

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

Intan Yuliyanti Ningsih<sup>1</sup>, Miftafu Darussalam<sup>2</sup>  
Email: [intanyuliantiningsih@gmail.com](mailto:intanyuliantiningsih@gmail.com)<sup>1</sup>

## INTISARI

**Latar Belakang :** Tidur merupakan faktor yang penting bagi kualitas hidup. Setiap individu memiliki kebutuhan tidur yang berbeda baik dalam kuantitas maupun kualitas. Kualitas tidur mengacu pada tidur yang dijalani seorang individu menghasilkan kesegaran dan kebugaran saat terbangun dari tidurnya. Kualitas tidur yang buruk dapat memengaruhi keseimbangan hormon kortisol, yaitu katekolamin yang dapat mengaktifasi sistem saraf simpatis yang menyebabkan terjadinya peningkatan tekanan darah.

**Tujuan Penelitian :** Diketahui hubungan antara kualitas tidur dengan tekanan darah pada pasien hipertensi primer di Puskesmas Gamping 1 Sleman.

**Metode Penelitian :** Rancangan penelitian ini adalah studi *Descriptive Correlational* dengan pendekatan *retrospective*. Sampel diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan responden sebanyak 53 responden. Analisis bivariat menggunakan uji non parametrik yaitu uji *Somers'd* dengan tingkatan kemaknaan  $\alpha=0,05$ . Pengambilan data menggunakan kuesioner PSQI (*Pittsburgh Sleep Quality Index*) untuk mengetahui kualitas tidur dan pengukuran tekanan darah menggunakan *spygromanometer* digital.

**Hasil Penelitian :** Hasil analisis statistik menggunakan uji *Somers'd* menunjukkan *p-value* sebesar 0,03 (*p-value* < 0,05) yang berarti bahwa terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan tekanan darah pada pasien hipertensi primer di Puskesmas Gamping 1 dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,213.

**Kesimpulan :** Terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan tekanan darah pada pasien hipertensi primer di Puskesmas Gamping 1 Sleman.

**Kata Kunci :** *kualitas tidur, tekanan darah, hipertensi primer*

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>2</sup> Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SLEEP QUALITY AND  
BLOOD PRESSURE IN PRIMARY HYPERTENSION  
PATIENTS IN PUSKESMAS GAMPING 1  
SLEMAN**

**Intan Yuliyanti Ningsih<sup>1</sup>, Miftafu Darussalam<sup>2</sup>**  
Email: [intanyuliantiningsih@gmail.com](mailto:intanyuliantiningsih@gmail.com)<sup>1</sup>

***ABSTRACT***

**Background:** Sleep is an important factor for life quality. Every individual has different need of sleep both in quantity and quality. Sleep quality refers to sleep that is experienced by an individual that results in the freshness and fitness when awoken from his sleep. A bad sleep quality can influence the balance of cortisol hormone. i.e. catecholamine that can activate the sympathetic nervous system that causes the increase of blood pressure.

**Research Objective:** The research aimed at finding the relationship between sleep quality and blood pressure in primary hypertension patients in Puskesmas Gamping 1 Sleman.

**Research Method:** The research design was Descriptive Correlational study with retrospective approach. The sample was taken by using purposive sampling technique with 53 respondents. Bivariate analysis used non parametric test, i.e. Somers'd test with level of significance of  $\alpha = 0.05$ . The data collection used PSQI (Pittsburgh Sleep Quality Index) questionnaire to find out the sleep quality and blood pressure measurement using digital sphygmomanometer.

**Research Result:** The result of the statistical analysis using Somers'd test showed the p-value of 0.03 (p-value < 0.05) meaning that there was a relationship between sleep quality and blood pressure in primary hypertension patients in Puskesmas Gamping 1 with correlation coefficient value of 0.213.

**Conclusion:** There was a relationship between sleep quality and blood pressure in primary hypertension patients in Puskesmas Gamping 1 Sleman with low correlation.

**Keywords:** sleep quality, blood pressure, primary hypertension

---

<sup>1</sup> Student of Nursing Study Program of Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>2</sup> Lecturer of Nursing Study Program of Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta