

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN
TEKANAN DARAH PADA PENDERITA
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS BANGLI UTARA**



SKRIPSI

NI LUH LESTARI DEWI

C1121076

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2024**

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN
TEKANAN DARAH PADA PENDERITA
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS BANGLI UTARA**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan Bina Usada Bali**

Oleh :

NI LUH LESTARI DEWI

C1121076

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
TAHUN 2024**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Luh Lestari Dewi

Nim : C1121076

Jurusan : Sarjana Ilmu Keperawatan

Judul Skripsi : Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Diwilayah Kerja Puskesmas Bangli Utara

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila di kemudian hari dapat dibuktikan bahwa skripsi ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, 25 November 2024



(Ni Luh Lestari Dewi)


HALAMAN PERSETUJUAN
HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN
TEKANAN DARAH PADA PENDERITA
HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS BANGLI UTARA

Diajukan Oleh:
NI LUH LESTARI DEWI
NIM.C1121076


Mangupura, 25 November 2024

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I


dr. I Nvoman Suwesna, M.Kes.
NIDN.0814046102

Pembimbing II


I Gede Wirajawa, SE., MM., Ak.
NIDN. 0821099001

Mengetahui,
Program Sarjana Ilmu Keperawatan
Kertha



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0821058603

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAIHKAN DI DEPAN DEWAN
PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA ILMU
KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI ILMU
KESEHATAN BINA USADA BALI

Tanggal: 03 Desember 2024


Yang terdiri dari :

Ketua Penguji



Ns. IGAA Sherlyna Prihandhani, S.Kep., M.Kes
NIDN. 801038801

Sekretaris Penguji



dr. I Nyoman Satresna, M.Kes.
NIDN.0814046102

Anggota Penguji



I Gede Wirajaya, SE., MM., Ak.
NIDN. 0821099001

Mengetahui,
Program Sarjana Ilmu Keperawatan
Ketua



Ns. I Putu Artha Winaya, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0821058603

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI
PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN**

Skripsi, November 2024

Ni Luh Lestari Dewi

Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangli Utara

xiv+95+6 tabel+2 skma+14 lampiran

ABSTRAK

Tekanan darah tinggi dapat mengakibatkan berbagai masalah kesehatan salah satunya adalah pola tidur yang kurang efektif. Kualitas tidur dapat dinilai dengan menggunakan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI). Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangli Utara.

Penelitian ini menggunakan *non eksperimental* bersifat penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif korelasional dan pendekatan *cross-sectional* dengan jumlah sampel sebanyak 89 orang penderita hipertensi yang mengalami gangguan kualitas tidur. Data dianalisis menggunakan uji *Spearman Rank* untuk mengukur tingkat korelasi (*interdependency*) dua variabel, dengan syarat kedua variabel minimal mencapai pengukuran ordinal.

Dari 89 responden di Wilayah Kerja Puskesmas Bangli Utara didapatkan hasil Lansia sebanyak 69 (76,7%), jenis kelamin perempuan sebanyak 52 (58,4%), tingkat pendidikan dasar sebanyak 42 (47,2%), jenis pekerjaan adalah petani sebanyak 51 (57,3%), hipertensi (>140/90 mmHg) sebanyak 67 (75,3%), dan kualitas tidur sebagian besar kategori sedang sebanyak 48 (53,9%).

Jadi dapat disimpulkan bahwa ada Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangli Utara. Kualitas tidur yang baik diharapkan dapat menjadi salah satu solusi dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata Kunci: Tekanan darah, Kualitas tidur, Hipertensi

Daftar Pustaka: 54 (2018-2024)

**BINA USADA BALI HEALTH INSTITUTION
BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM**

Undergraduate thesis, November 2024

Ni Luh Lestari Dewi

The Correlation Between Sleep Quality and Blood Pressure in Hypertensive Patients in the Working Area of Puskesmas Bangli Utara

xiv+95+6 tables+2 figures+14 appendices

ABSTRACT

Blood pressure can lead to various health problems, one of which is an ineffective sleep pattern. Sleep quality can be assessed using the questionnaire Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). This study aims to determine the relationship between sleep quality and blood pressure in hypertensive patients in the working area of the Puskesmas Bangli Utara

This study uses a non-experimental, quantitative research approach with a descriptive correlational method and a cross-sectional approach, involving 89 hypertensive patients who experience sleep disturbances. Data were analyzed using the Spearman Rank test to measure the correlation (interdependency) between the two variables, with the condition that both variables meet at least an ordinal measurement level.

