

LAMPIRAN

Lampiran 01. Surat Studi Pendahuluan



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS KEDOKTERAN

Jl. Udayana No.11, Singaraja, Bali, Kode Pos 81116
Email : fk@undiksha.ac.id

Nomor : 198 /UN48.24/PP/2023
Lampiran : -
Hal : Permohonan Izin Studi Pendahuluan

Singaraja, 15 Maret 2023

Yth. Kepala Panti Sosial Tresna Werda Jara Mara Pati, Kecamatan Banjar, Kabupaten Buleleng
di
Tempat.

Dengan hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat studi di Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha diwajibkan untuk menyusun skripsi, sehubungan dengan perihal tersebut kami mohon bantuan Bapak /Ibu agar mengizinkan mahasiswa di bawah ini untuk meminta data penunjang di instansi yang Bapak/Ibu pimpin.

Nama : Putu Citra Cahyanti
NIM : 2018011007
Prodi : Kedokteran
Fakultas : Kedokteran
Judul Penelitian : Perbedaan Kualitas Tidur Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werda Jara Mara Pati, Kecamatan Banjar, Kabupaten Buleleng, Bali

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terimakasih.



Prof. Dr. M. Ahmad Djojosingito, dr.Sp.OT(K), MHA, MBA.
NIK: 1942062720180501380

Tembusan:
Koordinator Prodi Kedokteran FK Undiksha

Lampiran 02. Naskah Penjelasan Penelitian

Kami meminta Saudara/i untuk berpartisipasi dalam penelitian. Kepesertaan dari penelitian ini bersifat sukarela. Mohon agar dibaca penjelasan dibawah dan silakan bertanya bila ada pertanyaan/ bila ada hal hal yang kurang jelas.

GAMBARAN KUALITAS TIDUR LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDA JARA MARA PATI, KECAMATAN BANJAR, KABUPATEN BULELENG, BALI	
Peneliti Utama	Putu Citra Cahyanti
Prodi/ Fakultas/ Univ/ Departmen/ Instansi	Kedokteran/Fakultas Kedokteran/Universitas Pendidikan Ganesha
Peneliti Lain	-
Lokasi Penelitian	Panti Sosial Tresna Werda Jara Mara Pati, Kecamatan Banjar, Kabupaten Buleleng, Bali
Sponsor/ Sumber pendanaan	Peneliti utama

Penjelasan tentang penelitian

a. Latar Belakang:

Gangguan kualitas tidur menjadi keluhan yang paling utama pada kalangan lansia dan menjadi tantangan besar bagi kesehatan masyarakat. Berdasarkan data epidemiologi, 50% lansia di Indonesia mengalami gangguan kualitas tidur. Apabila gangguan kualitas tidur tersebut tidak disadari dan tidak diatasi segera, maka dapat meningkatkan risiko timbulnya penyakit multipatologis pada lansia. Disamping itu, keberadaan lansia di Panti Werda yang jauh dari dukungan keluarga dapat meningkatkan risiko terjadinya gangguan kualitas tidur sehingga membutuhkan perhatian yang lebih.

b. Tujuan Penelitian:

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kualitas tidur serta mengidentifikasi 7 komponen kualitas tidur (kualitas tidur subjektif, latensi tidur, skor latensi tidur, durasi tidur, efisiensi tidur, gangguan tidur, penggunaan obat, serta disfungsi pada siang hari) pada lansia di Panti Sosial Tresna Werda Jara Mara Pati.

c. Subjek Penelitian

Kriteria Inklusi:

- Lansia Panti Sosial Tresna Werda Jara Mara Pati yang bersedia untuk menjadi bagian dari penelitian.
- Lansia Panti Sosial Tresna Werda Jara Mara Pati yang kooperatif dan mampu berkomunikasi baik.

Kriteria Eksklusi:

- Lansia Panti Sosial Tresna Werda Jara Mara Pati yang tidak bersedia menjadi bagian dari penelitian.
- Lansia Panti Sosial Tresna Werda Jara Mara Pati yang tidak kooperatif dan

mengalami kesulitan berkomunikasi dengan baik.

d. Jumlah Subjek Penelitian:

- Jumlah subjek penelitian: 40 orang

e. Prosedur penelitian:

Proses pengumpulan data dari penelitian ini sebagai berikut

12. Mendapatkan ijin dari Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha dan pihak Panti Sosial Tresna Werda Jara Mara Pati Buleleng
13. Melakukan observasi awal terhadap data yang diperlukan
14. Menjaga protokol kesehatan dalam upaya pencegahan penularan penyakit (memakai *hand sanitizer* serta menggunakan masker)
15. Memberikan salam sapa dan menyampaikan perkenalan diri
16. Menjelaskan maksud serta prosedur penelitian kepada responden
17. Meminta persetujuan pengisian kuesioner dengan responden
18. Membantu responden dalam mengisi jawaban dari pertanyaan di kuesioner
19. Memeriksa kembali lembar kuesioner yang sudah diisi
20. Mengucapkan terima kasih dan salam penutup kepada responden
21. Melakukan pengolahan dan analisis data
22. Menyimpulkan hasil

f. Durasi penelitian:

Penelitian ini dilakukan dalam rentang waktu Juli 2023- Agustus 2023. Lama pengisian kuisisioner yang diberikan kepada responden yaitu 60 menit.

