

**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI
PRIMER DI PUSKESMAS GAMPING 1
SLEMAN**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun Oleh:

INTAN YULIYANTI NINGSIH
2213145

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA
2017**

HALAMAN JUDUL

**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI
PRIMER DI PUSKESMAS GAMPING 1
SLEMAN**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun Oleh:

INTAN YULIYANTI NINGSIH
2213145

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA
2017**

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN
TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI
PRIMER DI PUSKESMAS GAMPING 1
SLEMAN**

SKRIPSI

Diajukan Oleh:

INTAN YULIYANTI NINGSIH
2213145

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Diterima Sebagai Salah Satu
Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu
Kesehatan Jenderal Achmad Yani
Yogyakarta

Tanggal: 16 Agustus 2017

Menyetujui :

Penguji,

Pembimbing,

Muhamat Nofiyanto, M.Kep
NIDN: 05-0111-8601

Miftafu Darussalam, M.Kep.,Ns. Sp.Kep.MB
NIDN : 05-1907-8405

Mengesahkan,
a.n Ketua Sikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan (S1)

Tetra Saktika Adinugraha, M.Kep.,Ns. Sp.Kep.MB
NIDN/05-2310-8302

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, adalah mahasiswa Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Intan Yuliyanti Ningsih
NPM : 2213145
Program Studi : Ilmu Keperawatan (S1)
Judul Skripsi : Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Primer di Puskesmas Gamping 1 Sleman

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah asli karya sendiri dan bukan hasil *plagiarisme*. Dengan ini saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Yogyakarta, Agustus 2017



Intan Yuliyanti Ningsih

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, atas limpahan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Primer di Puskesmas Gamping 1 Sleman”.

Skripsi ini telah dapat diselesaikan, atas bimbingan, arahan, dan bantuan berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, dan pada kesempatan ini penulis dengan rendah hati mengucapkan terima kasih dengan setulus-tulusnya kepada:

1. Kuswanto Harjo, dr., M.Kes selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Tetra Saktika Adinugraha, M.Kep.,Ns. Sp.Kep.MB selaku Ketua Prodi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
3. Miftafu Darussalam, M.Kep.,Ns. Sp.Kep.MB selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, saran, dan pendapat selama proses penyelesaian skripsi ini.
4. Muhamat Nofiyanto, M.Kep., selaku dosen penguji atas segala masukan, bimbingan, dan arahan sehingga terselesaikan skripsi ini.
5. Kepala Puskesmas Gamping 1 Sleman yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di tempat tersebut.
6. Kepada responden yang telah bersedia menjadi partisipan dalam penelitian ini.
7. Kedua orang tua dan keluarga yang selalu memberikan dukungan, doa dan semangat pada penulis selama penyusunan skripsi ini.
8. Sahabat dan teman seperjuangan angkatan 2013, terima kasih atas kerjasama dan bantuannya selama penyusunan skripsi ini.
9. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, atas bantuan moral maupun material dalam penulisan skripsi ini.
10. Almamaterku, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

Semoga Allah SWT, senantiasa melimpahkan kebaikan kepada semuanya, sebagai imbalan atas segala amal kebaikan dan bantuannya. Akhirnya besar harapan semoga usulan penelitian ini bermanfaat bagi semua.

Yogyakarta, Agustus 2017

Penulis

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN	iii
PRAKATA	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR SKEMA	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
ARTI SINGKATAN	xi
INTISARI	xiii
ABSTRACT	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tinjauan Teori.....	9
1. Tidur dan Kualitas Tidur	9
a. Tidur	9
1) Definisi.....	9
2) Pengaturan Tidur.....	9
3) Irama Sirkadian	10
4) Fungsi Tidur	11
5) Tingkatan Tidur.....	12
6) Siklus Tidur.....	12
7) Pola Tidur.....	15
8) Faktor yang Mempengaruhi Tidur	15
9) Gangguan Tidur	17
b. Kualitas Tidur.....	19
1) Definisi	19
2) Pengukuran Kualitas Tidur	20
3) Faktor-faktor yang Memengaruhi Kualitas Tidur	22
2. Tekanan Darah	24
a. Definisi	24
b. Fisiologi Tekanan Darah	24
c. Regulasi Tekanan Darah	26
d. Faktor yang Memengaruhi Tekanan Darah.....	27
e. Pengukuran Tekanan Darah	29
3. Hipertensi	29
a. Definisi	29

