

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA
LANSIA DI PADUKUHAN KADIROJO-2 KELURAHAN
PURWOMARTANI KALASAN**

SKRIPSI

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan



Oleh

FEBRIKE RAMBU WASAK LODANG

KP. 21.01.476

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM
SARJANA SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
WIRA HUSADA YOGYAKARTA**

2024/2025



SKRIPSI

HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI PADUKUHAN KADIROJO-2 KELURAHAN PURWOMARTANI KALASAN

Disusun Oleh :

Febrike Rambu Wasak Lodang

KP. 21.01.476

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal

Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji

Nur Hidayat, S. Kep., Ns., M. Kes

(.....)

Pembimbing Utama/Penguji I

Dr. Drh. Sitti Rahmah Umniyati, SU

(.....)

Pembimbing Pendamping/Penguji II

Antok Nurwidi Antara, S. Kep., Ns., M. Kep

(.....)

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar

Sarjana Keperawatan

Yogyakarta,

Ketua Prodi Keperawatan Program Sarjana

Yuli Ernawati, S. Kep, Ns., M. Kep





PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Febrike Rambu Wasak Lodang

NIM : KP. 21.01.476

Program Studi : S1 Keperawatan

Judul Penelitian : Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kejadian Hipertensi

Pada Lansia Di Padukuhan Kadirojo-2 Kelurahan

Purwomartani Kalasan

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya dalam bentuk skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di STIKES Wira Husada maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan Dosen Pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh atas karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta,

Yang membuat pernyataan,

Febrike Rambu Wasak Lodang

KP. 21.01.476



KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala kemurahan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi tugas akhir yang berjudul “Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Padukuhan Kadirojo-2 Kelurahan Purwomartani Kalasan”.

Dalam Proses penyelesaian ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak, dengan segala kerendahan hati penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Dr. Dra. Ning Rintiswati, M. Kes, selaku Ketua Stikes Wira Husada Yogyakarta yang memberi izin penelitian.
2. Yuli Ernawati, S. Kep., Ns., M. Kep., selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan dan Ners yang telah memberikan izin penelitian.
3. Dr. Drh. Sitti Rahmah Umniyati, SU selaku pembimbing utama yang memberikan bimbingan, dukungan, dan pengarahan kepada penulis selama penyusunan skripsi.
4. Antok Nurwidi Antara, S. Kep., Ns., M. Kep selaku pembimbing pendamping yang memberikan bimbingan, dukungan, dan pengarahan kepada penulis selama penyusunan skripsi.
5. Nur Hidayat, S. Kep., Ns., M. Kes selaku penguji yang sudah memberikan bimbingan, saran dan memberikan dukungan kepada peneliti dalam penyusunan skripsi.
6. Orang tua yang terkasih Umbu Laiya DamaNasu dan Yeni Rambu Ata terima kasih atas cinta, doa, dukungan, dan pengorbanan tanpa batas yang tidak pernah berhenti mengalir, baik secara moral dan materi yang luar biasa.
7. Adik-adik saya tercinta Yogi Artanto Umbu Peka Togu Lawang, Martin Umbu Oka Jurumana, Alvaro U. Tuku Kamudung, Alzandro Darel U. G. Kasedu, yang meskipun jarang menunjukkan secara langsung, namun selalu hadir dengan cara yang unik untuk memberikan semangat dan kehangatan di saat lelah dan ragu.

8. Seluruh anggota keluarga besar, yang senantiasa memberikan semangat dan dorongan moral selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
9. Terimakasih untuk Indriani yang selalu memberikan dukungan dan senantiasa memberikan semangat.
10. Terimakasih untuk Daniel Wona Baga yang telah memberikan dukungan, doa, kesabaran dan memberi semangat ketika saya hampir menyerah, dan percaya pada kemampuan saya ketika saya sendiri mulai meragukannya.
11. Terimakasih kepada diri sendiri yang telah berjuang, bertahan, dan tidak menyerah dalam menghadapi segala tantangan. Terimakasih sudah terus melangkah, bahkan saat merasa ingin berhenti dan sudah sampai sejauh ini.

Penulisan menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Maka dari itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat positif dan membangun dalam menyempurnakan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat berguna dan bermanfaat bagi pembaca.

Yogyakarta, Juli 2025

Penulis

MOTTO

***“Kesuksesan tidak selalu tentang menjadi yang tercepat, tapi
tentang siapa yang paling konsisten bertahan.”***

HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI PADUKUHAN KADIROJO-2 KELURAHAN PURWOMARTANI KALASAN

Febrike Rambu Wasak Lodang¹, Sitti Rahmah Umniyati², Antok Nurwidi³

INTISARI

Latar Belakang : Tidur merupakan salah satu kebutuhan pokok manusia dan harus dipenuhi. Manfaat tidur adalah saat sel-sel tubuh beristirahat, menyimpan energi, memperkuat imunitas tubuh, dan mempercepat proses penyembuhan penyakit. Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah secara terus-menerus dengan nilai sistolik lebih besar dari 140 mmHg dan nilai diastolik lebih besar dari 90 mmHg.

Tujuan Penelitian : Untuk menganalisis hubungan kualitas tidur dengan kejadian hipertensi pada lansia di Padukuhan Kadirojo-2 Kelurahan Purwomartani Kalasan.

Metode Penelitian : Metode ini menggunakan metode kuantitatif analitik, dengan desain *cross-sectional*. Populasi penelitian ini adalah 90 responden lansia, teknik pengambilan sampel adalah *Purposive Sampling* sebanyak 74 orang. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner dan tensimeter analisis data menggunakan *Spearman Rank*.

