SKRIPSI

HUBUNGAN FUNGSI KOGNITIF DENGAN KUALITAS TIDUR PRA LANSIA DAN LANSIA DI POSYANDU DESA SIMBATAN KABUPATEN MAGETAN

Disusun Oleh:
AGUSTIN BERLIANA PUTRI
202202052

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BHAKTI HUSADA MULIA
MADIUN
2026

SKRIPSI

HUBUNGAN FUNGSI KOGNITIF DENGAN KUALITAS TIDUR PRA LANSIA DAN LANSIA DI POSYANDU DESA SIMBATAN KABUPATEN MAGETAN

Untuk Memperoleh Gelar Sarjna Keperawatan (S.Kep)
Dalam Program Studi S1 Keperawatan

Disusun Oleh:
AGUSTIN BERLIANA PUTRI
202202052

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN

2026

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi oleh :

Nama : Agustin Berliana Putri
Nim : 202202052
Program Studi : Keperawatan
Judul : HUBUNGAN FUNGSI KOGNITIF DENGAN KUALITAS TIDUR LANSIA DI POSYANDU LANSIA DESA SIMBATAN KABUPATEN MAGETAN

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Skripsi pada tanggal 01 Februari 2026

Oleh :

Pembimbing I	Pembimbing II
(Asrina Pitayanti, S.Kep.,Ns.,M.Kes)	(Aris Hartono, S.Kep., Ns., M.Kes)
NUPTK. 5243759660231063	NUPTK. 4748756657130142

Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan

(Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep)
NUPTK. 9933767668237032

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini oleh:

Nama	: Agustin Berliana Putri
Nim	: 202202052
Program Studi	: Keperawatan
Judul	: HUBUNGAN FUNGSI KOGNITIF DENGAN KUALITAS TIDUR PRA LANSIA DAN LANSIA DI POSYANDU DESA SIMBATAN KABUPATEN MAGETAN

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi dan dinyatakan telah memenuhi syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Pada Tanggal 11 Februari 2026

Oleh:

Dewan Penguji

Ketua : Hariyadi, S.Kp., M.Pd
NUPTK. 1441746647130083 :.....

Penguji I : Asrina Pitayanti, S.Kep., Ns., M.Kes
NUPTK. 5243759660231063 :.....

Penguji II : Aris Hartono, S.Kep., Ns., M.Kes
NUPTK. 4748756657130142 :.....

Mengesahkan
Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun
Ketua

Dr. Retno Widiarini, S.KM., M.Kes
NUPTK. 7860759660230162

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Agustin Berliana Putri

NIM : 202202052

Judul : HUBUNGAN FUNGSI KOGNITIF DENGAN KUALITAS TIDUR PRA LANSIA DAN LANSIA DI POSYANDU DESA SIMBATAN KABUPATEN MAGETAN

Dengan ini menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan dalam memperoleh gelar sarjana keperawatan (S.Kep) di suatu perguruaan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan, baik yang sudah maupun belum/tidak dipublikasikan, sumbernya dijelaskan dalam tulisan daftar pusraka.

Madiun, 11 Februari 2026

Agustin Berliana Putri
NIM: 202202052

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama	: Agustin Berliana Putri
Jenis kelamin	: Perempuan
Tempat, tanggal Lahir	: Magetan, 28 Agustus 2003
Agama	: Islam
Alamat	: Desa. Simbatan, Kec. Nguntoronadi Kab. Magetan
Email	: berliannnshlsy@gmail.com
Riwayat Pendidikan	:

2007 – 2009	:	Pendidikan Taman Kanak-Kanak Dharma Wanita Desa Simbatan
2009 – 2015	:	Sekolah Dasar Negeri Simbatan 2
2015 – 2018	:	Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Nguntoronadi
2018 – 2021	:	Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kawedanan
2022 – Sekarang	:	Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Husada Mulia Madiun.