b. Klasifikasi Hipertensi.....	29
c. Etiologi	31
d. Patofisiologi	31
e. Manifestasi Klinis.....	32
f. Komplikasi.....	32
g. Penatalaksanaan	33
4. Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah.....	35
B. Kerangka Teori	37
C. Kerangka Konsep.....	38
D. Hipotesis Penelitian	38
 BAB III METODE PENELITIAN	
A. Rancangan Penelitian.....	39
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	39
C. Populasi dan Sampel	39
1. Populasi	39
2. Sampel.....	39
3. Kriteria Inklusi dan Eksklusi	40
4. Besar Sampel	40
D. Variabel Penelitian.....	41
E. Definisi Operasional	42
F. Alat dan Metode Pengumpulan Data.....	42
1. Alat Pengumpulan Data	42
2. Metode Pengumpulan Data.....	47
G. Validitas dan Reliabilitas	49
H. Metode Pengolahan Data dan Analisis Data.....	49
1. Metode Pengolahan Data	49
2. Analisis Data	51
I. Etika Penelitian	52
J. Pelaksanaan Penelitian.....	54
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	57
B. Pembahasan	61
C. Keterbatasan Penelitian	67
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan	68
B. Saran	68
 DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Tahapan Siklus Tidur Dewasa	14
Skema 2.2 Kerangka Teori.....	37
Skema 2.3 Kerangka Konsep	38

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Pola Tidur Normal Berdasarkan Tingkat Perkembangan	15
Tabel 2.2	Klasifikasi Tekanan Darah menurut JNC 8	30
Tabel 3.1	Definisi Operasional.....	42
Tabel 3.2	Interpretasi Skor PSQI	47
Tabel 3.3	Interpretasi Koefisien Korelasi	52
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin dan Penyakit Penyerta di Puskesmas Gamping 1	59
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Pada Pasien Hipertensi Primer di Puskesmas Gamping 1 Sleman	59
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Primer di Puskesmas Gamping 1 Sleman	60
Tabel 4.4	Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Primer di Puskesmas Gamping 1 Sleman ...	60

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 3 Lembar Persetujuan Menjadi Responden (*Informed Consent*)
- Lampiran 4 Kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI)
- Lampiran 5 Hasil Uji Statistik
- Lampiran 6 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 7 Surat Persetujuan Etik Penelitian
- Lampiran 8 Lembar Bimbingan Skripsi

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

ARTI SINGKATAN

ACEI	: <i>Angiotensin Converting Enzyme Inhibitor</i>
ARB	: <i>Angiotensin Receptor Blocker</i>
BAK	: Buang Air Kecil
BAPPEDA	: Badan Perencanaan Pembangunan Daerah
BMI	: <i>Body Mass Index</i>
BMR	: <i>Basal Metabolisme Rate</i>
BPJS	: Badan Penyelenggara Jaminan Sosial
BSR	: <i>Bulbar Synchronizing Region</i>
CCB	: <i>Calcium Channel Blocker</i>
CHF	: <i>Congesive Heart Failure</i>
DINKES	: Dinas Kesehatan
EEG	: Elektroensefalogram
EMG	: Elektromiogram
EOG	: Elektrookulogram
JNC 8	: <i>Joint National Committee 8</i>
KEMENKES	: Kementerian Kesehatan
L2	: <i>Lumbal 2</i>
LANSIA	: Lanjut Usia
MTBS	: Manajemen Terpadu Balita Sakit
NHANES	: <i>National Health and Nutrition Examination Survey</i>
NREM	: <i>Non Rapid Eye Movement</i>
OR	: <i>Odds Ratios</i>
POLI	: Poliklinik
PROLANIS	: Program Pengelolaan Penyakit Kronis
PSQI	: <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>
PUSKESMAS	: Pusat Kesehatan Masyarakat
RAS	: <i>Reticular Activating System</i>
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
RISKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar

SMS : *Short Message Service*
STIKES : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
T1 : *Thoracal 1*
UKP : Upaya Kesehatan Perorangan

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA