

SKRIPSI

**HUBUNGAN KESEPIAN (*LONELINESS*) DENGAN KUALITAS
TIDUR PADA LANSIA DI DESA SIDOKATON**



**Shinta Dewi Oktavia Rahmadani
202201074**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI
MOJOKERTO
2026**

SKRIPSI

**HUBUNGAN KESEPIAN (*LONELINESS*) DENGAN KUALITAS
TIDUR PADA LANSIA DI DESA SIDOKATON**

Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan Pada Universitas Bina
Sehat PPNI
Kabupaten Mojokerto



Shinta Dewi Oktavia Rahmadani
202201074

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI
MOJOKERTO
2026

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Shinta Dewi Oktavia Rahmadani
NIM : 202201074
Prodi : S1 KEPERAWATAN
Fakultas : FIKES
Judul : Hubungan Kesehian dengan Kualitas Tidur Pada Lansia di Desa Sidokaton

Saya menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun, dan apabila terbukti ada unsur Plagiarisme saya siap untuk dibatalkan kelulusannya.

Mojokerto, 7/23/2026


Shinta Dewi Oktavia Rahmadani
202201074

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah/Skripsi ini telah disetujui untuk diajukan dalam Ujian Akhir Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

Judul : Hubungan Kesenjangan dengan Kualitas Tidur pada Lansia di Desa Sidokaton
Nama : Shinta Dewi Oktavia Rahmdani
NIM : 202201074
Pada Tanggal :

Pembimbing I :

Oleh:



Dr. M. Sajidin, S. Kep., M. Kes
NIK. 162 601 011

Pembimbing II :

Rina Nur Hidayati, M. Kep., Sp. Kep. Kom

NIK. 162 601 027



Yayasan Kesejahteraan Warga Perawatan Perawat Nasional Indonesia

UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

FAKULTAS EKONOMI BISNIS & TEKNOLOGI DIGITAL

• <http://www.ubs-ppni.ac.id>
• info@ubs-ppni.ac.id

• 0321-390203 (Fax) / Call Center : 081 13281 223
• Jln. Raya Jabon KM.06 Mojoanyar Mojokerto

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : SHINTA DEWI OKTAVIA RAHMADANI
NIM : 202201074
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Pada Tanggal : 17 Juli 2026
Judul Skripsi : "Hubungan Kesepian dengan Kualitas Tidur pada Lansia di Desa Sidokaton"

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dosen Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto

DOSEN PENGUJI

Penguji Utama : Dr. Faisal Ibnu, S. Kep., Ns., M. Kes (.....)
Penguji 1 : Dr. M. Sajidin, S. Kep., M. Kes (.....)
Penguji 2 : Rina Nur Hidayati, M. Kep., Sp. Kep. Kom (.....)

Ditetapkan di : Mojokerto

Tanggal : 17 Juli 2026

Ka. Prodi Ilmu Keperawatan

Enny Virda Y., S.Kep.Ns.,M.Kes
NIK : 162.601.095

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya sehingga skripsi berjudul ***“Hubungan Kesepian dengan Kualitas Tidur pada Lansia di Desa Sidokaton”*** dapat terselesaikan. Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, dukungan, dan bimbingan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Dr. Indah Lestari, S. Kep. Ns., M. Kes. selaku Plt. Rektor Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
2. Dr. Lilik Ma'rifatul, S. Kep. Ns., M. Kes. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan.
3. Enny Virda Yuniarti, S. Kep., Ns., M. Kes. selaku Ka. Prodi S1 Keperawatan.
4. Dr. Faisal Ibnu, S. Kep., Ns., M. Kes selaku penguji yang telah memberikan arahan, masukan, dan saran demi penyempurnaan skripsi ini.
5. Dr. M. Sajidin, S. Kep., M. Kes selaku pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam memberikan bimbingan serta arahan kepada penulis.
6. Rina Nur Hidayati. M. Kep., Sp. Kep. Kom selaku pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam memberikan bimbingan serta arahan kepada penulis.
7. Staff dosen dan karyawan Universitas Bina Sehat PPNI Kab. Mojokerto.

