–28.
- Mubarak, W. I., Indrawati, L., & Susanto, J. (2015). *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar*. Salemba Medika.
- Nadorff, M. R., Nazem, S., & Fiske, A. (2013). Insomnia Symptoms, Nightmare and Suicidal Ideation in Older Adults. *The Journal of Gerontology*, 68: 145–152.
- Newman, A. N. (2009). Obesity in Older Adults. *OJIN: The Online Journal of Issues in Nursing*, 14(1).
- Nilifda, H., Nadjmir, N. dan Hardisman, H. (2016) “Hubungan Kualitas Tidur dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2010 FK Universitas Andalas,” *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(1), hal. 243–249. doi: 10.25077/jka.v5i1.477
- Ningsih, D. S. dan Permatasri, R. I. (2020) “Faktor Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur pada Remaja di SMKN 7 Pekanbaru,” *Ensiklopedia of Journal*, 2(2), hal. 262–267.
- Notoatmodjo, S. (2005). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Novarita. (2014). *Hubungan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi di Kabupaten Karimun, Provinsi Kepulauan Riau Tahun 2014* [Tesis]. Universitas Indonesia.
- Nugraheni, dkk (2019). *Jurnal Hubungan Berat Badan dan Tekanan Darah Pada Lansia*. Universitas Sebelas Maret.
- Nugroho, K. P., Sanubari, T. P., & Rumondor, J. M. (2019). *Faktor Risiko Penyebab Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sidorejo Lor Kota Salatiga*. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 32-42.
- Nugroho. (2008). *Keperawatan Gerontik*. Buku Kedokteran. Jakarta: ECG



- Nugroho. (2012). Keperawatan gerontik & geriatrik, edisi 3. Jakarta : EGC
- Nurachamah, E. (2001). *Nutrisi dalam Keperawatan*. Sagung Seto: Jakarta.
- Nursalam, 2017. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis Edisi 4*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis* (4th ed.). Salemba Medika.
- Nursalam. (2013). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: pendekatan praktis edisi 3*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursiati, C. W. (2018) “Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Siswa Kelas X-XI Di SMA 1 Kwadungan Di Kabupaten Ngawi,” *Skripsi*.
- Pausova, Z. (2014). Nutrition In The Prevention And Treatment Of Abdominal Obesity Chapter 9: Visceral Fat and Hypertension: Sex Differences. *Elseiver*.
- Pragholapati, A., & Munawaroh, F. (2020). Resiliensi Pada Lansia'. *Jurnal Surya Muda*, 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.38102/jsm.v2i1.55>
- Prajayanti, E. D., & Sari, I. M. (2022). *Pijat Kaki (Foot Massage) Terhadap Kualitas Tidur Penderita Hipertensi*. *Nursing Sciences Journal*, 6(1), 49–54
- Pusat Data dan Informasi. (2022). *Analisis lansia di Indonesia*. Jakarta Selatan: Kementerian Kesehatan RI.
- Putri, H. (2015) “Studi Deskriptif Gangguan Tidur Pada Anak Usia 9-12 Tahun di SD Negeri Pisangan 1 Ciputat Tahun 2015,” *Skripsi skripsi*.
- Retno, D. M. (2017). Pengaruh Niat Terhadap Keaktifan Lansia Dalam Mengikuti Posyandu Lansia Di Puskesmas Kalijudan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*, 3(1), 60–69.
- Rihiantoro, T., & Widodo, M. (2018). Hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi di kabupaten tulang bawang. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 13(2), 159–167.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan, Departemen Kesehatan RI*. Jakarta.
- Rosmalia, D., & Sriani, Y. (2017). *Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan*. Kemenkes RI.
- Rudimin, R., Hariyanto, 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(1), 119–127.
- Sambeka, R., Kalesaran, A. F., & Asrifuddin, A. (2018). Hubungan Kualitas Tidur dengan Hipertensi pada Lansia di Desa Tambun Kecamatan Likupang Barat Tahun 2018. *KESMAS*, 7(3).
- Santoso, T. B., & Rohmah, A. S. N. (2011). Gangguan Gerak dan Fungsi Kognitif Pada Wanita Lanjut Usia. *Jurnal Kesehatan*, 4(1), 41–57.
- Setiawan, A., Maulana, D., & Widyaningrum, R. (2018). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Lanjut Usia Penderita Hipertensi Esensial Di UPT Rumah

- Pelayanan Sosial Lanjut Usia Budi Dharma Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 9(1), 55–63.
- Sihombing, H. (2016). Asuhan Keperawatan pada Lansia dengan Prioritas Masalah Gangguan Pola Tidur Pada Ny.B di Lingkungan I Kelurahan Sitirejo II Kecamatan Medan Amplas Karya. *Karya Tulis Ilmiah*, 1–52
- Solomon, C. G. (2015). Clinical Practice: Insomnia Disorder. *The New England Journal of Medicine*, 373(15): 1437-1444.
- Somantri, B. (2015). Hubungan Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Puskesmas Melong Asih Cimahi. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 1(1).
- Subramaniam, V. (2015). Hubungan antara stres dan tekanan darah tinggi pada mahasiswa. *Intisari Sains Medis*, 2(1), 4–7.
- Sugiyono. (2012). *Statistika untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, cv.
- Sujarweni, V. W. (2015). *Metodologi Penelitian Bisnis dan Ekonomi*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Sulistiyani, C. (2012). *Beberapa Faktor yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro Semarang*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat FKM Undip*, 1(2), 280-292.
- Supariasa, D. N.. (2012). *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC. Supariasa
- Susilo, dan Wulandari. (2011). *Cara Jitu Mengatasi Hipertensi*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Tamamilang, C. D., Kandou, G. D., & Nelwan, J. E. (2019). Hubungan Antara Umur Dan Aktivitas Fisik Dengan Derajat Hipertensi Di Kota Bitung Sulawesi Utara. *Kesmas*, 7(5).
- Tringtyas & Muhayati. (2018). *Mengenal Lebih Dekat Tentang Lanjut Usia*. Magetan: CV. AE Media Grafika.
- Tumanduk, W., Nelwan, J., & Asrifudin, A. (2019). *Faktor-faktor Risiko Hipertensi Yang Berperan di Rumah Sakit Robert Wolter Mongisidi*. *Jurnal E-Clinic (ECI)*, 7(Nomor 2), 119–125
- Utami, R. J., Indarwati, R., & Pradanie, R. (2021). Analisa Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Lansia Di Panti. *Jurnal Health Sains*, 2(3), 362–380.
- Wicaksono, H., Puspita, S., & Puspita, H. (2017). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Posyandu Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 9(1), 13–13.
- Widhiyanti, T., & Ariawati, N. W. (2017). Pemberian Back Massage Durasi 60 Menit dan 30 Menit Meningkatkan Kualitas Tidur pada Mahasiswa VI A Penjaskesrek FPOK IKIP PGRI Bali. *Jurnal Pendidik Kesehat Rekreasi*.
- Wilkinson, J. M., & Treas, L. S. (2011). *Fundamentals of Nursing (2nd ed.)*. Davis Compay.

