

SKRIPSI
HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN PENINGKATAN
TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA
HIPERTENSI DI UPT PUSKESMAS
SIMALINGKAR KECAMATAN
MEDAN TUNTUNGAN



DINDA ATIQA SYAHFITRI HUTASUHUT
P07520220062

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN
2024

SKRIPSI
HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN PENINGKATAN
TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA
HIPERTENSI DI UPT PUSKESMAS
SIMALINGKAR KECAMATAN
MEDAN TUNTUNGAN

Sebagai Syarat Menyelesaikan Pendidikan Program Studi
Sarjana Terapan Keperawatan



DINDA ATIQA SYAHFITRI HUTASUHUT
P07520220062

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN
2024

LEMBAR PERSETUJUAN

**JUDUL : HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN PENINGKATAN
TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI
DI UPT PUSKESMAS SIMALINGKAR KECAMATAN MEDAN
TUNTUNGAN**

NAMA : DINDA ATIQA SYAHFITRI HUTASUHUT

NIM : P07520220062

Telah Diterima dan Disetujui Untuk Diseminarkan Dihadapan Penguji
Medan, April 2024

Menyetujui

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping



(Dr. Dame Evalina Simangunsong, SKM, M. Kes)

NIP. 197009021993032002



(Dr. Dra. Megawati, S.Kep, Ns, M. Kes)

NIP. 196310221987032002

**Ketua Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan**



(Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S. Kep., Ns, M. Kes)

NIP. 197703162002122001

LEMBAR PENGESAHAN

**JUDUL : HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN PENINGKATAN
TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI
DI UPT PUSKESMAS SIMALINGKAR KECAMATAN MEDAN
TUNTUNGAN**

NAMA : DINDA ATIQA SYAHFITRI HUTASUHUT

NIM : P07520220062

Skripsi Ini Telah Diuji Pada Sidang Ujian Akhir Program
Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan

Menyetujui

Penguji I



(Tinah, SKM, M. Kes)

NIP. 197405142002122003

Penguji II



(Dr. Johani Dewita Nasution, SKM, M. Kes)

NIP. 196505121990032001

Ketua Penguji



(Dr. Dame Evalina Simangunsong, SKM, M. Kes)

NIP. 197009021993032002

**Ketua Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan**



(Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S. Kep., Ns, M. Kes)

NIP. 197703162002122001

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam proposal ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk disuatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh oranglain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka

Medan, April 2024

Penulis,



(Dinda Atiqah Syahfitri Hutasuht)
NIM : P07520220062

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN
SKRIPSI
MEDAN, APRIL 2024

DINDA ATIQA SYAHFITRI HUTASUHUT
P07520220062

XII + 59 HALAMAN + V BAB + 9 TABEL + 3 GAMBAR + LAMPIRAN
HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN PENINGKATAN TEKANAN DARAH
PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI UPT PUSKESMAS
SIMALINGKAR KECAMATAN MEDAN TUNTUNGAN

ABSTRAK

Lansia adalah suatu kondisi di mana seseorang telah mengalami tahap penuaan atau telah memasuki usia tua. Penuaan merupakan proses yang terjadi pada fase akhir dari siklus perkembangan manusia. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan kualitas tidur dengan peningkatan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di UPT Puskesmas Simalingkar Kecamatan Medan Tuntungan.

Jenis penelitian pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif bersifat analitik dengan desain penelitian *cross sectional* sampel sebanyak 118 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sample*. Pengumpulan data dilakukan dengan membagikan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang mengalami kualitas tidur buruk mempunyai tekanan darah sistolik pada kategori hipertensi sebanyak 56 responden (66.7%) dan sebagian besar responden yang mengalami kualitas tidur buruk mempunyai tekanan darah diastolik pada kategori hipertensi sebanyak 46 responden (54.8%). Hasil statistik tekanan darah sistolik dengan menggunakan Uji *Chi Square* pada $\alpha < 0.05$ diperoleh $p = 0.002$ dan tekanan darah diastolik $p = 0.003$, artinya ada hubungan kualitas tidur dengan peningkatan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di UPT Puskesmas Simalingkar Kecamatan Medan Tuntungan.