Akhirnya penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari sempurna, karenanya penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun yang diharapkan akan menyempurnakan Skripsi ini.

Mojokerto, 12 Maret 2026



Penulis

MOTTO

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai kesanggupannya.”

(QS. Al-Baqarah: 286)

“Setiap beban yang datang adalah tanda bahwa kita mampu melewatinya, maka teruslah berusaha tanpa menyerah. Sebab di balik setiap langkah yang dimudahkan, selalu ada doa orang tua yang bekerja dalam diam tanpa pernah lelah.”



PERSEMBAHAN

Skripsi ini yang berjudul “*Hubungan Kesenangan dengan Kualitas Tidur pada Lansia di Desa Sidokaton*” saya persembahkan dengan penuh rasa syukur dan ketulusan kepada pihak-pihak yang telah menjadi bagian penting dalam perjalanan penyusunan karya ini:

1. Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, karunia, kekuatan, serta kemudahan yang telah diberikan dalam setiap langkah perjalanan ini. Tanpa ridho-Nya, skripsi ini tidak akan pernah dapat terselesaikan dengan baik.
2. Kepada ayah tercinta Bapak Mohammad Sya'roni terima kasih atas doa yang tidak pernah putus, kasih sayang yang tak terbatas, serta pengorbanan yang tidak dapat dibalas dengan apapun. Setiap langkah ini adalah wujud kecil dari rasa terima kasih dan bakti saya kepada kalian.
3. Kepada mama tercinta Ibu Urifah Wahyuningsih secara khusus, saya persembahkan skripsi ini kepada mama saya tercinta yang selalu memberikan kekuatan, perhatian, dan doa dalam setiap keadaan. Terima kasih karena selalu menjadi sosok yang paling menguatkan di saat saya merasa lelah dan hampir menyerah.
4. Kepada satu-satunya saudara saya Rendy Alvian Prabu Wahyuda terima kasih kepada saudara saya yang selalu memberikan dukungan, semangat, dan motivasi selama proses penyusunan skripsi ini.
5. Saya juga mempersembahkan skripsi ini kepada teman-teman seperjuangan, khususnya *grup peri kecil* yaitu Virly, Elisabeth, Assyifa, Oktivany, dan juga Hidayah yang telah bersama-sama melalui masa sulit maupun bahagia selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas kebersamaan, dukungan, dan semangat yang selalu diberikan, sehingga perjalanan ini terasa lebih ringan untuk dijalani.
6. Untuk diri sendiri dan yang terakhir, saya persembahkan skripsi ini untuk diri saya sendiri. Terima kasih telah bertahan, berjuang, jatuh, bangkit kembali, dan tidak menyerah sampai akhir. Ini adalah bukti bahwa setiap proses yang dijalani tidak pernah sia-sia.

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
KATA PENGANTAR	iv
MOTTO	iv
PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Bagi Lansia	6
1.4.2 Bagi Tempat Penelitian	7
1.4.3 Bagi Pelayanan Kesehatan.....	7
1.4.4 Bagi Institusi Pendidikan	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Konsep Lansia.....	8
2.1.1 Definisi Lansia	8
2.1.2 Batasan Usia Lansia	9
2.1.3 Proses Penuaan.....	10
2.1.4 Perubahan - Perubahan yang Terjadi pada Lansia	11
2.2 Konsep Kesepian.....	14
2.2.1 Definisi Kesepian.....	14
2.2.2 Teori Keperawatan Kesepian	16
2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi Kesepian	16
2.2.4 Dampak Kesepian	19
2.2.5 Indikator Kesepian.....	20
2.2.6 Alat Ukur Kesepian	20
2.2.7 Cara Pengukuran Kesepian	21
2.3 Konsep Kualitas Tidur.....	22
2.3.1 Definisi Kualitas Tidur.....	22