*World Health Organization (2022). Global health and aging. U.S.: Departement of Health and Human Services.*

*Zahara, R. (2018). Gambaran Insomnia Pada Remaja Di SMK Negeri 2 Pekanbaru*

*Zhu, N., Zhang, D., Wang, W., Li, X., Yang, B., Song, J., Zhao, X., Huang, B., Shi, W., & Lu, R. (2020). A Novel Coronavirus From Patients With Pneumonia In China, 2019. New England Journal Of Medicine, 382(8), 727–733.*



**LAMPIRAN**





Lampiran 1 : Surat Izin Penelitian dari Fakultas



**UNIVERSITAS NASIONAL**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

Jl. Harsono RM No. 1 Ragunan, Jakarta Selatan 12550, Telp. 27870882  
Website: [www.unas.ac.id](http://www.unas.ac.id); Email: [fikes@civitas.unas.ac.id](mailto:fikes@civitas.unas.ac.id)

Jakarta, 02 November 2023

Nomor : 593/D/SP/FIKES/XI/2023  
Lampiran : -  
Perihal : **Izin Penelitian dan Pengambilan Data**

KepadaYth : Kepala Badan Diklat Kejaksaan RI  
Jl. Harsono RM No.6, Ragunan, Pasar  
Minggu.

Dengan hormat,

Pimpinan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Jakarta dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Dias Pradika  
NPM : 224201446129  
Program Studi : Keperawatan  
No. Telepon/HP : 085951151583

Mahasiswa tersebut bermaksud melakukan penelitian dan pengambilan data yang diperlukan dalam rangka penulisan skripsi dengan judul : **Hubungan Kualitas-Tidur dan Status Gizi dengan Tekanan Darah pada Lansia di Klinik Pratama Adhyaksa Badiklat Kejaksaan RI** Adapun sebagai pembimbing skripsi mahasiswa tersebut,yaitu :

Pembimbing 1 : Ns. Aisyiah, M.Kep., Sp.Kep.Kom  
Pembimbing 2 : Dr. dr. Andi Julia Rifiana, SH., M.Kes

Sehubungan dengan hal tersebut mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan bantuan.

Demikian surat ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.



Retno Widowati,

Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.

## Lampiran 2 : Surat Balasan Penelitian dari Instansi Penelitian



### KEJAKSAAN REPUBLIK INDONESIA BADAN PENDIDIKAN DAN PELATIHAN

Jl. RM. Harsono, RT.6/RW.7, Ragunan, Ps. Minggu, Kota Jakarta Selatan,  
Daerah Khusus Ibukota Jakarta 12550

#### SURAT IJIN PENELITIAN NOMOR : B-374/I.1/Is.2/11/2023

Yang bertandatangan dibawah ini menerangkan bahwa :

Nama : Dias Pradika, A.Md, Kep  
Pangkat : Madya Darma (II/c)  
NRP/NIP : 5219951 / 19990105 202012 1 005  
Judul : "Hubungan Kualitas Tidur dan Status Gizi dengan Tekanan darah pada Lansia di Klinik Pratama Adhyaksa Badiklat Kejaksaan RI"  
Waktu : -  
Untuk : Melaksanakan Penelitian dan Pengambilan Data di Lingkungan Badan Pendidikan dan Pelatihan Kejaksaan RI.

Dengan berdasarkan Surat dari Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Jakarta Nomor: 593/D/SP/FIKES/XI/2023 tanggal 02 November 2023, perihal Izin Penelitian dan Pengambilan Data, dengan ini memberikan ijin kepada yang bersangkutan untuk melakukan penelitian dan Pengambilan Data di Lingkungan Badan Pendidikan dan Pelatihan Kejaksaan RI

Dengan ketentuan :

1. Selama melaksanakan penelitian yang bersangkutan harus mengikuti ketentuan pelaksanaan penelitian yang berlaku di Badan Pendidikan dan Pelatihan Kejaksaan RI;
2. Hasil penelitian tersebut diharapkan menjadi bahan masukan bagi perencanaan program di Poliklinik Badan Pendidikan dan Pelatihan Kejaksaan RI;
3. Menyerahkan hasil penelitian tersebut kepada Sekretaris Badan Pendidikan dan Pelatihan Kejaksaan RI.

Jakarta, 10 November 2023

Sekretaris Badan Pendidikan dan Pelatihan,

Dr. Jaya Kesuma, SH., M.Hum  
Jaksa Utama Madya NIP. 19631225 198812 1 001

Tembusan :

1. Yth. Kepala Badan Diklat Kejaksaan RI;
2. Yth. Para Kepala Bagian pada Sekretariat Badiklat;
3. Arsip.

### Lampiran 3 : Surat Pengantar Sebagai Responden

#### SURAT PENGANTAR SEBAGAI RESPONDEN

Yth.

Bapak/Ibu Responden

Di Tempat

Dengan Hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Nasional:

Nama : Dias Pradika

NPM : 22420144619

Akan melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Kualitas Tidur dan Status Gizi dengan Tekanan Darah pada Lansia di Klinik Pratama Adhyaksa Badiklat Kejaksaan RI". Penelitian ini tidak akan menimbulkan akibat yang merugikan bagi responden. Kerahasiaan semua informasi akan dijaga dan dipergunakan untuk keperluan penelitian.

Jika responden tidak bersedia dalam penelitian, maka tidak akan ada ancaman dan paksaan. Jika responden menyetujui maka saya mohon atas kesediaannya menandatangani lembar persetujuan dan menjawab pertanyaan yang disertakan serta melakukan Tindakan yang sesuai dengan yang diinstruksikan.

Demikian permohonan ini saya sampaikan. Atas perhatian dan kesediaannya sebagai responden saya sampaikan terima kasih.

Peneliti



Dias Pradika

## Lampiran 4 : Informed Consent

### SURAT PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Parulian Sihalohe

Umur : 66 tahun

Jenis Kelamin : Laki - Laki

Alamat : Jl. Murgenda raya no. 26. kel. Depok,  
Kec. Pancoran Mas kota Depok

Menyatakan bersedia untuk menjadi subyek penelitian dari:

Nama : Dias Pradika

NPM : 224201446129

Fakultas : Ilmu Kesehatan Sarjana Keperawatan Universitas  
Nasional Jakarta

Setelah saya membaca prosedur penelitian yang terlampir, saya mengerti dan memahami dengan benar prosedur penelitian dengan judul "Hubungan Kualitas Tidur dan Status Gizi, dengan Tekanan Darah pada Lansia di Klinik Pratama Adhyaksa Badiklat Kejaksaan RI". Saya menyatakan sanggup menjadi sampel penelitian beserta segala risikonya dengan sebenar-benarnya tanpa satu paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 7 Desember 2023

(Parulian Sihalohe)

### SURAT PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Sumirah

Umur : 73 tahun

Jenis Kelamin : Perempuan

Alamat : Jl. Bhayangkara 1 no. 89 RT 01 / Rw 012  
Paku Jaya - Serpong Utara - Tangerang Selatan

Menyatakan bersedia untuk menjadi subyek penelitian dari:


Nama : Dias Pradika

NPM : 224201446129

Fakultas : Ilmu Kesehatan Sarjana Keperawatan Universitas  
Nasional Jakarta

Setelah saya membaca prosedur penelitian yang terlampir, saya mengerti dan memahami dengan benar prosedur penelitian dengan judul "Hubungan Kualitas Tidur dan Status Gizi, dengan Tekanan Darah pada Lansia di Klinik Pratama Adhyaksa Badiklat Kejaksaan RI". Saya menyatakan sanggup menjadi sampel penelitian beserta segala resikonya dengan sebenar-benarnya tanpa satu paksaan dari pihak manapun.