Dapat disimpulkan kualitas tidur buruk lansia hipertensi lebih tinggi dari kualitas tidur baik. Diharapkan mampu memberikan pemahaman mengenai perbedaan antara kualitas tidur yang baik dan buruk pada individu lansia yang menderita hipertensi.

Kata Kunci : Lansia, Kualitas Tidur, Hipertensi
Daftar Bacaan : 44 (2018-2023)

**MINISTRY OF HEALTH OF REPUBLIC OF INDONESIA
NEDAN POLYTECHNIC OF HEALTH
DEPARTMENT OF NURSING
APPLIED BACHELOR STUDY PROGRAM
BACHELOR THESIS**

**DINDA ATIQA SYAHFITRI HUTASUHUT
P07520220062**

**XII + 59 PAGES + V CHAPTERS + 3 PICTURES + APPENDICES
RELATIONSHIPS BETWEEN SLEEP QUALITY AND BLOOD PRESSURE
INCREASE FOR ELDERS WITH HYPERTENSION IN UPT PUSKESMAS
SIMALINGKAR, MEDAN TUNTUNGAN REGENCY**

ABTRACT

Elder was considered as a condition where someone has gone through aging process or has entered old age. Aging was a process that happened in late phase in human's physical development.

The aim of this research is to identify the relationship between sleep quality and blood pressure increase in elders with hypertension in UPT Puskesmas Simalingskar, Medan Tuntungan Regency.

This research was done with quantitative method with cross sectional design analysis with number of samples of 118 respondents. Sampling technique was done with purposive sampling. Data collection was done with Pittsburgh Sleep Quality index questionnaire.

The results shown that the majority of the respondents who were having bad sleep quality had systolic blood pressure in hypertension category were 56 respondents (66.7%) and most of respondents who were having bad sleep quality had diastolic blood pressure in hypertension category were 46 respondents (54.8%). Statistical number resulted from Chi Square test method for $\alpha < 0.05$ in systolic blood pressure were $p = 0.002$ and in diastolic were $p = 0.003$, this means that there were relationships between sleep quality and blood pressure increase in elders with hypertension in UPT Puskesmas Simalingskar, Medan Tuntungan Regency.

It can be concluded that bad sleep quality in elders with hypertension were higher than those with good sleep quality. Researcher hoped that the authorities can provide comprehensive knowledge about the differences between bad and good sleep quality for elderly individuals with hypertension.

Keywords : Elders, Sleep Quality, Hypertension

References : 44 (2014-2023)



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti ucapkan kepada Allah SWT, yang senantiasa memberikan karunia berupa kemudahan dan kelancaran dalam pengerjaan skripsi ini, yang Alhamdulillah skripsi ini dapat selesai dengan tepat waktu dengan judul

“Hubungan kualitas tidur dengan peningkatan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di up t puskesmas simalingkar kecamatan medan tuntungan”

Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bimbingan, dukungan dan arahan dari berbagai pihak. Ucapan terimakasih ini peneliti juga sampaikan kepada:

1. Dr. RR. Sri Arini Winarti Rinawati, SKM., M.Kep. selaku Direktur Kementerian Kesehatan Politeknik Kesehatan RI Medan.
2. Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep, Ns, M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Kementerian Kesehatan Politeknik Kesehatan RI Medan.
3. Dr. Risma D. Manurung, S.Kep., Ns., M.Biomed selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Jurusan Keperawatan Kementerian Kesehatan Politeknik Kesehatan RI Medan.
4. Bapak Solihuddin Harahap, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Sekretaris Jurusan Keperawatan Kementerian Kesehatan Politeknik Kesehatan RI Medan.
5. Dr. Dame Evalina Simangunsong, SKM., M.Kes selaku Pembimbing Utama dan Dr. Dra. Megawati, S.Kep., Ns., M.Kes selaku Pembimbing Pendamping yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dengan penuh kesabaran kepada peneliti.
6. Ibu Tinah, SKM., M.Kes selaku Penguji I dan Dr. Johani Dewita Nasution, SKM., M.Kes selaku Penguji II.
7. Ibu Suriani Br Ginting, S.Kep, Ns, M.Kep selaku dosen pembimbing Akademik.
8. Seluruh dosen dan staff pegawai Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan Jurusan Keperawatan yang telah banyak memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat dan membantu peneliti selama mengikuti pendidikan.
9. Terima kasih kepada kedua orangtua terkasih, Papa Alm. Ramli Hutasuhut dan Mama Mayenti Br Harahap yang telah membesarkan, mendidik, tidak pernah lelah dalam memberi dukungan dan materi, dan yang mengajarkan