Manfaat yang didapat oleh peserta penelitian

Penelitian ini menambah keterampilan dan pengalaman peneliti dalam melaksanakan penelitian serta menambah wawasan terkait gambaran kualitas tidur lansia di Panti Sosial Tresna Werda Jara Mara Pati.

Ketidaknyamanan dan risiko/ kerugian yang mungkin akan dialami oleh peserta penelitian

Dalam penelitian yang melibatkan pengisian kuesioner seperti ini, ketidaknyamanan dan risiko yang mungkin dialami oleh peserta penelitian biasanya bersifat rendah. Berikut adalah beberapa potensi ketidaknyamanan dan risiko yang dapat terjadi dalam prosedur penelitian ini:

- Privasi dan kerahasiaan: Dalam konteks penelitian ini, keraguan responden menyampaikan informasi pribadi. Oleh karena itu, peneliti wajib menjelaskan bahwa privasi dan kerahasiaan jawaban dari responden akan terjamin saat penyimpanan serta pengelolaan data. Pastikan bahwa data pribadi mereka tidak akan diungkapkan tanpa persetujuan mereka dan hanya akan digunakan untuk tujuan penelitian yang ditentukan.

- Efek psikologis yang tidak diinginkan: efek psikologis yang tidak diinginkan pada responden selama atau setelah penelitian. Penting untuk mempertimbangkan dampak emosional yang mungkin dialami oleh partisipan saat pengambilan data. Peneliti mengetahui prosedur untuk mendeteksi dan menangani reaksi negatif atau keterlibatan yang memerlukan dukungan psikologis.

Dalam konteks ini, prosedur yang dilakukan dalam penelitian ini dapat dikategorikan sebagai tindakan berisiko rendah. Risiko yang terkait dengan pengisian kuesioner umumnya sudah menjadi pengetahuan umum dan jarang terjadi kejadian yang merugikan.

Penelitian ini sudah disetujui oleh Komite Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Undiksha yang telah melakukan telaah proposal.

Kompensasi, biaya pemeriksaan/ tindakan, dan ketersediaan perawatan medis bila terjadi akibat yang tidak diinginkan

Peneliti bertanggungjawab terhadap dampak yang ditimbulkan oleh prosedur medis yang dilakukan dalam penelitian. Prosedur medis yang dilakukan pada penelitian ini adalah prosedur standar yang berisiko rendah. Tetapi bila terjadi dampak medis sebagai akibat langsung dari prosedur penelitian, peneliti/ sponsor akan menanggung biaya pengobatannya sesuai dengan standar pengobatan yang berlaku.

Kerahasiaan Data Peserta Penelitian

Untuk menjaga kerahasiaan data peserta penelitian, peneliti perlu mengambil langkah-langkah yang memadai dan bertanggung jawab. Berikut adalah beberapa upaya yang dapat dilakukan oleh peneliti untuk menjaga kerahasiaan data peserta penelitian:

- **Informed Consent:** Peneliti wajib menjelaskan secara rinci mengenai tujuan penelitian, penggunaan data, dan langkah-langkah yang akan diambil untuk menjaga kerahasiaan informasi yang dikumpulkan sebelum dilakukan pengambilan data. Responden wajib memberikan persetujuan tertulis sebelum dilibatkan dalam penelitian.
- **Identitas Anonim:** Peneliti harus memastikan bahwa data yang dikumpulkan tidak terhubung dengan identitas peserta secara langsung. Identitas peserta harus dijaga kerahasiaannya dan hanya diakses oleh peneliti yang terlibat langsung dalam penelitian. Identitas peserta harus dihapus atau diubah menjadi kode unik saat data dianalisis dan dilaporkan.
- **Keamanan Data:** Data harus disimpan dalam sistem yang terlindungi dengan baik, seperti server yang aman atau penyimpanan terenkripsi. Hanya anggota tim penelitian yang berwenang yang boleh mengakses data

tersebut, dan perlu dibuat kebijakan yang mengatur penggunaan dan penyebarluasan data.

- Penghapusan Data: Setelah penelitian selesai, peneliti harus merencanakan penghapusan data peserta yang tidak lagi diperlukan. Data yang tersimpan dalam bentuk fisik atau elektronik harus dihancurkan secara aman sesuai dengan kebijakan yang telah ditetapkan.
- Kerahasiaan dalam Publikasi: Saat melaporkan hasil penelitian, peneliti harus memastikan bahwa data peserta yang diidentifikasi tidak diungkapkan. Data harus diagregat dan disajikan secara anonim untuk melindungi privasi peserta.
- Kode Etik dan Hukum: Peneliti harus mematuhi kode etik penelitian dan peraturan hukum yang berlaku terkait dengan privasi dan kerahasiaan data. Mereka harus memahami dan mematuhi persyaratan yang ditetapkan oleh lembaga penelitian, komite etik, atau badan regulasi terkait.