Jakarta, 07 Desember 2023

  
( Sumirah )





## Lampiran 5 : Instrumen Penelitian



### FORMULIR PEMERIKSAAN LANSIA KLINIK BADIKLAT KEJAKSAAN RI

#### A. DATA DIRI

Nama : Panutan Cikaloho  
Usia : 66 tahun

Jenis Kelamin :  Pria  
 Wanita

Pendidikan :  SD  S1  
 SMP  S2  
 SMA  S3  
 DIPLOMA 3

#### B. PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	107/98	mmHg (disi oleh peneliti)
Berat Badan	62	Kg (disi oleh peneliti)
Tinggi Badan	149	cm (disi oleh peneliti)
Indeks Massa Tubuh		(disi oleh peneliti)

#### C. PEMERIKSAAN KUALITAS TIDUR

1. Pukul berapa biasanya anda mulai tidur malam? Jam. 00.30 WIB
2. Berapa lama anda biasanya baru bisa tertidur tiap malam? 30 menit
3. Pukul berapa anda biasanya bangun pagi? Jam 03.45 WIB
4. Berapa lama anda tidur dimalam hari?  $\pm$  3 jam



## FORMULIR PEMERIKSAAN LANSIA KLINIK BADIKLAT KEJAKSAAN RI

5. Seberapa sering masalah masalah dibawah ini mengganggu tidur anda?	Tidak pernah dalam sebulan terakhir (0)	1x Seminggu (1)	2x Seminggu(2)	≥ 3x Seminggu(3)
a. Tidak mampu tertidur selama 30 menit sejak berbaring		✓		
b. Terbangun ditengah malam atau dini hari		✓		
c. Terbangun untuk ke kamar mandi			✓	
d. Sulit bernafas dengan baik			✓	
e. Batuk atau mengorok			✓	
f. Kedinginan di malam hari			✓	
g. Kepanasan di malam hari		✓		
h. Mimpi buruk		✓		
i. Terasa nyeri			✓	
j. Alasan lain.....				
6 Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda menggunakan obat tidur				
7 Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda mengantuk ketika melakukan aktivitas di siang hari			✓	
8 Selama satu bulan terakhir, berapa banyak masalah yang anda dapatkan dan seberapa antusias anda selesaikan permasalahan tersebut?	Tidak Antusias	Kecil	Sedang	Besar
9 Selama bulan terakhir, bagaiman anda menilai kepuasan tidur anda?	Sangat Baik (0)	Cukup Baik (1)	Cukup buruk (2)	Sangat Buruk (3)



## FORMULIR PEMERIKSAAN LANSIA KLINIK BADIKLAT KEJAKSAAN RI

### A. DATA DIRI

Nama : Sumirah  
Usia : 73 tahun  
Jenis Kelamin :  Pria

Wanita

Pendidikan :  SD  S1  
 SMP  S2  
 SMA  S3  
 DIPLOMA 3

### B. PEMERIKSAAN FISIK

Tekanan Darah	152/95	mmHg (dusi oleh peneliti)
Berat Badan	74	Kg (dusi oleh peneliti)
Tinggi Badan	152	cm (dusi oleh peneliti)
Indeks Massa Tubuh		(dusi oleh peneliti)

### C. PEMERIKSAAN KUALITAS TIDUR


1. Pukul berapa biasanya anda mulai tidur malam? 22.30 WIB
2. Berapa lama anda biasanya baru bisa tertidur tiap malam? 45 menit
3. Pukul berapa anda biasanya bangun pagi? 02.30 WIB
4. Berapa lama anda tidur dimalam hari? ± 4 jam



## FORMULIR PEMERIKSAAN LANSIA KLINIK BADIKLAT KEJAKSAAN RI

5. Seberapa sering masalah masalah dibawah ini mengganggu tidur anda?	Tidak pernah dalam sebulan terakhir (0)	1x Seminggu (1)	2x Seminggu(2)	≥ 3x Seminggu(3)	
a. Tidak mampu tertidur selama 30 menit sejak berbaring				✓	
b. Terbangun ditengah malam atau dini hari		★			✓
c. Terbangun untuk ke kamar mandi					✓
d. Sulit bernafas dengan baik				✓	
e. Batuk atau mengorok				✓	
f. Kedinginan di malam hari					✓
g. Kepanasan di malam hari					✓
h. Mimpi buruk					✓
i. Terasa nyeri					✓
j. Alasan lain .....					
6 Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda menggunakan obat tidur	✓				
7 Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda mengantuk ketika melakukan aktivitas di siang hari				✓	
8 Selama satu bulan terakhir, berapa banyak masalah yang anda dapatkan dan seberapa antusias anda selesaikan permasalahan tersebut?	Tidak Antusias ✓	Kecil	Sedang	Besar	
9 Selama bulan terakhir, bagaimana anda menilai kepuasan tidur anda?	Sangat Baik (0)	Cukup Baik (1)	Cukup buruk (2) ✓	Sangat Buruk (3)	

## Lampiran 6 : SOP Pengukuran Indeks Massa Tubuh

STANDAR OPERASIONAL POSEDUR MENGHITUNG IMT	
	SOP
	No Dokumen : _____
	No Revisi : _____
	Tanggal Terbit : _____
	Halaman : _____

A. Pengertian	Menghitung IMT merupakan alat sederhana untuk memantau status gizi Pada lansia khususnya yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan.
B. Tujuan	Sebagai acuan penerapan langkah-langkah dalam pengukuran status gizi Pada lansia
C. Referensi	Penilaian status gizi. Jakarta : EGC
D. Alat dan Bahan	Alat: 1. Timbangan; 2. Microtoise.
E. Langkah- Langkah	1. Petugas melakukan penimbangan berat badan 2. Petugas melakukan pengukuran tinggi badan; 3. Petugas menghitung IMT dengan rumus yang ada; $IMT = \frac{BB}{TB^2} \text{ (meter}^2\text{)}$ 4. Petugas mengklasifikasikan hasil IMT yang di dapat a. Kurus - Kekurangan berat badan tingkat berat < 17, 0 - Kekurangan berat badan tingkat ringan b. Normal > 18,5-25,0 c. Gemuk - Kelebihan berat badan tingkat ringan > 25,0-27,0 - Kelebihan berat badan tingkat berat > 27,0; 5. Petugas membacakan hasil perhitungan IMT dan memberi tahukan klasifikasinya.
F. Hal-hal yang perlu diperhatikan	1. Posisi kepala, punggung, pantat, betis dan tumit yang benar, pandangan lurus ke depan 2. Keterbatasan microtoise adalah memerlukan tempat dengan permukaan lantai dan dinding yang rata, serta tegak lurus tanpa tonjolan atau lengkungan di dinding 3. Bila tidak ditemukan dinding yang rata tegak lurus setinggi 2 meter, cari tiang rumah atau papan yang dapat digunakan untuk menempelkan microtoise



## Lampiran 7 : Form Penilaian Kuesioner PSQI

### Kisi - Kisi Kuesioner PSQI

No	Komponen	No.Item	Sistem Penilaian	
			Jawaban	Nilai Skor
1	kualitas Tidur Subyektif	9	Sangat Baik Baik Kurang Sangat kurang	0 1 2 3
2	Latensi Tidur	2	≤15 menit	0
			16-30 menit	1
			31-60 menit	2
	5a	>60 menit	3	
Skor Latensi Tidur	2+5a	0	0	
		1-2	1	
		3-4	2	
		5-6	3	
3	Durasi Tidur	4	> 7 jam 6-7 jam 5-6 jam < 5jam	0 1 2 3
4	Efisiensi Tidur Rumus : Durasi Tidur : lama di tempat tidur) X 100%	1, 3, 4	> 85% 75-84% 65-74% <65%	0 1 2 3
5	Gangguan Tidur	5b, 5c,	0	0
		5d, 5e,	1-9	1
		5f, 5g,	10-18	2
		5h, 5i,	19-27	3
		5i, 5j		
6	Penggunaan Obat	6	Tidak pernah 1x Seminggu 2x Seminggu >3x Seminggu	0 1 2 3