peneliti arti sebuah kesabaran dan kejujuran dalam hidup. Kelak cita-cita ini akan menjadi persembahan yang paling mulia untuk kalian, dan semoga Allah SWT selalu melimpahkan Rahmat-Nya kepada Papa (Alm.) dan Mama.

10. Terima kasih kepada teman seperjuangan yang telah mendoakan dan memberi motivasi kepada peneliti.

Peneliti menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih kurang sempurna baik secara penyajian dan isi. Untuk itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca.

Akhir kata, peneliti mengucapkan terima kasih dan harapan peneliti semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Medan, April 2024

Penulis,



(Dinda Atiqa Syahfitri Hutasuhut)

NIM : P07520220062

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT	iii
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.2 Hipertensi	6
2.2 Lansia	15
2.3 Kualitas Tidur	18
2.4 Kerangka Teori	27
2.5 Kerangka Konsep	28
2.6 Defenisi Operasional	28
2.7 Hipotesis	30
BAB 3 METODE PENELITIAN	31
3.1 Jenis dan Desain Penelitian	31
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	31
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian	31
3.4 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	33
3.5 Pengolahan dan Analisis Data	34
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN	35
4.1 Hasil Penelitian	35
4.2 Pembahasan	39
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN	53
5.1 Kesimpulan	53
5.2 Saran	53
DAFTAR PUSTAKA	55

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klasifikasi Hipertensi	11
Tabel 2.2	Kategori Indeks Massa Tubuh (IMT)	13
Tabel 2.3	Definisi Operasional	28
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden di UPT Puskesmas Simalingkar Kecamatan Medan Tuntungan ...	37
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kualitas Tidur Responden Pada Lansia Penderita Hipertensi di UPT Puskesmas Simalingkar Kecamatan Medan Tuntungan	38
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Peningkatan Tekanan Darah Sistolik Responden Pada Lansia Penderita Hipertensi di UPT Puskesmas Simalingkar Kecamatan Medan Tuntungan	38
Tabel 4.4	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Peningkatan Tekanan Darah Diastolik Responden Pada Lansia Penderita Hipertensi di UPT Puskesmas Simalingkar Kecamatan Medan Tuntungan	39
Tabel 4.5	Hubungan Kualitas Tidur dengan Peningkatan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di UPT Puskesmas Simalingkar Kecamatan Medan Tuntungan	40
Tabel 4.6	Hubungan Kualitas Tidur dengan Peningkatan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di UPT Puskesmas Simalingkar Kecamatan Medan Tuntungan	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Siklus Tidur	23
Gambar 2.2 Kerangka Teori	27
Gambar 2.3 Kerangka Konsep	28

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Kegiatan
- Lampiran 2 Pengantar Kuesioner
- Lampiran 3 Lembaran Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 4 Kuesioner PSQI
- Lampiran 5 Surat Izin Survei Awal dari Poltekkes Kemenkes Medan
- Lampiran 6 Surat Izin Dinas Kesehatan
- Lampiran 7 Surat Balasan Izin Survei Awal dari UPT Puskesmas Simalingkar
- Lampiran 8 Surat Etichal Clearance
- Lampiran 9 Surat Izin Penelitian dari Poltekkes Kemenkes Medan
- Lampiran 10 Surat Balasan Penelitian Dinas Kesehatan
- Lampiran 11 Surat Selesai Izin Penelitian dari UPT Puskesmas Simalingkar
- Lampiran 12 Lembar Konsultasi Bimbingan Proposal
- Lampiran 13 Hasil Uji Statistik
- Lampiran 14 Master Tabel
- Lampiran 15 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 16 Riwayat Hidup Peneliti