Dengan menerapkan langkah-langkah ini, peneliti dapat menjaga kerahasiaan data peserta penelitian dan memberikan perlindungan yang memadai terhadap informasi pribadi peserta. Penting bagi peneliti untuk menjalankan tanggung jawab mereka dengan itikad baik dan memprioritaskan keamanan dan privasi data peserta penelitian.

Kepesertaan pada penelitian ini adalah sukarela.

Kepesertaan Bapak/Ibu/Saudara/i pada penelitian ini bersifat sukarela. Bapak/Ibu/Saudara/i dapat menolak untuk menjawab pertanyaan yang diajukan pada penelitian atau menghentikan kepesertaan dari penelitian kapan saja tanpa ada sanksi.

JIKA SETUJU UNTUK MENJADI PESERTA PENELITIAN

Jika setuju untuk menjadi peserta penelitian ini, Bapak/Ibu/Saudara/i diminta untuk menandatangani formulir 'Persetujuan Setelah Penjelasan (*Informed Consent*)' Sebagai *Peserta Penelitian/ *Wali' setelah Bapak/Ibu/Saudara/i benar benar memahami tentang penelitian ini. Bapak/ Ibu akan diberi Salinan persetujuan yang sudah ditanda tangani ini.

Bila selama berlangsungnya penelitian terdapat perkembangan baru yang dapat mempengaruhi keputusan Bapak/Ibu/Saudara/i untuk kelanjutan kepesertaan dalam penelitian, peneliti akan menyampaikan hal ini kepada Bapak/Ibu/Saudara/i.

Bila ada pertanyaan yang perlu disampaikan kepada peneliti, silakan hubungi Putu Citra Cahyanti, 085238902446, citra.cahyanti@undiksha.ac.id

Tanda tangan Bapak/ Ibu dibawah ini menunjukkan bahwa Bapak/ Ibu telah membaca, telah memahami dan telah mendapat kesempatan untuk bertanya kepada peneliti tentang penelitian ini dan **menyetujui untuk menjadi peserta penelitian.**

Lampiran 03. Formulir Persetujuan Responden Penelitian

Saya telah membaca atau memperoleh penjelasan, sepenuhnya menyadari, mengerti, dan memahami tentang tujuan, manfaat, dan risiko yang mungkin timbul dalam penelitian, serta telah diberi kesempatan untuk bertanya dan telah dijawab dengan memuaskan, juga sewaktu-waktu dapat mengundurkan diri anak/orang tua/saudara/kerabat: _____ *) dari keikutsertaannya, maka saya

setuju/tidak setuju *) ikut dalam penelitian ini, yang berjudul:

GAMBARAN KUALITAS TIDUR LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDA JARA MARA PATI, KECAMATAN BANJAR, KABUPATEN BULELENG, BALI

Saya dengan sukarela memilih untuk ikut serta dalam penelitian ini tanpa tekanan/paksaan siapapun. Saya akan diberikan salinan lembar penjelasan dan formulir persetujuan yang telah saya tandatangani untuk arsip saya.

	Tanggal Persetujuan	Tanda tangan (bila tidak bisa dapat digunakan cap jempol)
Nama Peserta:		
Usia:		
Alamat:		
No. HP:		
Nama wali:		
Alamat:		
No. HP:		
Nama Peneliti:		
Nama Saksi:		

*) Coret yang tidak perlu

Lampiran 04. Kuisisioner Penelitian *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)* Berbahasa Indonesia

**KUESIONER KUALITAS TIDUR
PITTSBURGH SLEEP QUALITY INDEX (PSQI) BERBAHASA
INDONESIA PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDA
JARA MARA PATI BULELENG**

Kuesioner ini digunakan sebagai instrumen untuk penyusunan skripsi mengenai "**Gambaran Tingkat Kualitas Tidur pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werda Jara Mara Pati Buleleng**" pada tahun 2023 oleh Putu Citra Cahyanti (2018011007) mahasiswa Fakultas Kedokteran, Universitas Pendidikan Ganesha.

Mohon kesediaan Bapak/Ibu/Saudara/I untuk meluangkan waktu mengisi kuisisioner ini secara **lengkap** dan **benar**. Semua kerahasiaan responden akan **aman dan terjaga**. Terima kasih atas bantuannya.

Petunjuk pengisian kuisisioner:

1. Responden diharapkan untuk mencantumkan informasi secara lengkap dan benar
2. Responden diharapkan untuk menuliskan data dengan menggunakan huruf kapital.
3. Responden diharapkan untuk menggunakan tanda centang pada kuisisioner.