2.3.2	Teori Keperawatan Kualitas Tidur	24
2.3.3	Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur	24
2.3.4	Indikator Kualitas Tidur	28
2.3.5	Alat Ukur Kualitas Tidur	28
2.3.6	Cara Pengukuran Kualitas Tidur	29
2.4	Penelitian Terkait	31
2.5	Kerangka Teori.....	38
2.6	Kerangka Konseptual	39
2.7	Hipotesis	40
BAB 3 METODE PENELITIAN		41
3.1	Desain Penelitian.....	41
3.2	Populasi, Sampling, Sampel	41
3.2.1	Populasi	41
3.2.2	Sampling	42
3.2.3	Sampel.....	43
3.3	Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional.....	44
3.3.1	Identifikasi Variabel.....	44
3.3.2	Definisi Operasional	44
3.4	Pengumpulan Data	46
3.4.1	Instrumen Penelitian	46
3.4.2	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	47
3.4.3	Prosedur Penelitian	48
3.4.4	Kerangka Kerja.....	52
3.5	Pengolahan Data.....	53
3.5.1	<i>Editing</i> (Penyuntingan Data)	53
3.5.2	<i>Coding</i> (Kode).....	53
3.5.3	<i>Scoring</i>	56
3.5.4	<i>Tabulating</i>	59
3.5.5	Analisis Statistik	60
3.6	Etika Penelitian	62
3.6.1	Lembar Persetujuan Responden (<i>Informed Consent</i>)	62
3.6.2	Kerahasiaan (<i>Confidentiality</i>)	63
3.6.3	Tanpa Nama (<i>Anonymity</i>).....	63
3.6.4	Keadilan (<i>Justice</i>)	63
3.6.5	Keterbatasan Penelitian.....	64
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN		65
4.1	Gambaran Lokasi Penelitian	65
4.2	Penyajian Data Hasil Penelitian	66
4.2.1	Data Umum	66
4.2.2	Data Khusus	67

4.2.3 Hubungan Kesenian dengan Kualitas Tidur.....	68
4.3 Pembahasan.....	69
4.3.1 Kesenian	69
4.3.2 Kualitas Tidur	71
4.3.3 Hubungan Kesenian dengan Kualitas Tidur pada Lansia di Desa Sidokaton	73
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	76
5.1 Kesimpulan	76
5.2 Saran	77
DAFTAR PUSTAKA	79



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Jurnal Penelitian Terkait	31
Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	45
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Status Pernikahan, Tingkat Pendidikan, Jenis Pekerjaan, Kegiatan Masyarakat, dan Tinggal Dalam Satu Rumah Pada Lansia di Desa Sidokaton.....	66
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kesenian Pada Lansia di Desa Sidokaton	67
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kualitas Tidur Pada Lansia di Desa Sidokaton.....	68
Tabel 4. 4 Hasil Uji Korelasi Spearman Rank Hubungan Kesenian dengan Kualitas Tidur Pada Lansia di Desa Sidokaton	68



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	38
Gambar 2. 2 Kerangka Konseptual.....	39
Gambar 3. 1 Kerangka Kerja.....	52



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Studi Pendahuluan dan Surat Penelitian	85
Lampiran 2. Surat Balasan Studi Pendahuluan dan Penelitian	86
Lampiran 3 Lembar Etik Penelitian.....	87
Lampiran 4 Permohonan Menjadi Responden	88
Lampiran 5 Informed Consent	89
Lampiran 6 Kuesioner	90
Lampiran 7 Kisi-kisi Kuesioner Kesepian	96
Lampiran 8 Kisi-kisi Kuesioner Kualitas Tidur	97
Lampiran 9 Tabulasi Data Khusus Variabel Kesepian.....	110
Lampiran 10 Tabulasi Data Khusus Variabel Kualitas Tidur	115
Lampiran 11 Lembar Skrining Judul.....	120
Lampiran 12 Lembar Bimbingan Proposal Skripsi	121
Lampiran 13 Lembar Revisi Proposal Skripsi	125
Lampiran 14 Lembar Bimbingan Skripsi	126
Lampiran 15 Lembar Revisi Ujian Skripsi	128
Lampiran 16 Uji Kemiripan (Similaritas).....	129
Lampiran 17 Dokumentasi Penelitian.....	130