The results from 89 respondents in the working area of the North Bangli Health Center show that 69 (76.7%) elderly, 52 (58.4%) were female, 42 (47.2%) had a basic education, 51 (57.3%) were farmers, 67 (75.3%) had hypertension (>140/90 mmHg), and most of the respondents (48 or 53.9%) had moderate sleep quality.

It can be concluded that there is a relationship between sleep quality and blood pressure in hypertensive patients in the working area of Puskesmas Bangli Utara. Good sleep quality is on solution to be an alternative in reducing blood pressure in hypertensive patients.

Keywords: *Blood pressure, Sleep quality, Hypertension*

References : 54 (2018-2024)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa atau Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat Asung Kertha Wara Nugraha-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangli Utara”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan pendidikan Sarjana pada Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan STIKES Bina Usada Bali. terselesaikannya Skripsi ini tentunya tidak lepas dari motivasi, dorongan dan bimbingan dari berbagai pihak untuk itu dengan penuh penghargaan peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Dr. Ir. I Putu Santika, MM. Selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak dr. I Nyoman Sutresna, M.Kes. Selaku Pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan serta motivasi peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak I Gede Wirajaya, SE., MM., Ak. Selaku Pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan serta motivasi peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Ayah kuat peneliti yaitu Bapak I Nyoman Subrata, serta Ibu cantik dan hebat peneliti yaitu Ibu Ni Ketut Resi Handriani yang selalu mendukung, memberikan semangat, dan selalu mendoakan peneliti agar di lancarkan dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Orang spesial peneliti Bripda Pande Wayan Adnyana, dan adik kandung peneliti I Made Agus Sedana Harta, Ni Komang Sri Ratna Sari yang selalu membantu, mendukung, dan tak hentinya memberikan semangat peneliti dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Teman seperjuangan peneliti Ni Kadek Nita Lestari, Ni Kadek Wina Prasetya Dewi, Ni Kadek Wiryastuti, yang selalu menemani, dan memberikan semangat kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.
7. Teristimewa untuk diri saya sendiri karena sudah berjuang dan berusaha untuk tidak menyerah sesulit apapun proses penelitian ini.
8. Semua pihak yang terlibat dan tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang telah banyak membantu dan memotivasi dalam menyelesaikan proposal ini.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa proposal ini masih jauh dari sempurna dikarenakan terbatasnya pengalaman dan pengetahuan yang peneliti miliki. Oleh karena itu, segala kritik dan saran sangat diharapkan demi kesempurnaan proposal ini. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat kepada pihak-pihak yang memerlukan.

Mangupura, 25 November 2024

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATAPENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR SKEMA	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan.....	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat	5
1. Peneliti Pelayanan Keperawatan	5
2. Masyarakat	5
3. Insitusi Pendidikan	5
4. Pengembang Ilmu Keperawatan	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Hipertensi.....	9
1. Definisi.....	9
2. Fisiologi Tekanan Darah	10
3. Klasifikasi Tekanan Darah	11
4. Faktor yang Mempengaruhi	12

B. Kualitas Tidur	
1. Definisi.....	13
2. Fisiologi Tidur.....	14
3. Tahap Tidur	15
4. Manfaat Tidur.....	17
5. Kualitas Tidur.....	18
6. Faktor yang Mempengaruhi	19
C. Kerangka Teori.....	21
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS, DEFINISI	
OPERASIONAL	
A. Kerangka Konsep	22
B. Hipotesis.....	23
C. Definisi Operasional.....	24
BAB IV METODELOGI PENELITIAN	
A. Rancangan Penelitian	25
B. Populasi dan Sampel	25
C. Tempat Penelitian.....	27
D. Waktu Penelitian	27
E. Etika Penelitian	27
F. Alat Pengumpulan Data	31
G. Prosedur Pengumpulan Data	33
H. Pengolahan Data.....	35
I. Analisis Data	36
BAB V HASIL PENELITIAN	
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	37
B. Analisis Univariat.....	38
C. Analisis Bivariat.....	40
BAB VI PEMBAHASAN	
A. Intepretasi Penelitian	42
B. Keterbatasan Penelitian	51