7	Disfungsi di siang hari	7	Tidak Pernah 1x Seminggu 2x Seminggu >3x Seminggu	0 1 2 3
		8	Tidak Antusias Kecil Sedang Besar	0 1 2 3
		7+8	0 1-2 3-4 5-6	0 1 2 3

Keterangan Kolom Nilai Skor:

- 0 = Sangat Baik
- 1 = Cukup Baik
- 2 = Agak Buruk
- 3 = Sangat Buruk

Untuk menentukan Skor akhir yang menyimpulkan kualitas Tidur keseluruhan:  
Jumlahkan semua hasil skor mulai dari komponen 1 sampai 7

Dengan hasil ukur:

- Baik :  $\leq 5$
- Buruk :  $> 5$

Muhibin Syah, 2006, Psikologi Belajar, Rajawali Pers: Bandung

Slameto, 2010, Belajar Dan Faktor- Faktor Yang Mempengaruhinya, Rineka Cipta:  
Jakarta

**Lampiran 8 : Master Tabel Hasil Penelitian**

NO	NAMA	JK	PEND	BB	TB	BMI		TD		SKOR KUALITAS TIDUR	
1	NN	WANITA	D3	69	1,62	26,29	Obesitas I	147/92	Hipertensi Tahap 1	11	Tidur Buruk
2	AM	WANITA	S1	71	1,56	29,17	Obesitas I	171/89	Hipertensi Tahap 2	1	Tidur Baik
3	ET	WANITA	S2	81	1,6	31,64	Obesitas II	123/60	Prehipertensi	2	Tidur Baik
4	NT	WANITA	S2	84	1,64	31,23	Obesitas II	125/69	Prehipertensi	2	Tidur Baik
5	AH	WANITA	S1	71	1,57	28,80	Obesitas I	109/80	Normal	9	Tidur Buruk
6	IB	WANITA	S2	76	1,62	28,96	Obesitas I	145/86	Hipertensi Tahap 1	10	Tidur Buruk
7	SK	WANITA	S1	77	1,59	30,46	Obesitas II	158/79	Hipertensi Tahap 1	10	Tidur Buruk
8	TJ	WANITA	S2	68	1,54	28,67	Obesitas I	147/84	Hipertensi Tahap 1	10	Tidur Buruk
9	NP	WANITA	D3	71	1,65	26,08	Obesitas I	154/89	Hipertensi Tahap 1	13	Tidur Buruk
10	ES	WANITA	S2	72	1,64	26,77	Obesitas I	145/78	Hipertensi Tahap 1	9	Tidur Buruk
11	AS	WANITA	S1	68	1,63	25,59	Obesitas I	186/98	Hipertensi Krisis	9	Tidur Buruk
12	SN	WANITA	S1	88	1,63	33,12	Obesitas II	192/102	Hipertensi Krisis	8	Tidur Buruk
13	AW	PRIA	D3	75	1,66	27,22	Obesitas I	112/81	Normal	1	Tidur Baik
14	SA	PRIA	S1	64	1,64	23,80	Overweig ht	122/82	Prehipertensi	7	Tidur Buruk
15	IW	WANITA	D3	55	1,56	22,60	Normal	115/70	Normal	10	Tidur Buruk
16	NH	WANITA	D3	49	1,57	19,88	Normal	121/81	Prehipertensi	10	Tidur Buruk
17	KA	PRIA	S1	64	1,69	22,41	Normal	112/84	Normal	10	Tidur Buruk
18	GN	PRIA	SMA	78	1,65	28,65	Obesitas I	125/71	Prehipertensi	2	Tidur Baik
19	SH	WANITA	S1	69	1,57	27,99	Obesitas I	169/78	Hipertensi Tahap 2	2	Tidur Baik
20	AS	WANITA	D3	73	1,57	29,62	Obesitas I	184/99	Hipertensi Krisis	7	Tidur Buruk
21	AD	PRIA	S1	58	1,67	20,80	Normal	124/87	Prehipertensi	8	Tidur Buruk
22	AR	PRIA	S1	62	1,68	21,97	Normal	107/72	Normal	9	Tidur Buruk
23	AM	WANITA	D3	84	1,61	32,41	Obesitas II	174/98	Hipertensi Tahap 2	3	Tidur Baik
24	TM	PRIA	S2	84	1,69	29,41	Obesitas I	155/93	Hipertensi Tahap 1	2	Tidur Baik
25	HH	WANITA	D3	61	1,65	22,41	Normal	123/74	Prehipertensi	10	Tidur Buruk
26	FY	PRIA	SMA	76	1,7	26,30	Obesitas I	129/89	Prehipertensi	7	Tidur Buruk
27	HR	PRIA	S1	43	1,52	18,61	Normal	112/72	Normal	8	Tidur Buruk
28	NR	WANITA	S1	70	1,62	26,67	Obesitas I	172/98	Hipertensi Tahap 2	8	Tidur Buruk

NO	NAMA	JK	PEND	BB	TB	BMI		TD		SKOR KUALITAS TIDUR	
29	ST	WANITA	D3	62	1,58	24,84	Overweig ht	131/83	Prehipertensi	8	Tidur Buruk
30	AT	PRIA	S1	66	1,67	23,67	Overweig ht	133/81	Prehipertensi	10	Tidur Buruk
31	PD	PRIA	S1	74	1,67	26,53	Obesitas I	172/99	Hipertensi Tahap 2	10	Tidur Buruk
32	SY	PRIA	S2	91	1,71	31,12	Obesitas II	174/92	Hipertensi Tahap 2	9	Tidur Buruk
33	DR	PRIA	S1	69	1,62	26,29	Obesitas I	188/102	Hipertensi Krisis	9	Tidur Buruk
34	YM	PRIA	S1	67	1,63	25,22	Obesitas I	130/72	Prehipertensi	10	Tidur Buruk
35	SM	WANITA	S1	84	1,67	30,12	Obesitas II	180/89	Hipertensi Krisis	9	Tidur Buruk
36	YL	WANITA	D3	66	1,54	27,83	Obesitas I	174/75	Hipertensi Tahap 2	10	Tidur Buruk
37	DY	WANITA	S1	69	1,54	29,09	Obesitas I	147/95	Hipertensi Tahap 1	11	Tidur Buruk
38	YY	WANITA	S1	69	1,52	29,86	Obesitas I	186/98	Hipertensi Krisis	9	Tidur Buruk
39	SM	WANITA	D3	74	1,58	29,64	Obesitas I	156/92	Hipertensi Tahap 1	9	Tidur Buruk
40	SI	WANITA	D3	81	1,53	34,60	Obesitas II	176/92	Hipertensi Tahap 2	8	Tidur Buruk
41	BR	WANITA	S1	77	1,61	29,71	Obesitas I	150/77	Hipertensi Tahap 1	10	Tidur Buruk
42	SD	WANITA	S1	82	1,7	28,37	Obesitas I	169/99	Hipertensi Tahap 2	9	Tidur Buruk
43	WY	WANITA	S1	75	1,62	28,58	Obesitas I	175/84	Hipertensi Tahap 2	9	Tidur Buruk
44	SS	WANITA	S1	71	1,55	29,55	Obesitas I	154/96	Hipertensi Tahap 1	9	Tidur Buruk
45	ND	PRIA	S2	84	1,73	28,07	Obesitas I	157/92	Hipertensi Tahap 1	9	Tidur Buruk
46	RT	PRIA	S1	76	1,68	26,93	Obesitas I	131/78	Prehipertensi	9	Tidur Buruk
47	SP	WANITA	S1	75	1,57	30,43	Obesitas II	153/91	Hipertensi Tahap 1	9	Tidur Buruk
48	AS	WANITA	S1	69	1,61	26,62	Obesitas I	144/91	Hipertensi Tahap 1	8	Tidur Buruk
49	BS	PRIA	S2	79	1,65	29,02	Obesitas I	174/101	Hipertensi Tahap 2	8	Tidur Buruk
50	AW	WANITA	S1	68	1,55	28,30	Obesitas I	109/79	Normal	2	Tidur Baik
51	SU	WANITA	D3	72	1,6	28,13	Obesitas I	149/92	Hipertensi Tahap 1	9	Tidur Buruk
52	GL	PRIA	S1	81	1,69	28,36	Obesitas I	119/82	Normal	2	Tidur Baik
53	JS	PRIA	S1	79	1,67	28,33	Obesitas I	153/98	Hipertensi Tahap 1	7	Tidur Buruk
54	SB	PRIA	S1	81	1,69	28,36	Obesitas I	164/97	Hipertensi Tahap 2	8	Tidur Buruk
55	TN	WANITA	S1	75	1,57	30,43	Obesitas II	142/93	Hipertensi Tahap 1	9	Tidur Buruk
56	SL	WANITA	S1	84	1,62	32,01	Obesitas II	157/91	Hipertensi Tahap 1	7	Tidur Buruk
57	ES	WANITA	S1	79	1,58	31,65	Obesitas II	162/98	Hipertensi Tahap 2	8	Tidur Buruk
58	AI	WANITA	S1	73	1,54	30,78	Obesitas II	182/94	Hipertensi Krisis	8	Tidur Buruk