DAFTAR PUSTAKA

- Abduh, M., Alawiyah, T., Apriansyah, G., Sirodj, A. R., & Afgani, M. W. (2023). Survey Design: Cross Sectional dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Komputer*, 3(1), 31–39. <https://doi.org/https://doi.org/10.47709/jpsk.v3i01.1955>
- Agit, A., Aini, L. N., Ananda, F., Ilyas, M., Hasanah, T., Bagenda, C., Sriyanah, N., Situmorang, B., Zahra, S., Efendi, S., Amane, A. P. O., A., Y. P. E., Ahmadin, A. W., & Rokhmah, S. (2023). *Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif* (S. Bahri (ed.); 1st ed.). Media Sains Indonesia.
- Aisyah, S., P, S. P., & Winata, S. G. (2024). Hubungan loneliness (perasaan kesepian) terhadap kualitas tidur pada lansia di Panti Griya Werdha Jambangan Surabaya. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 10(3), 1–10.
- Aloustani, S., Parsai, M., Siyasari, A. R., Rizi, M. S., Papi, S., & Zafarramazanian, F. (2026). Applications of Kolcaba ' s Comfort Theory to improve nursing practice : A narrative review. *Journal of Nursing Reports in Clinical Practice*, 4(2), 0–5. <https://doi.org/10.32598/JNRCP.2505.1186>
- Andari, U., Arjuna, & Lestari, I. P. (2025). Hubungan Kecemasan Dan Kesepian Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kenanga Sungailiat Tahun 2024. *Jurnal Keperawatan I CARE*, 6(1).
- Anggraini, N. V., Ritanti, R., & Rifai, A. R. (2025). Hubungan Sleep Hygine dengan Kualitas Tidur pada Siswa SMA X di Kabupaten Bogor. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 10(1), 90–99. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.32419/jppni.v10i1.652>
- Astuti, R., Umboh, M. J., Pradana, A. A., Silaswati, S., Susanti, F., Resna, R. W., Sukmawati, A. S., Maryam, R. S., Tinungki, Y. L., Riasmini, N. M., & Rekawat, E. (2023). *Keperawatan Gerontik* (P. I. Daryaswanti (ed.)). PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Atsira, O., Nisa, A., Rahmatullah, R., & Silia, A. (2024). Emotional Loneliness in Elderly : Association with Cognitive Performance and Sleep Quality in One of Indonesia ' s Rural Areas. *Jurnal Psikiatri Surabaya*, 13, 1–8. <https://doi.org/10.20473/jps.v13.isi1.62221>
- Badan Pusat Statistik. (2024). *Profil Penduduk Lanjut Usia Provinsi Jawa Timur 2024* (V. N. Paramita, N. N. Wulan, & D. R. Setyaningrum (eds.); Vol. 15). BPS Provinsi Jawa Timur.
- Bagus, A., Pangestu, A., & Mariyati, L. I. (2024). Kesepian Berkurang Seiring dengan Kesejahteraan Lansia di Indonesia Meningkatnya. *Journal of Islamic Psychology*, 1(1), 1–10.
- Batubara, S., Siregar, J. H., & Fuad, A. (2022). Hubungan tingkat kesepian dengan kualitas hidup pada lansia di panti jompo tresna werda kota bengkulu. *Zona*

Kedokteran, 12(1), 1–9.