C. Implikasi Keperawatan.....	51
1. Pelayanan Keperawatan	51
2. Pendidikan Keperawatan.....	52
3. Peneliti Keperawatan.....	52

BAB VII PENUTUP

A. Simpulan	53
B. Saran	54

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Table 2.1 Klasifikasi Hipertensi Menurut JNC XI	10
Tabel 3.1 Definisi Operasional	23
Tabl 4.1 Kuesioner	31
Tabel 5.1 Hasil Analisis Karakteristik Responden	37
Tabel 5.2 Hasil Analisis Kualitas Tidur Pada Penderita Hipertensi	38
Tabel 5.3 Hasil Analisis Tekanan Darah Pada penderita Hipertensi	38
Tabel 5.4 Hasil Analisis Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangli Utara	39

DAFTAR SKEMA

Skema 3.1 Kerangka Teori.....	20
Skema 2.1 Kerangka Konsep	21

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Studi Pendahuluan
Lampiran 2	Surat Balasan Studi Pendahuluan
Lampiran 3	Surat Permohonan Uji Etik
Lampiran 4	Lolos Etik
Lampiran 5	Surat Permohonan Ijin Penelitian
Lampiran 6	Surat Balasan Permohonan Ijin Penelitian
Lampiran 7	Surat Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 8	Surat Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 9	Surat Pengantar Kuesioner
Lampiran 10	Kuesioner <i>Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)</i>
Lampiran 11	Hasil Penelitian
Lampiran 12	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 13	Rencana penelitian
Lampiran 14	Lembar Bimbingan

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W., & Oktaviani, N. P. (2021). *Metodelogi Penelitian Kesehatan* (R. Watrianthos & J. Simarmata, Eds.). Yayasan Kita Menulis.
- Alfi, W. N., & Yuliwar, R. (2018). Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 6(1), 18. <https://doi.org/10.20473/jbe.v6i12018.18-26>
- Anggraeni, R., Sari, P., Penulis, D., Suherman, U. M., Industri, R., Jababeka, P., Utara, C., Suherman, U. M., Raya, J., Pasirgombang, I., Cikarang, J., Bekasi, U., & Hipertensi, T. (2021). *Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tingkat Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Karang Bahagia Kabupaten Bekasi Tahun 2021 Abstrak Pendahuluan Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) juga dikenal sebagai silen.* 1–7.
- Anggreni, D. (2022). *Metodelogi Penelitian Kesehatan* (E. D. Kartiningrum, Ed.; Pertama). STIKes Majapahit Mojokerto.
- Anggreni, D. (2022). *Metodelogi Penelitian Kesehatan* (E. D. Kartiningrum, Ed.; Pertama). STIKes Majapahit Mojokerto.
- Assiddiqy, A. (2020). Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Posyandu Lansia RW II Puskesmas Kedungkandang Kota Malang. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6 (1), 62–68.
- Amanda, D., & Martini, S. (2022). The Relationship between Demographical Characteristic and Central Obesity with Hypertension. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 6(1), 43. <https://doi.org/10.20473/jbe.v6i12018.43-50>
- Barliana Anggrita Ratri, Zauhani Kusnul, & Widhi Sumirat. (2022). Gangguan Pola Tidur Pada Lansia Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Pamenang*, 4(2), 61–66. <https://doi.org/10.53599/jip.v4i2.98>
- Hasanah, S. N. (2020). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. In *Chmk Nursing Scientific Journal* (Vol. 4, Issue 1).
- Heryana, A. (2020). Analisis Data Penelitian Kuantitatif. *Penerbit Erlangga, Jakarta, June*, 1–11. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.31268.91529>
- Helvia, G. (2021). Hubungan Kualitas Tidur dengan Derajat Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Sintuk Tahun 2021. *Jurnal Baiturrahmah Medical*, 1(2), 37–45.