Tanggal Pengisian: /..... /2023

NAMA :
USIA :
JENIS KELAMIN :
 Perempuan
 Laki- laki

RIWAYAT PENYAKIT :
 Diabetes
 Jantung Koroner
 Stroke
 Lainnya:

PENDIDIKAN TERAKHIR :
 Tidak lulus SD
 Lulus SD
 Lulus SMP
 Lulus SMA/SMK/ sederajat
 Lulus Perguruan Tinggi

DURASI TINGGAL DI PANTI:
 < 3 Tahun
 ≥ 3 Tahun

KUESIONER KUALITAS TIDUR

PITTSBURGH SLEEP QUALITY INDEX (PSQI) BERBAHASA INDONESIA

1. Pukul berapa biasanya anda mulai tidur malam? (beranjak ke tempat tidur)

Jawaban:

2. Berapa lama anda biasanya baru bisa tertidur tiap malam?

Jawaban:

3. Pukul berapa anda biasanya bangun pagi? (terbangun dari tempat tidur)

Jawaban:

4. Berapa lama anda tidur di malam hari?

Jawaban:

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?				
		Tidak Antusias (0)	Kecil (1)	Sedang (2)	Besar (3)
8	Selama satu bulan terakhir, berapa banyak masalah yang anda dapatkan dan seberapa antusias anda selesaikan permasalahan tersebut?				
		Sangat Baik (0)	Cukup Baik (1)	Cukup buruk (2)	Sangat Buruk (3)
9.	Selama bulan terakhir, bagaimana anda menilai kepuasan tidur anda?				

Lampiran 05.Kisi-Kisi Kuesioner Penelitian

Kisi - Kisi Kuesioner PSQI Berbahasa Indonesia

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
	Skor Latensi Tidur	2+5a	>60 menit	3
Tidak Pernah			0	
1x Seminggu			1	
		5a	2x Seminggu	2
			>3x Seminggu	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% *Durasi Tidur (no.4) *Lama Tidur (kalkulasi respon no.1 dan 3 sebagai lama waktu yang dihabiskan di tempat tidur)	1, 3, 4	> 85% 75-84% 65-74% <65%	0 1 2 3
5	Gangguan Tidur	5b, 5c, 5d, 5e, 5f, 5g, 5h, 5i, 5j	Tidak Pernah 1x Seminggu 2x Seminggu >3x Seminggu	0 1 2 3
	Skor Gangguan Tidur	5b+5c+	0	0

		5d+5e+ 5f+5g+ 5h+ 5i+5j	1-9 10-18 19-27	1 2 3
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
	Skor Disfungsi di Siang hari	7+8	0 1-2 3-4 5-6	0 1 2 3

Untuk menentukan skor akhir kualitas tidur keseluruhan yaitu dengan menjumlahkan semua hasil skor mulai dari komponen 1 sampai 7

Skor komponen 1:

Skor komponen 2:

Skor komponen 3:

Skor komponen 4:

Skor komponen 5:

Skor komponen 6:

Skor komponen 7:

Skor Global PSQI:

Dengan hasil ukur:

- Baik : ≤ 5
- Buruk : > 5

Lampiran 06. Surat Permohonan Ijin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS KEDOKTERAN

Jl. Udayana No.11, Singaraja, Bali, Kode Pos 81116
Email : fk@undiksha.ac.id

Nomor : 406/UN48.24/PL/2022
Lampiran : -
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

Singaraja, 23 Mei 2023

Yth. Kepala Panti Sosial Tresna Werda Jara Mara Pati, Kecamatan Banjar, Kabupaten Buleleng
di
Tempat.

Dengan hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat studi di Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha diwajibkan untuk menyusun skripsi, sehubungan dengan perihal tersebut kami mohon bantuan Bapak /Ibu agar mengijinkan mahasiswa di bawah ini untuk melakukan penelitian di instansi yang Bapak/Ibu pimpin.

Nama : Putu Citra Cahyanti

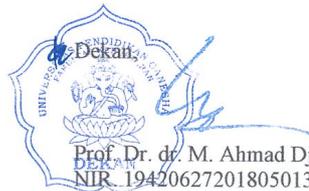
NIM : 2018011007

Prodi : Kedokteran

Fakultas : Kedokteran

Judul Penelitian : Gambaran Kualitas Tidur Lansia di Panti Sosial Tresna Werda Jara Mara Pati, Kecamatan Banjar, Kabupaten Buleleng, Bali

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama diucapkan terimakasih.