- Budiman, Susanty, S., Hasan, F., & Apriliyasari, R. W. (2024). Comparative insomnia prevalence between geriatrics lived in urban and rural areas : a multicenter nationwide study analysis. *BMC Public Health*, 24(2385). <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s12889-024-19876-x>
- Buyse, D. J., Reynolds, C. F. 3rd, Monk, T. H., Berman, S. R., & Kupfer, D. J. (1989). The Pittsburgh Sleep Quality Index: a new instrument for psychiatric practice and research. *Psychiatry Research*, 28(2), 193–213. [https://doi.org/10.1016/0165-1781\(89\)90047-4](https://doi.org/10.1016/0165-1781(89)90047-4)
- Carpi, M. (2025). The Pittsburgh Sleep Quality Index: a brief review. *Occupational Medicine*, 75(1), 14–15. <https://doi.org/10.1093/occmed/kqae121>
- Clara, C., Soetikno, N., & Tarumanagara, U. (2024). Hubungan Loneliness dengan Self-Esteem pada Wanita Dewasa Awal yang Overweight. *Jurnal Psikologi, Filsafat Dan Saintek*, 3(4), 289–302.
- Connor, D. B. O., & Rogerson, O. (2024). *Loneliness , sleep and daily stress : Evidence of direct and indirect effects*. February, 2302–2318. <https://doi.org/10.1111/aphw.12586>
- Damanik, M. R., Rusli, Manik, R. L., & Khadafi, M. (2025). Metode Penelitian Kuantitatif: Konsep, Jenis, Tahapan dan Kelebihan. *Jurnal Intelek Insan Cendekia*, 2(7), 13479–13496.
- Darmawan, A. D. (2024). 2024 Update: Jombang Regency Population: 1.37 Million. Databoks Katadata. <https://databoks.katadata.co.id/en/demographics/statistics/be84c683e1f8caf/2024-update-jombang-regency-population-137-million>
- Darwin, M., Mamondol, M. R., Sormin, S. A., Nurhayati, Y., Tambunan, H., Sylvia, D., Adnyana, I. M. D. M., Prasetyo, B., Vianitati, P., & Gebang, A. A. (2021). *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif* (T. S. Tambunan (ed.)). Media Sains Indonesia.
- Febrian, E. R., & Rahmat, I. (2024). Hubungan kesepian dengan kualitas tidur pada lansia di Balai Pelayanan Tresna Werdha Unit Budi Luhur Bantul. 2(13), 1087–1094.
- Febriliyani, W. E. (2025). *Sistematika Literatur : Faktor – Faktor Kesepian pada Usia Remaja*. 2006.
- Fitriyana, R., & Muspawi, M. (2024). Peran Latar Belakang Penelitian Mengembangkan Kerangka Teoritis Kajian Literatur. *Jurnal Edu Research*, 5(4), 185–194.
- Guntur. (2021). A Conceptual Framework For Qualitative Research : A Literature Studies. *Jurnal Seni Media Rekam*, 10(2). <https://doi.org/10.33153/capture.v10i2.2447>
- Harisa, A., Syahrul, S., Yodang, Y., Abady, R., & Bas, A. G. (2022). Analisis

- Faktor - Faktor yang Memengaruhi Kualitas Tidur Pasien Lanjut Usia dengan Penyakit Kronis Analysis of Factors Affecting Sleep Quality in Elderly Patients with Chronic Disease. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 7(1), 1–69. <https://doi.org/https://doi.org/10.22146/jkesvo.62916>
- Hartanto, A. T., & Wibowo, D. H. (2024). Revealing the Relationship between Loneliness and Sleep Quality in Migrating Employees. *Jurnal Psikologi*, 13(4), 522–526. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v13i4>
- Jailani, M. S. (2023). Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan Pada Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif. *Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 1–9. <https://doi.org/https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.57>
- Jia, G., & Yuan, P. (2021). The association between sleep quality and loneliness in rural older individuals : a cross- sectional study in Shandong Province . *BMC Geriatrics*, 20(180), 1–12. <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s12877-020-01554-3>
- Kaplan, E., & Özakgöl, A. (2025). The effect of nursing care based on Comfort Theory of Kolcaba on comfort, satisfaction and sleep quality of intensive care patients. *Nurs Crit Care*, 30(3). <https://doi.org/10.1111/nicc.70033>.
- Kavousi, P., Mali, E., Seifhashemi, N., Sour, M., Pakravan, L., & Khalili, F. (2025). Worldwide Prevalence of Poor Sleep Quality in Older Adults : A Systematic Review and Meta-Analysis. *Iraninan J Psychiatry*, 20(2), 265–280. <https://doi.org/https://doi.org/10.18502/ijps.v20i2.18207>
- Lu, Y., Gao, M., Zhang, L., Shi, M., Zhou, H., Zhou, H., Che, H., Fei, X., Chen, J., & Li, Y. (2023). Loneliness , depression and sleep quality among the type 2 diabetic patients during COVID- - 19 local epidemic : A mediation analysis. *May*, 6345–6356. <https://doi.org/10.1002/nop2.1883>
- Mailita, W., & Suci, H. (2024). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kualitas Hidup Lansia di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2024. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(5), 292–302. <https://doi.org/https://doi.org/10.572349/verba.v2i1.363>
- Maskhuliah, P., Bunga, N., Rimosan, A., Maimanah, I., & Prawati, D. (2025). Konsep Dasar Pengukuran Dan Skala Dalam Penelitian Manajemen Pendidikan : Kajian Pustaka Jurnal Ilmu Manajemen Dan Pendidikan. *Jurnal Ilmu Manajemen Dan Pendidikan*, 02(01), 565–572.
- ME, P., & Avesiena, S. F. (2024). Hubungan Perilaku Sleep Hygine dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Kedokteran. *Jurnal Kesehatan Islam*, 13(1), 21–26.
- Misbahuddin, & Hasan, I. (2022). *Analisis data penelitian dengan statistik* (Suryani (ed.); 2nd ed.). Bumi Aksara.
- Mukhlis, S. (2022). *Metodologi Penelitian Sosial* (E. Setiawan & N. N. Asri (eds.)). Eureka Media Aksara.