ABSTRAK

HUBUNGAN FUNGSI KOGNITIF DENGAN KUALITAS TIDUR PRA LANSIA DAN LANSIA DI POSYANDU DESA SIMBATAN KABUPATEN MAGETAN

Agustin Berliana Putri

Fungsi kognitif merupakan kemampuan berpikir, mengingat, dan memproses informasi yang penting bagi lansia dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Pada usia lanjut sering terjadi penurunan fungsi kognitif yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya kualitas tidur. Gangguan kualitas tidur dapat menghambat proses pemulihan tubuh dan fungsi otak sehingga berpotensi mempercepat penurunan fungsi kognitif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan fungsi kognitif dengan kualitas tidur lansia di Posyandu Lansia Desa Simbatan Kabupaten Magetan.

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian adalah lansia di Posyandu Lansia Desa Simbatan yang dipilih menggunakan teknik probability sampling dengan metode random sampling. Pengumpulan data menggunakan instrumen Mini Mental State Examination (MMSE) untuk mengukur fungsi kognitif dan Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) untuk menilai kualitas tidur. Analisis data dilakukan menggunakan uji statistik untuk mengetahui hubungan kedua variabel.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian lansia memiliki fungsi kognitif dalam kategori normal dan sebagian lainnya mengalami gangguan kognitif ringan, sedangkan kualitas tidur lansia sebagian berada pada kategori baik dan sebagian lainnya buruk. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan terdapat hubungan antara fungsi kognitif dengan kualitas tidur lansia dengan nilai p value 0,003, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara fungsi kognitif dengan kualitas tidur pada lansia.

Kualitas tidur yang baik berperan penting dalam menjaga fungsi kognitif karena selama tidur terjadi proses pemulihan sel saraf dan konsolidasi memori di otak. Gangguan tidur yang terjadi secara terus-menerus dapat menyebabkan penurunan konsentrasi, memori, serta kemampuan berpikir pada lansia. Oleh karena itu, peningkatan kualitas tidur melalui edukasi kesehatan, pola hidup sehat, dan dukungan keluarga sangat diperlukan untuk mempertahankan fungsi kognitif serta meningkatkan kualitas hidup lansia.

Kata kunci : Fungsi Kognitif, Kualitas Tidur, Lansia

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN COGNITIVE FUNCTION AND SLEEP QUALITY OF PRE-ELDERLY AND ELDERLY PEOPLE AT POSYANDU SIMBATAN VILLAGE MAGETAN REGENCY

Agustin Berliana Putri

Cognitive function refers to the ability to think, remember, and process information, which is essential for elderly individuals in carrying out daily activities. In older age, cognitive function often declines due to several factors, one of which is sleep quality. Poor sleep quality can interfere with the body's recovery process and brain function, potentially accelerating cognitive decline. This study aimed to determine the relationship between cognitive function and sleep quality among the elderly at the Elderly Posyandu in Simbatan Village, Magetan Regency.

This study used a quantitative correlational design with a cross-sectional approach. The sample consisted of elderly individuals at the Elderly Posyandu in Simbatan Village who were selected using probability sampling with a random sampling method. Data collection was conducted using the Mini Mental State Examination (MMSE) instrument to measure cognitive function and the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) to assess sleep quality. Data analysis was performed using statistical tests to determine the relationship between the two variables.

The results showed that some elderly individuals had cognitive function in the normal category, while others experienced mild cognitive impairment. Meanwhile, the sleep quality of the elderly was partly categorized as good and partly as poor. The Chi-Square Test results showed a relationship between cognitive function and sleep quality among the elderly with a p-value of 0.003, indicating a significant relationship between cognitive function and sleep quality.

Good sleep quality plays an important role in maintaining cognitive function because during sleep the process of nerve cell recovery and memory consolidation occurs in the brain. Continuous sleep disturbances can lead to decreased concentration, memory, and thinking ability in the elderly. Therefore, improving sleep quality through health education, healthy lifestyle habits, and family support is necessary to maintain cognitive function and improve the quality of life of the elderly.

Keywords: *Cognitive Function, Sleep Quality, Elderly*