NO	NAMA	JK	PEND	BB	TB	BMI		TD		SKOR KUALITAS TIDUR	
59	MT	WANITA	D3	72	1,54	30,36	Obesitas II	181/102	Hipertensi Krisis	8	Tidur Buruk
60	NL	WANITA	S1	81	1,58	32,45	Obesitas II	143/92	Hipertensi Tahap 1	8	Tidur Buruk
61	SU	WANITA	SMA	71	1,52	30,73	Obesitas II	148/91	Hipertensi Tahap 1	8	Tidur Buruk
62	RL	WANITA	S1	74	1,56	30,41	Obesitas II	151/91	Hipertensi Tahap 1	7	Tidur Buruk
63	SR	WANITA	S1	69	1,62	26,29	Obesitas I	154/91	Hipertensi Tahap 1	7	Tidur Buruk
64	SH	WANITA	S1	62	1,57	25,15	Obesitas I	120/73	Normal	2	Tidur Baik
65	AJ	PRIA	S1	66	1,58	26,44	Obesitas I	159/78	Hipertensi Tahap 1	8	Tidur Buruk
66	ND	WANITA	D3	64	1,61	24,69	Overweight	159/89	Hipertensi Tahap 1	7	Tidur Buruk
67	SM	WANITA	S1	71	1,59	28,08	Obesitas I	163/95	Hipertensi Tahap 2	8	Tidur Buruk
68	AW	WANITA	S1	48	1,57	19,47	Normal	171/92	Hipertensi Tahap 2	9	Tidur Buruk
69	BD	PRIA	S1	74	1,63	27,85	Obesitas I	112/72	Normal	3	Tidur Baik
70	SN	WANITA	S1	51	1,63	19,20	Normal	143/85	Hipertensi Tahap 1	8	Tidur Buruk
71	SG	PRIA	D3	73	1,64	27,14	Obesitas I	123/84	Prehipertensi	2	Tidur Baik
72	SN	PRIA	D3	68	1,64	25,28	Obesitas I	181/98	Hipertensi Krisis	8	Tidur Buruk
73	AG	WANITA	S2	51	1,58	20,43	Normal	155/90	Hipertensi Tahap 1	9	Tidur Buruk
74	AK	WANITA	S1	47	1,59	18,59	Normal	141/84	Hipertensi Tahap 1	8	Tidur Buruk
75	NC	WANITA	S1	69	1,64	25,65	Obesitas I	157/87	Hipertensi Tahap 1	9	Tidur Buruk
76	RU	PRIA	S1	69	1,65	25,34	Obesitas I	118/91	Normal	2	Tidur Baik
77	IS	WANITA	D3	73	1,62	27,82	Obesitas I	148/96	Hipertensi Tahap 1	9	Tidur Buruk
78	MR	WANITA	D3	72	1,61	27,78	Obesitas I	160/91	Hipertensi Tahap 2	9	Tidur Buruk
79	MH	WANITA	D3	68	1,54	28,67	Obesitas I	144/93	Hipertensi Tahap 1	7	Tidur Buruk
80	SL	PRIA	D3	69	1,61	26,62	Obesitas I	191/102	Hipertensi Krisis	9	Tidur Buruk
81	SI	WANITA	SD	74	1,52	32,03	Obesitas II	152/93	Hipertensi Tahap 1	16	Tidur Buruk
82	ST	WANITA	SMA	76	1,53	32,47	Obesitas II	147/92	Hipertensi Tahap 1	13	Tidur Buruk
83	PS	PRIA	S1	82	1,64	30,49	Obesitas II	167/98	Hipertensi Tahap 2	11	Tidur Buruk



Kategori	Jumlah
Underweight	0
Normal	11
Overweight	4
Obesitas I	48
Obesitas II	20

Tidur Baik	14
Tidur Buruk	69

Hipotensi	0
Normal	11
Prehipertensi	13
Hipertensi Tahap 1	32
Hipertensi Tahap 2	17
Hipertensi Krisis	10

Pria	27
Wanita	56

SD	1
SMP	0
SMA	4
D3	21
S1	47
S2	10



JENIS KELAMIN		PENDIDIKAN		STATUS GIZI		TEKANAN DARAH		KUALITAS TIDUR	
NO	JK	NO	PEND	NO	SG	NO	TD	NO	KT
1	2	1	2	1	4	1	4	1	2
2	2	2	2	2	4	2	5	2	1
3	2	3	2	3	5	3	3	3	1
4	2	4	2	4	5	4	3	4	1
5	2	5	2	5	4	5	2	5	2
6	2	6	2	6	4	6	4	6	2
7	2	7	2	7	5	7	4	7	2
8	2	8	2	8	4	8	4	8	2
9	2	9	2	9	4	9	4	9	2
10	2	10	2	10	4	10	4	10	2
11	2	11	2	11	4	11	6	11	2
12	2	12	2	12	5	12	6	12	2
13	1	13	2	13	4	13	2	13	1
14	1	14	2	14	3	14	3	14	2
15	2	15	2	15	2	15	2	15	2
16	2	16	2	16	2	16	3	16	2
17	1	17	2	17	2	17	2	17	2
18	1	18	2	18	4	18	3	18	1
19	2	19	2	19	4	19	5	19	1
20	2	20	2	20	4	20	6	20	2
21	1	21	2	21	2	21	3	21	2
22	1	22	2	22	2	22	2	22	2
23	2	23	2	23	5	23	5	23	1
24	1	24	2	24	4	24	4	24	1
25	2	25	2	25	2	25	3	25	2
26	1	26	2	26	4	26	3	26	2
27	1	27	2	27	2	27	2	27	2
28	2	28	2	28	4	28	5	28	2
29	2	29	2	29	3	29	3	29	2
30	1	30	2	30	3	30	3	30	2
31	1	31	2	31	4	31	5	31	2
32	1	32	2	32	5	32	5	32	2
33	1	33	2	33	4	33	6	33	2
34	1	34	2	34	4	34	3	34	2
35	2	35	2	35	5	35	6	35	2
36	2	36	2	36	4	36	5	36	2
37	2	37	2	37	4	37	4	37	2
38	2	38	2	38	4	38	6	38	2
39	2	39	2	39	4	39	4	39	2
40	2	40	2	40	5	40	5	40	2
41	2	41	2	41	4	41	4	41	2
42	2	42	2	42	4	42	5	42	2
43	2	43	2	43	4	43	5	43	2
44	2	44	2	44	4	44	4	44	2
45	1	45	2	45	4	45	4	45	2
46	1	46	2	46	4	46	3	46	2
47	2	47	2	47	5	47	4	47	2
48	2	48	2	48	4	48	4	48	2