- Ismar Fahliza Elza, Kangga Elizabeth, & suhartina. (2020). *Hubungan Kualitas Tidur Dengan Pasien Hipertensi*. 5(4), 1–6.
- Jaleha, B., & Amanati, S. (2023). Hubungan Kualitas Tidur terhadap Tekanan Darah. *Jurnal Fisioterapi Dan Rehabilitasi*, 7(1), 114–117. <https://doi.org/10.33660/jfrwhs.v7i1.271>
- Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kemendiknas Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Keswara, U. R., Ludiana, & Mutiara, S. (2018). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Purwosari Metro Utara. *Holistik Jurnal Kesehatan Holistik*, 12 (2), 103–111.
- Kurniadi. (2022). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Peningkatan Tekanan Darah Pada Lansia. *Jurnal Surya Medika*, 7 (2).
- Komara, N. K., Kahanjak, D. N., Ahmad, F. F. R., Balyas, A. B., Widhiyanto, H. T. D., Hartoyo, R., Ivanka, D., Sitanggang, C. M. I., Sandhikarana, I. D. G., & Anwar, M. N. (2023). Hubungan Kualitas Tidur Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Panti Werda Sinta Rangkang Palangka Raya. *Journal of Noncommunicable Diseases*, 3(2), 63. <https://doi.org/10.52365/jond.v3i2.782>
- Kusumawaty, J., Hidayat, N., & Ginanjar, E. (2023). Hubungan Jenis Kelamin Dengan Intensitas Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Lakbok Kabupaten Ciamis. *Jurnal Mutiara Medika*, 16(2), 46–51.
- Ningtyas, V. M. (2024). Hubungan kualitas tidur terhadap kejadian hipertensi pada lansia. *Jurnal Sago Gizi Dan Kesehatan*, 5(2), 288–295. <http://dx.doi.org/10.30867/sago.v5i2.1422>
- Masturoh, I., & T, N. A. (2021). Metodologi Penelitian Kesehatan. In *Kemendiknas Kesehatan Republik Indonesia*.
- Melizza, N., Hikmah, N., Kurnia, A. D., Masruroh, N. L., Setiowati, C. I., & Prasetyo, Y. B. (2020). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Ciptomulya. *CHMK Nursing Scientific Journal*, 4 (2), 213–219.
- Ningsih, O. S., & Lit, K. (2018). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di BLUD RSUD dr. Ben Mboi Ruteng. *Jurnal Wawasan Kesehatan*, 3 (1), 46–50.
- Nurfitri, Safruddin, & Asfar, A. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Peningkatan Tekanan Darah pada Lansia di Puskesmas Jumpandang Baru. *Window of Nursing Journal*, 2(2), 139–148.

- Sambeka, R., Kalesaran, A. F. C., & Asrifuddin, A. (2018). *Hubungan Kualitas Tidur Dengan Hipertensi Pada Lansia Di Desa Tambun Kecamatan Likupang Barat*.
- STIKES Bina Usada Bali. (2019). *Buku Panduan Penyusunan Protokol Etik Penelitian Kesehatan*.
- Sugiyono, Prof. Dr. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta Bandung.
- Sumarna, U., Rosidin, U., & Nugraha, B. A. (2019). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Prehipertensi Puskesmas Taragong Garut. *Jurnal Keperawatan BSI*, 7 (1).
- Sidik, A. B. (2023). Hubungan Usia, Jenis Kelamin, dan Riwayat Keluarga Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Talang Ratu Palembang Tahun 2023. *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(6), 307–315. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8123853>
- Wicaksono, S. (2019). Angka Kejadian Peningkatan Tekanan Darah (Hipertensi) Pada Lansia Di Dusun 1 Desa Kembangseri Kecamatan Talang Empat Bengkulu Tengah Tahun 2015. *Jurnal Kedokteran RAFLESIA*, 5(1), 1–6. <https://doi.org/10.33369/juke.v5i1.8765>
- Yurianto, D. (2021). *Evaluasi Penggunaan Obat Antihipertensi Pada Pasien Rawat Inap Di RSUD dr. Soeroto Ngawi*.