Prof. Dr. dr. M. Ahmad Djojosingito, Sp.B., Sp.OT(K), MHA, MBA, FICS.
NIR. 1942062720180501380

Lampiran 08. Surat Permohonan Etik



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS KEDOKTERAN
KOMITE ETIK PENELITIAN
Jl. Udayana No.11, Singaraja, Bali, Kode Pos 81116

FL/06-06

SURAT PENGANTAR KELAIKAN ETIK

Singaraja, 23 Mei 2023

Yth. Ketua Komite Etik Penelitian
Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha
Singaraja

Dengan hormat,
Saya yang bertandatangan di bawah ini bermaksud mengajukan permohonan kaji etik penelitian:

Nama (dengan gelar) : Putu Citra Cahyanti
NIM/NIP/NIR/NIK : 2018011007
Pekerjaan : Mahasiswa
Institusi : Universitas Pendidikan Ganesha
Judul Penelitian : Gambaran Kualitas Tidur Lansia di Panti Sosial Tresna Werda
Jara Mara Pati, Kecamatan Banjar, Kabupaten Buleleng, Bali
Pembimbing 1/Promotor : Dr.dr. Ketut Indra Purnomo S.Ked., M.Kes.
Pembimbing 2/Ko Promotor : dr. I Ketut S. Kapakisan T., Sp. N

Demikian surat permohonan ini saya buat dengan sebenar-benarnya, atas perhatiannya saya ucapkan terima kasih.

Menyetujui,
Pembimbing 1/ Promotor

Dr.dr. Ketut Indra Purnomo S.Ked., M.Kes.
NIP. 198103212008121003

Pengusul

Putu Citra Cahyanti
NIM. 2018011007

Mengetahui,
Atasan Institusi

(Prof. Dr. dr. M. Ahmad Djojoesugito, Sp.B., Sp.OT(K), MHA, MBA, FICS.)
NIR. 1942062720180501380

Lampiran 09. Surat Keterangan Lolos Kaji Etik (Ethical Clearance) Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS KEDOKTERAN
KOMITE ETIK PENELITIAN
Jl. Udayana No.11, Singamta, Bali, Kode Pos 81116

Nomor : 009/UN48.24.11/LT/2023
Lampiran : 1 gabung
Hal : Penyerahan *Ethical Exemption*

Yth.
Putu Citra Cahyanti
di tempat

Dengan hormat,

Bersama ini kami menyerahkan *Ethical Exemption/Keterangan Pembebasan Etik* Nomor: 003/01/26/05/2023, tertanggal 29 Mei 2023

Hal-hal yang perlu diperhatikan :

1. Surat kelaikan etik hanya berlaku satu tahun sejak tanggal dikeluarkan.
2. Setelah selesai melaksanakan penelitian, peneliti utama wajib menyerahkan 1 (satu) rangkap hasil penelitian.
3. Jika ada perubahan yang menyangkut dengan hal penelitian atau perpanjangan penelitian, mohon untuk melaporkan ke Komite Etik Penelitian (KEP) Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.
4. Jika ada kejadian serius yang tidak diinginkan (KTD) harus segera dilaporkan ke Komite Etik Penelitian (KEP) Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Ditetapkan di : Singaraja

Tanggal : 29 Mei 2023

Ketua

Dr. dr. Komang Hendra Setiawan, S.Ked., M.Kes.
NIP. 198209302009121003

Tembusan :

1. Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha
2. Peneliti Utama
3. Arsip



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
FAKULTAS KEDOKTERAN
KOMITE ETIK PENELITIAN

Jl. Udayana No.11, Singaraja, Bali, Kode Pos 81116
Email :

**KETERANGAN PEMBEBASAN ETIK
(ETHICAL EXEMPTION)
No: 010/UN48.24.11/LT/2023**

Komite Etik Penelitian Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha, dalam upaya melindungi hak asasi manusia dan kesejahteraan subjek penelitian dan menjamin bahwa penelitian yang menggunakan formulir survei/registrasi/surveilans/Empidemiologi/Humaniora/Sosial Budaya/Bahan Biologi Tersimpan/Sel Punca dan non klinis lainnya berjalan dengan memperhatikan implikasi etik, hukum, sosial, non klinis lainnya yang berlaku, telah mengkaji teliti proposal penelitian berjudul : The Reaserch Ethics Committee Faculty of Medicine Universitas Pendidikan Ganesha, in order to protect the right and welfare of the research subject, and to guaranty that the research using survei questionnaire/registry/surveillance/epidemiology/humaniora/social-cultural/archived biological materials/stem cell/other non-clinical materials, will carried out according to ethical, legal, social implications and other applicable regulations,has been thoroughly reviewed the proposal entitled:

**“Gambaran Kualitas Tidur Lansia Di Panti Sosial Tresna Werda Jara Mara Pati,
Kecamatan Banjar, Kabupaten Buleleng, Bali”**

Nomor Prokotel : 003/01/26/05/2023
Nama Penelitian Utama : Putu Citra Cahyanti
Principal Researcher
Pembimbing/Peneliti Lain : 1. Dr. dr. Ketut Indra Purnomo, S. Ked., M. Kes.
Supervisor/Other Researcher 2. dr. I Ketut S. Kapakistan T., Sp. N.