JENIS KELAMIN		PENDIDIKAN		STATUS GIZI		TEKANAN DARAH		KUALITAS TIDUR	
NO	JK	NO	PEND	NO	SG	NO	TD	NO	KT
49	1	49	2	49	4	49	5	49	2
50	2	50	2	50	4	50	2	50	1
51	2	51	2	51	4	51	4	51	2
52	1	52	2	52	4	52	2	52	1
53	1	53	2	53	4	53	4	53	2
54	1	54	2	54	4	54	5	54	2
55	2	55	2	55	5	55	4	55	2
56	2	56	2	56	5	56	4	56	2
57	2	57	2	57	5	57	5	57	2
58	2	58	2	58	5	58	6	58	2
59	2	59	2	59	5	59	6	59	2
60	2	60	2	60	5	60	4	60	2
61	2	61	2	61	5	61	4	61	2
62	2	62	2	62	5	62	4	62	2
63	2	63	2	63	4	63	4	63	2
64	2	64	2	64	4	64	2	64	1
65	1	65	2	65	4	65	4	65	2
66	2	66	2	66	3	66	4	66	2
67	2	67	2	67	4	67	5	67	2
68	2	68	2	68	2	68	5	68	2
69	1	69	2	69	4	69	2	69	1
70	2	70	2	70	2	70	4	70	2
71	1	71	2	71	4	71	3	71	1
72	1	72	2	72	4	72	6	72	2
73	2	73	2	73	2	73	4	73	2
74	2	74	2	74	2	74	4	74	2
75	2	75	2	75	4	75	4	75	2
76	1	76	2	76	4	76	2	76	1
77	2	77	2	77	4	77	4	77	2
78	2	78	2	78	4	78	5	78	2
79	2	79	2	79	4	79	4	79	2
80	1	80	2	80	4	80	6	80	2
81	2	81	1	81	5	81	4	81	2
82	2	82	2	82	5	82	4	82	2
83	1	83	2	83	5	83	5	83	2

KETERANGAN									
PRIA	1	PENDIDIKAN RENDAH	1	UNDER WEIGHT	1	HIPOTENSI	1	KUALITAS TIDUR BAIK	1
WANITA	2	PENDIDIKAN TINGGI	2	NORMAL	2	NORMAL	2	KUALITAS TIDUR BURUK	2
				OVER WEIGHT	3	PREHIPERTENS I	3		
				OBESITAS 1	4	HIPERTENSI TAHAP 1	4		
				OBESITAS 2	5	HIPERTENSI TAHAP 2	5		
						HIPERTENSI KRISIS	6		

**Lampiran 9 : Hasil Output Analisa Data SPSS**

**Karakteristik Responden**

		Statistics	
		JENIS KELAMIN	PENDIDIKAN TERAKHIR
N	Valid	83	83
	Missing	6	6
Mean		1,67	4,72
Median		2,00	5,00
Minimum		1	1
Maximum		2	6

		JENIS KELAMIN			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	PRIA	27	30,3	32,5	32,5
	WANITA	56	62,9	67,5	100,0
	Total	83	93,3	100,0	
Missing	System	6	6,7		
Total		89	100,0		

		PENDIDIKAN TERAKHIR			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	PENDIDIKAN RENDAH	1	1,1	1,2	1,2
	PENDIDIKAN TINGGI	82	92,1	98,8	100,0
	Total	83	93,3	100,0	
Missing	System	6	6,7		
Total		89	100,0		

## Distribusi Frekuensi

### Frequencies

		Statistics		
		TEKANAN DARAH	KUALITAS TIDUR	STATUS GIZI
N	Valid	83	83	83
	Missing	0	0	0
Mean		4,02	1,83	3,73
Median		4,00	2,00	4,00
Minimum		2	1	1
Maximum		6	2	5

### Frequency Table

		TEKANAN DARAH			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	NORMAL	11	13,3	13,3	13,3
	PREHIPERTENSI	13	15,7	15,7	28,9
	HIPERTENSI TAHAP 1	32	38,6	38,6	67,5
	HIPERTENSI TAHAP 2	17	20,5	20,5	88,0
	HIPERTENSI KRISIS	10	12,0	12,0	100,0
Total		83	100,0	100,0	

		KUALITAS TIDUR			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	KUALITAS TIDUR BAIK	14	16,9	16,9	16,9
	KUALITAS TIDUR BURUK	69	83,1	83,1	100,0
Total		83	100,0	100,0	

		STATUS GIZI			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	NORMAL	11	13,3	13,3	13,3
	OVERWEIGHT	4	4,8	4,8	18,1
	OBESITAS 1	48	57,8	57,8	75,9
	OBESITAS 2	20	24,1	24,1	100,0
	Total	83	100,0	100,0	



## Hubungan Kualitas tidur dan Tekanan Darah

### Case Processing Summary

	Valid		Cases Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
<b>KUALITAS TIDUR * TEKANAN DARAH</b>	83	100,0%	0	0,0%	83	100,0%

### KUALITAS TIDUR \* TEKANAN DARAH Crosstabulation

		TEKANAN DARAH					Total	
		NORMAL	PREHIPERTENSI	HIPERTENSI TAHAP 1	HIPERTENSI TAHAP 2	HIPERTENSI KRISIS		
KUALITAS TIDUR	KUALITAS TIDUR BAIK	Count	6	4	1	3	0	14
		Expected Count	1,9	2,2	5,4	2,9	1,7	14,0
		% within KUALITAS TIDUR	42,9%	28,6%	7,1%	21,4%	0,0%	100,0%
		% within TEKANAN DARAH	54,5%	30,8%	3,1%	17,6%	0,0%	16,9%
		% of Total	7,2%	4,8%	1,2%	3,6%	0,0%	16,9%
	KUALITAS TIDUR BURUK	Count	5	9	31	14	10	69
		Expected Count	9,1	10,8	26,6	14,1	8,3	69,0
		% within KUALITAS TIDUR	7,2%	13,0%	44,9%	20,3%	14,5%	100,0%
		% within TEKANAN DARAH	45,5%	69,2%	96,9%	82,4%	100,0%	83,1%
		% of Total	6,0%	10,8%	37,3%	16,9%	12,0%	83,1%
Total	Count	11	13	32	17	10	83	
	Expected Count	11,0	13,0	32,0	17,0	10,0	83,0	
	% within KUALITAS TIDUR	13,3%	15,7%	38,6%	20,5%	12,0%	100,0%	
	% within TEKANAN DARAH	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	
	% of Total	13,3%	15,7%	38,6%	20,5%	12,0%	100,0%	

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	19,274 <sup>a</sup>	4	,001
Likelihood Ratio	19,377	4	,001
Linear-by-Linear Association	10,998	1	,001
N of Valid Cases	83		

a. 4 cells (40,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1,69.