- Nashori, F., & Wulandari, E. D. (2017). *Psikologi Tidur: Dari Kualitas Tidur Hingga Insomnia* (1st ed.). Universitas Islam Indonesia.
- Nasution, F., Rambe, I. M., & Ramadani, S. V. (2025). *Batasan Usia Dewasa Akhir (Lansia) dan Keadaan Penduduk Lansia di Indonesia The Limits of Late Adulthood (Elderly) and the State of the Elderly Population in Indonesia*. 4(3), 1972–1980.
- Nur, M. A., & Saihu, M. (2024). Pengolaan Data. *Jurnal Ilmiah Sains Dan Teknologi*, 2(11), 163–175.
- Pangaribuan, S. M., Yemina, L., Widiastuti, S. H., & Purborini, N. (2024). *Associated Factors of Loneliness Among Adolescents in Indonesia during the Pandemic Covid-19*. 17(1), 36–47.
- Peltzer, K., & Pengpid, S. (2024). Loneliness correlates and associations with health variables in the general population in Indonesia. *International Journal of Mental Health Systems*, 13(24), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s13033-019-0281-z>
- Prawita, I., Aini, L., Hanny, P., Kholida, D., No, K., & Timur, J. (2022). Hubungan Kesepian dengan Gangguan Pola Tidur pada Lansia Hipertensi dan Tekanan Darah Normal di UPT PSTW Banyuwangi. *Jurnal Keperawatan*, 18(1), 8–16. <https://doi.org/https://doi.org/10.25077/njk.v18i1.100>
- Rafida, A. A., & Naqiyah, N. (2023). *Profil Loneliness sebagai Implikasi Program Layanan Bimbingan dan Konseling di SMP*.
- Raudhoh, S., & Pramudiani, D. (2021). Lansia asik, lansia aktif, lansia produktif. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 126–130. <https://doi.org/https://doi.org/10.22437/medicaldedication.v4i1.13458>
- Sadewa, F., Ruhayati, Y., Jajat, Sultoni, K., Suherman, A., Damayanti, I., & Rahayu, N. I. (2024). Reliabilitas Pittsburg Sleep Quality Index Versi Bahasa Indonesia Pada Lansia Aktif Berolahraga. *Jurnal Kesehatan Dan Olahraga*, 8(1).
- Sahir, S. H. (2021). *Metodologi Penelitian* (T. Koryati (ed.)). KBM Indonesia.
- Salari, N., Najafi, H., Rasoulpoor, S., Canbary, Z., Heidarian, P., & Mohammadi, M. (2025). The global prevalence and associated factors of loneliness in older adults: a systematic review and meta-analysis. *Humanities & Social Sciences Communications*, 12(985), 1–24. <https://doi.org/https://doi.org/10.1057/s41599-025-05304-x>
- Sasgita, N., & Assegaff, S. (2022). Perencanaan Arsitektur Enterprise Menggunakan Kerangka Kerja Togaf ADM Pada Dinas Perkebunan. *Manajemen Sistem Informasi*, 7(3), 461–472. <https://doi.org/https://doi.org/10.33998/jurnalmsi.2022.7.3.182>
- Senjaya, S., Hernawaty, T., Hendrawati, & DA, I. A. (2022). Hubungan Mekanisme Koping dengan Imun pada ODHA selama Pandemi Covid. *Jurnal Riset*