Nama Institusi : Fakultas Kedokteran, Undiksha
Institution
Tempat Penelitian : Panti Sosial Tresna Werda Jara Mara Pati
Research location
proposal tersebut dibebaskan pelaksanaannya.
hereby declare that the proposal is exempted.

Ditetapkan di : Singaraja
Issued in
Tanggal : 29 Mei 2023
Date
Ketua
Chairman,

Dr. dr. Komang Hendra Setiawan, S.Ked., M.Kes.
NIP. 198209302009121003

Lampiran 010. Hasil Pengolahan Data dengan SPSS

Usia (tahun)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	60-65 Tahun	7	17.5	17.5	17.5
	66-74 Tahun	18	45.0	45.0	62.5
	75-90 Tahun	13	32.5	32.5	95.0
	≥ 90 Tahun	2	5.0	5.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Perempuan	29	72.5	72.5	72.5
	Laki-laki	11	27.5	27.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Tingkat Pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak lulus SD	30	75.0	75.0	75.0
	Lulus SD	4	10.0	10.0	85.0
	Lulus SMP	4	10.0	10.0	95.0
	Lulus SMA	2	5.0	5.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Riwayat Penyakit

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Ada Riwayat Penyakit	26	65.0	65.0	65.0
	Jantung Koroner	2	5.0	5.0	70.0
	Stroke	2	5.0	5.0	75.0
	Lainnya	10	25.0	25.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Durasi Tinggal di Pant

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	< 3 Tahun	17	42.5	42.5	42.5
	≥ 3 Tahun	23	57.5	57.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Kebiasaan Minum Kopi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ya	38	95.0	95.0	95.0
	Tidak	2	5.0	5.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Kebiasaan Merokok

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ya	8	20.0	20.0	20.0
	Tidak	32	80.0	80.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

TABEL KOMPONEN KUALITAS TIDUR

Kualitas Tidur Subjektif

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik (0,1)	22	55.0	55.0	55.0
	Buruk(2,3)	18	45.0	45.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Latensi Tidur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik (0)	5	12.5	12.5	12.5
	Buruk (1-3)	35	87.5	87.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Durasi Tidur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik atau direkomendasikan (0)	11	27.5	27.5	27.5
	Cukup (1)	10	25.0	25.0	52.5
	Buruk (2,3)	19	47.5	47.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Efisiensi Tidur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik (0)	26	65.0	65.0	65.0
	Buruk (1-3)	14	35.0	35.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Gangguan Tidur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah (0,1)	30	75.0	75.0	75.0
	Tinggi (2,3)	10	25.0	25.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Penggunaan Obat

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah dalam 1 bulan (0)	38	95.0	95.0	95.0
	<1/minggu atau ≥1/minggu (1-3)	2	5.0	5.0	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

Disfungsi di Siang Hari

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid <1/minggu atau d ≥1/minggu (1-3)	40	100.0	100.0	100.0

Kualitas Tidur

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Baik	9	22.5	22.5	22.5
Buruk	31	77.5	77.5	100.0
Total	40	100.0	100.0	

Usia (tahun) * Kualitas Tidur

Crosstab

Count

		Kualitas Tidur		Total
		Baik	Buruk	
Usia (tahun)	60-65 Tahun	1	6	7
	66-74 Tahun	4	14	18
	75-90 Tahun	4	9	13
	≥ 90 Tahun	0	2	2
Total		9	31	40

Jenis Kelamin * Kualitas Tidur**Crosstab**

Count

		Kualitas Tidur		Total
		Baik	Buruk	
Jenis Kelamin	Perempuan	3	26	29
	Laki-laki	6	5	11
Total		9	31	40

Tingkat Pendidikan * Kualitas Tidur**Crosstab**

Count

		Kualitas Tidur		Total
		Baik	Buruk	
Tingkat Pendidikan	Tidak lulus SD	6	24	30
	Lulus SD	1	3	4
	Lulus SMP	1	3	4
	Lulus SMA	1	1	2
Total		9	31	40

Riwayat Penyakit * Kualitas Tidur**Crosstab**

Count

		Kualitas Tidur		Total
		Baik	Buruk	
Riwayat Penyakit	Tidak Ada Riwayat Penyakit	5	21	26
	Jantung Koroner	0	2	2
	Stroke	1	1	2
	Lainnya	3	7	10
Total		9	31	40

Durasi Tinggal di Panti * Kualitas Tidur**Crosstab**

Count

		Kualitas Tidur		Total
		Baik	Buruk	
Durasi Tinggal di Panti	< 3 Tahun	2	15	17
	≥ 3 Tahun	7	16	23
Total		9	31	40

Kebiasaan Minum Kopi * Kualitas Tidur**Crosstab**

Count

		Kualitas Tidur		Total
		Baik	Buruk	
Kebiasaan Minum Kopi	Ya	7	31	38
	Tidak	2	0	2
Total		9	31	40