## Hubungan Status gizi dan Tekanan Darah

### Case Processing Summary

	N	Valid		Cases Missing		Total	
		N	Percent	N	Percent	N	Percent
STATUS GIZI * TEKANAN DARAH	83	83	100,0%	0	0,0%	83	100,0%

### STATUS GIZI \* TEKANAN DARAH Crosstabulation

		TEKANAN DARAH					Total
		NORMAL	PREHIPE RTENSI	HIPERTEN SI TAHAP 1	HIPERTEN SI TAHAP 2	HIPERTEN SI KRISIS	
STATUS NORMAL GIZI	Count	4	3	3	1	0	11
	Expected Count	1,5	1,7	4,2	2,3	1,3	11,0
	% within STATUS GIZI	36,4%	27,3%	27,3%	9,1%	0,0%	100,0%
	% within TEKANAN DARAH	36,4%	23,1%	9,4%	5,9%	0,0%	13,3%
	% of Total	4,8%	3,6%	3,6%	1,2%	0,0%	13,3%
OVER WEIGHT	Count	0	3	1	0	0	4
	Expected Count	,5	,6	1,5	,8	,5	4,0
	% within STATUS GIZI	0,0%	75,0%	25,0%	0,0%	0,0%	100,0%
	% within TEKANAN DARAH	0,0%	23,1%	3,1%	0,0%	0,0%	4,8%
	% of Total	0,0%	3,6%	1,2%	0,0%	0,0%	4,8%
OBESITAS 1	Count	7	5	19	11	6	48
	Expected Count	6,4	7,5	18,5	9,8	5,8	48,0
	% within STATUS GIZI	14,6%	10,4%	39,6%	22,9%	12,5%	100,0%
	% within TEKANAN DARAH	63,6%	38,5%	59,4%	64,7%	60,0%	57,8%
	% of Total	8,4%	6,0%	22,9%	13,3%	7,2%	57,8%
OBESITAS 2	Count	0	2	9	5	4	20
	Expected Count	2,7	3,1	7,7	4,1	2,4	20,0
	% within STATUS GIZI	0,0%	10,0%	45,0%	25,0%	20,0%	100,0%
	% within TEKANAN DARAH	0,0%	15,4%	28,1%	29,4%	40,0%	24,1%
	% of Total	0,0%	2,4%	10,8%	6,0%	4,8%	24,1%
Total	Count	11	13	32	17	10	83
	Expected Count	11,0	13,0	32,0	17,0	10,0	83,0
	% within STATUS GIZI	13,3%	15,7%	38,6%	20,5%	12,0%	100,0%
	% within TEKANAN DARAH	13,3%	15,7%	38,6%	20,5%	12,0%	100,0%

	% within TEKANAN DARAH	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
	% of Total	13,3%	15,7%	38,6%	20,5%	12,0%	100,0%

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	24,371 <sup>a</sup>	12	,018
Likelihood Ratio	24,442	12	,018
Linear-by-Linear Association	12,417	1	,000
N of Valid Cases	83		

a. 14 cells (70,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,48.



## Lampiran 10 : Lembar Konsultasi Bimbingan Skripsi

### Lembar Konsultasi/Bimbingan Skripsi

Nama : Dias Pradika  
NPM : 224201446129  
Program Studi : S-1 Keperawatan

Judul Skripsi : Hubungan Kualitas Tidur dan Status Gizi dengan Tekanan Darah pada Lansia di Klinik Pratama Adhyaksa Badiklat Kejaksaan RI Jakarta Tahun 2023

Dosen Pembimbing 1 : Ns. Aisyiah, Sp.Kep.Kom.

Dosen Pembimbing 2 : Dr. dr. Andi Julia Rifiana, SH., M.Kes.

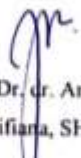
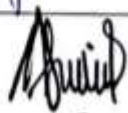
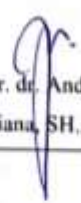
#### Kegiatan Konsultasi

NO	Hari/ Tanggal	Materi Konsultasi	Saran Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
1	Selasa, 10 Oktober 2023	Pengajuan Judul Skripsi	1. Pertimbangkan Judul Skripsi 2. Cari Prevalensi dan Referensi Jurnal yang mendukung	 Ns. Aisyiah, M. Kep., Sp.Kep.Kom
2	Kamis, 12 Oktober 2023	Pengajuan Judul Skripsi	1. Cari Prevalensi di dunia, Indonesia, DKI Jakarta, dan di tempat penelitian 2. Cari Jurnal yang mendukung	 Dr. dr. Andi Julia Rifiana, SH., M.Kes
3	Senin, 16 Oktober 2023	Tata cara penulisan proposal penelitian dan konsultasi judul skripsi	Tata cara penulisan proposal penelitian mengikuti panduan yang sudah ditentukan oleh Fikes Unas	 Ns. Aisyiah, M. Kep., Sp.Kep.Kom

4	Selasa, 17 Oktober 2023	Pengajuan Online judul skripsi	Lanjutkan Pengerjaan BAB I	 Ns. Aisyiah, M. Kep., Sp.Kep.Kom
5	Selasa, 24 Oktober 2023	Konsultasi BAB I Skripsi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lengkapi Prevalensi di DKI Jakarta dan tempat penelitian</li> <li>2. Tambahkan hasil studi pendahuluan di tempat penelitian</li> <li>3. Perbaiki kalimat tiap paragraph menjadi kalimat yang bersambung.</li> <li>4. Penambahan jurnal penelitian yang mendukung</li> </ol>	 Ns. Aisyiah, M. Kep., Sp.Kep.Kom
6	Selasa, 31 Oktober 2023	Konsultasi proposal penelitian BAB 1- BAB 3	<p>BAB 1:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penulisan Daftar Pustaka pada latar belakang</li> <li>2. Penambahan minimal 3 jurnal penelitian terkait pada latar belakang</li> <li>3. Menghapus paragraph yang tidak relevan pada latar belakang</li> <li>4. Penulisan tujuan khusus penelitian (Mengidentifikasi diganti menjadi diketahui)</li> <li>5. Penulisan manfaat penelitian sesuaikan dengan buku panduan</li> </ol>	 Ns. Aisyiah, M. Kep., Sp.Kep.Kom

7	Kamis, 2 November 2023	Bimbingan Proposal penelitian BAB 1- BAB 3	BAB 3: 1. Teknik pengambilan sampel di ganti menjadi purposive sampling 2. Tambahkan kerangka konsep pada BAB 2	 Dr. dr. Andi Julia Rifiana, SH., M.Kes
8	Selasa, 7 November 2023	Revisi perbaikan proposal penelitian BAB 1- BAB 3	BAB 1: 1. Penambahan hubungan lain missal kebiasaan olahraga yang biasanya dilakukan subjek peneliti dalam mengatasi masalah yang akan diteliti pada latar belakang 2. Jurnal penelitian orang lain pada latar belakang harus d disesuaikan dengan napa yang akan diteliti  BAB2: 1. Tata cara penulisan dirapikan dan disesuaikan dengan buku panduan 2. Tambahkan Fisiologi tidur dan Fisiologi tekanan darah 3. Tambahkan kerangka konsep 4. Perbaiki hipotesis penelitian	  Ns. Aisyiah, M. Kep., Sp.Kep.Kom
9	Jum'at, 10 November 2023	Revisi perbaikan proposal penelitian BAB 1- BAB 3	BAB 1: Latar Belakang masalah diperkuat BAB 3:	