- Ilmiah*, 1(4), 1026–1042.
- Setiawan, D. R., Rejeki, Y. F., & Hastuti, E. A. (2025). Kuesioner Pengkajian Kesepian Di Ruang Intensive Care Unit : Tinjauan Naratif. *Jurnal Ners*, 9(75), 6776–6784.
- Setyawan, D. A. (2022). *Statistika Kesehatan: Analisis Bivariat Pada Hipotesis Penelitian*. Tahta Media Group.
- Siregar, R. R. (2023). Health Community Service (HCS) Edukasi Proses Menua dan Perubahan Pada Lansia Health Community Service (HCS). *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 18–21. <https://doi.org/https://doi.org/10.47709/hcs.v1i1.3137> Edukasi
- Sugiyono, P. D. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*. ALFABETA.
- Sumbodo, Y. P., Marzuki, Yudhantara, S. M., & Widiastuti. (2024). *Buku Referensi Metode Penelitian* (M. Mirsal (ed.); 1st ed.). Media Penerbit Indonesia.
- Suriani, N., Risnita, & Jailan, M. S. (2023). Konsep Populasi dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan. *Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 24–36.
- Syahbana, A., Satrianto, A., & Zaen, M. S. (2025). Kesepian dan Kualitas Tidur Lansia. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 7(4), 179–186.
- Syahroni, M. I. (2022). Prosedur Penelitian Kuantitatif. *Jurnal Al-Musthafa STIT Al-Aziziyah Lombok Bara*, 2(3), 43–56.
- Triyono, H. G., & Danang, B. (2025). Hubungan Kesepian dengan Kualitas Tidur Lansia di ILP (Integrasi Layanan Primer) Flamboyan 02 Karang Sari Adipala. *Nursing Care Journal*, 4(1), 26–35. <https://doi.org/10.63520/ncj.v4i1.725>
- Tupamahu, R. C. A., Harliansyah, & Kuslestari. (2022). Kajian Penuaan Pada Lansia Serta Profil Antioksidan Secara Kualitatif di Kelurahan Sukarame Bandar Lampung. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 2(8), 731–742. <https://doi.org/10.36418/cerdika.v2i8.438>
- Tuwu, D., & Tarifu, L. (2023). Implementasi Program Posyandu Lansia Untuk Menjaga Kesehatan Lanjut Usia. *Journal Publicuho*, 6(1), 20–29. <https://doi.org/https://doi.org/10.35817/publicuho.v6i1.72>
- Utami, R. J., Indarwati, R., & Pradanie, R. (2021). Analisa Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Lansia Panti. *Journal Health Science*, 2(3), 362–380.
- Wang, Y., Jiang, W., & Wu, L. (2023). Association between age and loneliness in different residential type and gender groups : evidence from China. *BMC Psychiatry*, 23(43), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-04525-1>
- Widodo, S., Ladyani, F., Asrianto, L. O., Rusdi, Khairunnisa, Lestari, S. M. P., Wijayanti, D. R., Devriany, A., Hidayat, A., Dalfian, Nurcahyati, S., Sjahriani, T., Armi, Widya, N., & Rogayah. (2023). Metodologi Penelitian. In *Cv Science Techno Direct*.

- World Health Organization. (2025). *Ageing and Health*. WHO.
<https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health?>
- Yosa, D. A., Suwanti, & Purwaningsih, H. (2021). *Hubungan Kesepian Dengan Kualitas Tidur Pada Lanjut Usia Di Desa Wonoyoso Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang*.