Kebiasaan Merokok * Kualitas Tidur**Crosstab**

Count

		Kualitas Tidur		Total
		Baik	Buruk	
Kebiasaan Merokok	Ya	3	5	8
	Tidak	6	26	32
Total		9	31	40

Kualitas Tidur Subjektif * Kualitas Tidur Crosstabulation

Count

		Kualitas Tidur		Total
		Baik	Buruk	
Kualitas Tidur Subjektif	Baik (0,1)	8	14	22
	Buruk(2,3)	1	17	18
Total		9	31	40

Latensi Tidur * Kualitas Tidur Crosstabulation

Count

		Kualitas Tidur		Total
		Baik	Buruk	
Latensi Tidur	Baik (0)	4	1	5
	Buruk (1-3)	5	30	35
Total		9	31	40

Durasi Tidur * Kualitas Tidur Crosstabulation

Count

		Kualitas Tidur		Total
		Baik	Buruk	
Durasi Tidur	Baik atau direkomendasikan (0)	5	6	11
	Cukup (1)	2	8	10
	Buruk (2,3)	2	17	19
Total		9	31	40

Efisiensi Tidur * Kualitas Tidur Crosstabulation

Count

		Kualitas Tidur		Total
		Baik	Buruk	
Efisiensi Tidur	Baik (0)	9	17	26
	Buruk (1-3)	0	14	14
Total		9	31	40

Gangguan Tidur * Kualitas Tidur Crosstabulation

Count

		Kualitas Tidur		Total
		Baik	Buruk	
Gangguan Tidur	Rendah (0,1)	9	21	30
	Tinggi (2,3)	0	10	10
Total		9	31	40

Penggunaan Obat * Kualitas Tidur Crosstabulation

Count

		Kualitas Tidur		Total
		Baik	Buruk	
Penggunaan Obat	Tidak pernah dalam 1 bulan (0)	9	29	38
	<1/minggu atau ≥1/minggu (1-3)	0	2	2
	Total	9	31	40

Disfungsi di Siang Hari * Kualitas Tidur Crosstabulation

Count

		Kualitas Tidur		Total
		Baik	Buruk	
Disfungsi di Siang Hari	<1/minggu atau ≥1/minggu (1-3)	9	31	40
Total		9	31	40

Lampiran 011.Dokumentasi Kegiatan



Lampiran 012.Lembar Bimbingan Dosen Pembimbing I



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
 UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
 FAKULTAS KEDOKTERAN
 Jl. Udayana No.11, Singaraja, Kabupaten Buleleng, Bali
 E-Mail : FKUndiksha@gmail.com
 Laman : www.fk.undiksha.ac.id

LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa/NIM : Putu Citra Cahyanti/2018011007
 Judul Skripsi : Gambaran Kualitas Tidur Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werda Jara Mara Pati, Kecamatan Banjar, Kabupaten Buleleng, Bali
 Pembimbing I : Dr. dr. Ketut Indra Purnomo, S. Ked., M. Kes.

No	Tanggal	Uraian Bimbingan	Tanda Tangan Dosen	Tanda Tangan Mahasiswa
1.	Senin, 20 Februari 2023	Bimbingan terkait judul skripsi		Citra
2.	Jumat, 3 Maret 2023	Bimbingan terkait judul skripsi		Citra
3.	Senin, 6 Maret 2023	Bimbingan BAB I		Citra
4.	Senin, 13 Maret 2023	Bimbingan BAB II		Citra
5.	Senin, 27 Maret 2023	Bimbingan BAB III		Citra
6.	Kamis, 30 Maret 2023	Bimbingan BAB I, II, III		Citra
7.	Jumat, 31 Maret 2023	Meminta perselujuan berkas-berkas		Citra
8.	Selasa, 23 Mei 2023	Bimbingan BAB IV		Citra
9.	Selasa, 29 Agustus 2023	Bimbingan BAB IV dan V		Citra
10.	Kamis, 12 Oktober 2023	Bimbingan BAB V dan VI		Citra
11.	Rabu, 6 Desember 2023	Meminta perselujuan berkas		Citra

Lampiran 013. Daftar Hadir Bimbingan Dosen Pembimbing I



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
 UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
 FAKULTAS KEDOKTERAN
 Jl. Udayana No.11, Singaraja, Kabupaten Buleleng, Bali
 E-Mail : FKUndiksha@gmail.com
 Laman : www.fk.undiksha.ac.id

DAFTAR HADIR MAHASISWA BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Putu Citra Cahyanti
 NIM : 2018011007
 Judul Skripsi : Gambaran Kualitas Tidur Pada Lansia di Panti Sosial Tresna
 Werda Jara Mara Pati, Kecamatan Banjar, Kabupaten Buleleng,
 Bali

