

# HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI LANSIA DI PUSKESMAS LIMO GROGOL DEPOK

Etriyana Marshelita

## Abstrak

Tidur merupakan kebutuhan dasar manusia agar fungsi tubuh berjalan optimal. Gangguan tidur dianggap sebagai salah satu faktor resiko terjadinya hipertensi. Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang mempunyai hubungan erat dengan lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah pada pasien hipertensi lansia. Penelitian ini menggunakan kuesioner PSQI untuk mengetahui kualitas tidur responden yang dilakukan dengan wawancara langsung dan hasil pengukuran berupa perolehan skor Global PSQI dengan rentang skor 0-21 serta melihat rata-rata tekanan sistolik dan tekanan diastolik responden. Responden sebanyak 84 lansia dengan hipertensi. Penelitian ini merupakan studi *Cross Sectional* dengan jenis penelitian *Deskriptif Analitik* dengan teknik pengambilan sampel secara *accidental sampling*. Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan tekanan sistolik ( $p=0.043$ ) sedangkan tekanan diastolik tidak terdapat hubungan dengan kualitas tidur ( $p=0.234$ ) berdasarkan hasil uji korelasi pearson. Selanjutnya, terdapat hubungan antara usia dengan tekanan sistolik ( $p=0.004$ ) dan tekanan diastolik ( $p=0.001$ ) berdasarkan hasil analisis *T-independent*. Tetapi, tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan tekanan sistolik ( $0.274$ ) dan tekanan diastolik ( $p=0.833$ ). Sebagian besar responden memiliki kualitas tidur yang buruk sehingga perlu mengatur kembali pola tidur agar mendapatkan kualitas tidur yang baik.

**Kata Kunci :** Hipertensi, Kualitas Tidur, Lansia, Tekanan Darah

# ASSOCIATION BETWEEN SLEEP QUALITY AND BLOOD PRESSURE IN ELDERLY WITH HYPERTENSION AT LIMO GROGOL PUBLIC HEALTH CENTER DEPOK

Etriyana Marshelita

## Abstract

Sleep is the basic human needs in order to have optimal body functions. Sleep disturbance is considered as one of the risk factors of hypertension. Hypertension is one of the disease that has a close relationship with the elderly. This study aims to determine relationship between sleep quality and blood pressure in elderly with hypertension. This study was conducted using PSQI questionnaire to know the sleep quality of respondents which was done by direct interview and measurement result in the acquisition of Global PSQI score with 0-21 score range as well as looking at patient's average systolic pressure and diastolic pressure. Respondents were 84 elderly with hypertension. This study is a Cross Sectional study with Descriptive Analytic research and accidental sampling technique. This study showed association between sleep quality and systolic pressure ( $p=0.043$ ) while diastolic pressure showed no association with sleep quality ( $p=0.234$ ) based on pearson correlation results. Furthermore, there is a association between age and systolic pressure ( $p=0.004$ ) and diastolic pressure ( $p=0.001$ ) based on *T-independent* analysis result. However, there is not association between gender with systolic pressure (0.274) and diastolic pressure ( $p=0.833$ ). Most of the respondents have poor sleep quality so it is necessary to rearrange sleep patterns in order to get good sleep quality.

**Keywords:** Hypertension, Sleep Quality, Elderly, Blood Pressure