			<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kotak rancangan penelitian disesuaikan dengan buku panduan</li> <li>2. Kriteria inklusi dan eksklusi dihapus: Sebagian disesuaikan dengan penelitian yang akan dibahas</li> <li>3. Waktu penelitian mulai dari November - Desember 2023</li> <li>4. Pengisian definisi operasional disesuaikan dengan buku panduan</li> <li>5. Penulisan Teknik pengambilan data, pengolahan data dan etika penelitian disesuaikan dengan buku panduan</li> </ol>	 Dr. dr. Andi Julia Rifiana, SH., M.Kes
10	Selasa, 21 November 2023	Bimbingan Skripsi BAB 1-3	ACC Pengambilan Data	 Ns. Aisyiah, M. Kcp., Sp.Kep.Kom
11	Kamis, 30 November 2023	Bimbingan Skripsi BAB 1-3	ACC Pengambilan Data	 Dr. dr. Andi Julia Rifiana, SH., M.Kes

12	Selasa, 12 Desember 2023	Bimbingan Skripsi hasil penelitian dan BAB 4	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perbaiki uji spearman menjadi uji chi square</li> <li>2. Tambah referensi pembahasan mengenai hubungan kualitas tidur dan tekanan darah</li> <li>3. Perbaiki table sesuaikan dengan hasil SPSS</li> <li>4. Lanjutkan BAB 5</li> </ol>	 Ns. Aisyiah, M. Kep., Sp.Kep.Kom
13	Jum'at, 15 Desember 2023	Bimbingan Skripsi BAB 4 dan BAB 5	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perbaiki table pada hasil penelitian</li> <li>2. Tambah referensi jurnal minimal 3 jurnal sebagai pembanding hasil penelitian</li> <li>3. Perbaiki Daftar Pustaka</li> </ol>	 Dr. dr. Andi Julia Rifiana, SH., M.Kes
14	Kamis, 21 Desember 2023	Bimbingan BAB 4 dan BAB 5	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perbaiki sitasi pada pembahasan</li> <li>2. Perbaiki kalimat yang seharusnya cetak miring</li> <li>3. Penulisan kesimpulan diganti menjadi simpulan</li> </ol>	 Ns. Aisyiah, M. Kep., Sp.Kep.Kom
15	Jum'at, 5 Januari 2024	Bimbingan Skripsi BAB 1-BAB 5	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perbaiki Daftar Pustaka dan rapikan skripsi</li> <li>2. Susun Abstrak Penelitian dan mulai membuat naskah publikasi</li> <li>3. Cari Referensi untuk publikasi di Coping Jurnal</li> </ol>	 Dr. dr. Andi Julia Rifiana, SH., M.Kes
16	Selasa, 9 Januari 2024	Bimbingan Skripsi BAB 1 -BAB 5	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perbaiki Daftar Pustaka</li> <li>2. Tambahkan pengantar sebelum menuliskan simpulan hasil penelitian</li> </ol>	 Ns. Aisyiah, M. Kep., Sp.Kep.Kom

17	Jum'at, 13 Januari 2014	Bimbingan Skripsi BAB 1 -BAB 5	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perhatikan tata penulisan dan sesuaikan dengan buku panduan</li> <li>2. Perbaiki kata pengantar hapus kata Bapak/Ibu.</li> <li>3. Dokumentasi penelitian pada lampiran untuk diberikan keterangan sesuai foto.</li> </ol>	 Dr. dr. Andi Julia Rifiana, SH., M.Kes
18	Rabu, 17 Januari 2014	Bimbingan skripsi bab 1 - bab 5	 Aec Soang	
19	Senin, 22 Jan 2014		 Aec Soang	
20.				

## Lampiran 11 : Identitas Penulis

### Biodata Penulis

Nama : Dias Pradika

NPM : 224201446129

Alamat : Jl. Saco 2 No. 26, Kelurahan Ragunan,

Kecamatan Pasar Minggu, Kota Jakarta Selatan

Email : diazpradika@gmail.com

Pendidikan : Universitas Nasional (2022-2024)

Poltekkes Kemenkes Semarang (2016-2019)

SMA Negeri 2 Purbalingga 2013-2016)

SMP Negeri 5 Purbaalingga (2010-2013)

SD Negeri 2 Kaligondang (2004-2010)

Pekerjaan : Klinik Pratama Adhyaksa Badiklat Kejaksaan RI



## Lampiran 12 : Dokumentasi Penelitian

Penjelasan kepada responden dan Kontrak waktu pelaksanaan penelitian.





Pengisian inform consent dan instrument penelitian berupa kuesioner kualitas tidur oleh responden.







Pengukuran tinggi badan dan berat badan responden untuk selanjutnya mengukur Indeks Massa Tubuh (IMT)





Pengukuran tekanan darah pada responden









## Lampiran 13 : Letter Of Acceptance



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS UDAYANA  
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
DAN PENDIDIKAN PROFESI NERS  
**Community of Publishing in Nursing (COPING)**

Alamat: Jl. PB Sudirman Denpasar Bali 80232  
Telepon: (0361) 222510, Fax: (0361) 246656, email: [psik@unud.ac.id](mailto:psik@unud.ac.id)

### SURAT KETERANGAN PUBLIKASI

005/COPING/PA/I/2024

Surat keterangan ini menyatakan bahwa judul naskah ilmiah yang tertera di bawah ini telah lulus dalam proses review dan diterima pada jurnal keperawatan *Community of Publishing in Nursing (COPING)*.

Nama Penulis : Dias Pradika, Aisyiah Aisyiah, Andi Julia Rifiana  
Judul Artikel : Hubungan Kualitas Tidur dan Status Gizi dengan Tekanan Darah pada Lansia di Klinik Pratama Adhyaksa Badiklat Kejaksaan RI Jakarta Tahun 2023

Naskah ilmiah akan diterbitkan secara *online* pada :  
Terbitan : Volume 12, No 3, Juni 2024  
Alamat URL : <https://ojs.unud.ac.id/index.php/coping>

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 31 Januari 2024

Ketua Dewan Redaksi COPING



Ns. Meril Valentine Manangkot, S.Kep., M.Kep  
NIP. 198902122022032005

## Lampiran 14 : Uji Similaritas Naskah Skripsi



UNAS LIBRARY

to me ▾

Selamat Pagi,

Hasil uji similaritas turnitin kamu adalah 22%

note : jika ingin turnitin kembali harap mengirimkan file dari bab 1-5 saja

Note : Untuk Meminimalisir hasil uji turnitin, kamu bisa menggunakan aplikasi uji Turnitin gratis pada web online terlebih dahulu, misalnya [net/ https://www.gustext.com/](https://www.gustext.com/), <https://www.plagiarismchecker.co/>

Kind Regards,

• Staff -

Librarian Of National University



Similarity Report ID: oid:3618:52462582

PAPER NAME

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DAN STAT  
US GIZI DENGAN TEKANAN DARAH PAD  
A LANSIA DI KLINIK PRATAMA.docx**

AUTHOR

**Dias Pradika**

WORD COUNT

**26238 Words**

CHARACTER COUNT

**175686 Characters**

PAGE COUNT

**161 Pages**

FILE SIZE

**2.4MB**

SUBMISSION DATE

**Feb 19, 2024 8:04 AM GMT+7**

REPORT DATE

**Feb 19, 2024 8:07 AM GMT+7**

### ● 22% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

- 8% Internet database
- 3% Publications database
- Crossref database
- Crossref Posted Content database
- 20% Submitted Works database

### ● Excluded from Similarity Report

- Small Matches (Less than 8 words)