No	Tanggal	Perihal Bimbingan/Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
1.	Senin, 20 Februari	Bimbingan terkait judul skripsi	
2.	Jumat, 3 Maret 2023	Bimbingan terkait judul skripsi	
3.	Senin, 6 Maret 2023	Bimbingan Bab I	
4.	Senin, 13 Maret 2023	Bimbingan Bab II	
5.	Senin, 27 Maret 2023	Bimbingan Bab III	
6.	Kamis, 30 Maret 2023	Bimbingan Bab I, II, III	
7.	Jumat, 31 Maret 2023	Meminta persetujuan bukas-berkas	
8.	Selasa, 23 Mei 2023	Bimbingan BAB IV	
9.	Selasa, 29 Agustus 2023	Bimbingan BAB IV dan V	
10.	Kamis, 12 Oktober 2023	Bimbingan BAB V dan VI	
11.	Rabu, 6 Desember 2023	Meminta persetujuan bukas	

Lampiran 014. Lembar Bimbingan Dosen Pembimbing II



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
 UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
 FAKULTAS KEDOKTERAN
 Jl. Udayana No. 11, Singaraja, Kabupaten Buleleng, Bali
 E-Mail : FKUndiksha@gmail.com
 Laman : www.fk.undiksha.ac.id

LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa/NIM : Putu Citra Cahyanti/2018011007
 Judul Skripsi : Gambaran Kualitas Tidur Pada Lansia di Panti Sosial Tresna
 Werda Jara Mara Pati, Kecamatan Banjar, Kabupaten Buleleng,
 Bali
 Pembimbing II : dr. I Ketut S. Kapakisan T., Sp. N

No	Tanggal	Uraian Bimbingan	Tanda Tangan Dosen	Tanda Tangan Mahasiswa
1.	Senin, 27 Februari 2023	Bimbingan terkait judul skripsi		Citra
2.	Selasa, 21 Maret 2023	Bimbingan terkait BAB I, II, III		Citra
3.	Senin, 3 April 2023	Bimbingan dan meminta persetujuan		Citra
4.	Selasa, 18 April 2023	Meminta tanda tangan berkas		Citra
5.	Rabu, 25 Oktober 2023	Bimbingan terkait BAB IV		Citra
6.	Jumat, 8 Desember 2023	Bimbingan terkait BAB V & VI		Citra
7.	Rabu, 6 Desember 2023	Bimbingan dan Persetujuan Berkas		Citra

Lampiran 015. Daftar Hadir Bimbingan Dosen Pembimbing II



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
 UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
 FAKULTAS KEDOKTERAN
 Jl. Udayana No. 11, Singaraja, Kabupaten Buleleng, Bali
 E-Mail : FKUndiksha@gmail.com
 Laman : www.fk.undiksha.ac.id

DAFTAR HADIR MAHASISWA BIMBINGAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Putu Citra Cahyanti
 NIM : 2018011007
 Judul Skripsi : Gambaran Kualitas Tidur Pada Lansia di Panti Sosial Tresna
 Werda Jara Mara Pati, Kecamatan Banjar, Kabupaten Buleleng,
 Bali

No	Tanggal	Perihal Bimbingan/Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
1.	Senin, 27 Februari 2023	Bimbingan terkait judul skripsi	
2.	Selasa, 21 Maret 2023	Bimbingan terkait BAB I, II, III	
3.	Senin, 3 April 2023	Bimbingan dan meminta persetujuan betas	
4.	Selasa, 18 April 2023	Meminta tanda tangan betas	
5.	Rabu, 25 Oktober 2023	Bimbingan terkait BAB IV	
6.	Jumat, 1 Desember 2022	Bimbingan terkait BAB V & VI	
7.	Rabu, 6 Desember 2023	Persetujuan Betas	

RIWAYAT HIDUP



Putu Citra Cahyanti lahir di Singaraja pada tanggal 1 November 2001. Penulis lahir dari pasangan suami istri Bapak Putu Gede Wiriasa dan Ibu Nyoman Suartini. Penulis berkebangsaan Indonesia dan beragama Hindu. Kini penulis beralamat di Jalan Srikandi Gang Lely III No 1, Kabupaten Buleleng, Provinsi Bali. Penulis menyelesaikan pendidikan dasar di SD Lab Undiksha dan lulus pada tahun 2014. Kemudian penulis melanjutkan pendidikan di SMP Negeri 1 Singaraja dan lulus tahun 2017. Pada tahun 2020, penulis lulus dari SMA Negeri 1 Singaraja jurusan Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam (MIPA) dan melanjutkan ke Program S1 Kedokteran di Universitas Pendidikan Ganesha. Pada semester akhir tahun 2023, penulis telah menyelesaikan skripsi yang berjudul “Gambaran Kualitas Tidur Lansia di Panti Sosial Tresna Werda Jara Mara Pati, Kecamatan Banjar, Kabupaten Buleleng, Bali”. Selanjutnya, mulai tahun 2020 sampai dengan penulisan skripsi ini, penulis masih terdaftar sebagai mahasiswa Program S-1 Kedokteran di Universitas Pendidikan Ganesha.