Hasil Penelitian : Hasil uji statistik analisis bivariat dengan *Spearman Rank* antara kualitas tidur dengan kejadian hipertensi pada lansia di Padukuhan Kadirojo-2 Purwomartani Kalasan diperoleh nilai signifikan yaitu 0,003 maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan.

Kesimpulan : Ada hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan kejadian hipertensi pada lansia di Padukuhan Kadirojo-2 Purwomartani Kalasan

Kata Kunci : *Kualitas Tidur, Kejadian Hipertensi*

¹Mahasiswa Program Studi Keperawatan STIKES Wira Husada Yogyakarta

²Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta dan Dosen FK-KMK UGM Yogyakarta

³Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SLEEP QUALITY AND THE
OCCURRENCE OF HYPERTENSION IN ELDERLY PEOPLE IN
PADUKUHAN KADIROJO-2, PURWOMARTANI VILLAGE, KALASAN**
Febrike Rambu Wasak Lodang¹, Sitti Rahmah Umniyati², Antok Nurwidi³

ABSTRACT

Background: Sleep is one of the basic human needs and must be fulfilled. The benefits of sleep are that the body's cells rest, store energy, strengthen the body's immunity, and accelerate the healing process of diseases. Hypertension is the continuous increase in blood pressure with systolic values greater than 140 mmHg and diastolic values greater than 90 mmHg.

Research Objective: to determine the relationship between sleep quality and the incidence of hypertension in the elderly in Padukuhan Kadirojo-2, Purwomartani Village, Kalasan.

Research Method: This method uses an analytical quantitative method, with a cross-sectional design. The population of this study consists of 90 elderly respondents, and the sampling technique is Purposive Sampling of 74 individuals. The data collection tool uses questionnaires and a sphygmomanometer, with data analysis using Spearman Rank.

Research Results: The results of the bivariate statistical analysis test using Spearman Rank between sleep quality and the incidence of hypertension in the elderly in Padukuhan Kadirojo-2 Purwomartani Kalasan obtained a significant value of 0.003, thus H_0 is rejected and H_a is accepted, indicating that there is a significant relationship.

Conclusion: There is a significant relationship between sleep quality and the incidence of hypertension in the elderly in Padukuhan Kadirojo-2 Purwomartani Kalasan.

Keywords: Sleep Quality, Hypertension Incidence

¹Students of the Nursing Study Program at STIKES Wira Husada Yogyakarta

²Lecturer at STIKES Wira Husada Yogyakarta and FK-KMK UGM Yogyakarta

³Lecturers at STIKES Wira Husada Yogyakarta

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	I
LEMBAR PENGESAHAN.....	II
KATA PENGANTAR.....	III
DAFTAR ISI	VII
DAFTAR TABEL	IX
DAFTAR GAMBAR.....	X
DAFTAR LAMPIRAN.	XI
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Ruang Lingkup Penelitian.....	4
E. Manfaat Penelitian.....	5
F. Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Landasan Teori.....	9
B. Kerangka Teori.....	19
C. Kerangka Konsep	20
D. Hipotesis.....	21
BAB III METODE PENELITIAN	22
A. Jenis Penelitian.....	22
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	22
C. Populasi dan Sampel.....	22
D. Variabel Penelitian	24
E. Definisi Operasional	25

F. Alat Penelitian.....	26
G. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	27
H. Analisis Data.....	28
I. Rencana Jalannya Pelaksanaan Penelitian	29
J. Etika Penelitian	31
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	32
A. Hasil Penelitian.....	32
B. Pembahasan	36
C. Keterbatasan Penelitian	42
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	43
A. Kesimpulan.....	43
B. Saran	43
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN	51

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penuaan ialah tahap perkembangan pada kehidupan seseorang yang disebut usia. Proses menua adalah sesuatu yang pasti terjadi pada semua orang, yang secara bertahap menghasilkan perubahan. Selain itu, menurut Dewi (2014), ketika tubuh menerima rangsangan dari dalam maupun luar, daya tahan tubuh menurun. Fungsi fisiologis yang akan terjadi termasuk perubahan pada pola tidur, pencernaan, pernapasan, ekskresi, saraf, otot, reproduksi, dan sistem kardiovaskuler. Sistem kardiovaskuler seseorang berubah seiring bertambahnya usia. Hipertensi dapat disebabkan tekanan darah yang meningkat karena dinding pembuluh darah akan kaku dan tidak elastis seiring bertambahnya usia (Dewi, 2014).

Faktor- faktor yang dapat mempengaruhi peningkatan tekanan darah pada lansia antara lain peningkatan usia, jenis kelamin perempuan, dan rendahnya tingkat pendidikan (Riamah, 2019). Kebiasaan pola makan seperti asupan makanan asin dan berlemak serta tingkat stres (Imelda *et al.*, 2020).

Tekanan darah yang terus meningkat dikenal sebagai hipertensi, yang memiliki nilai sistolik lebih besar dari 140 mmHg dan nilai diastolik lebih besar dari 90 mmHg (Ratnawati, 2017). Perubahan yang terjadi pada sistem kardiovaskuler seseorang selama masa tua termasuk peningkatan massa jantung, pembesaran ventrikel, dan kapasitas diastolik jantung yang lebih rendah (Azizah, 2011).

Hipertensi adalah tanda-tanda yang tidak jarang ditemui dalam orang lansia dan sebagai faktor risiko primer insiden penyakit kardiovaskuler (Setiyorini, 2014). Tekanan darah tinggi pada lansia merupakan kondisi dengan risiko paling tinggi dan dapat berakibat fatal jika tidak segera ditangani. Tekanan darah tinggi pada orang lanjut usia umumnya disebabkan oleh perubahan kondisi pembuluh darah, termasuk jantung. Pada dasarnya pembuluh darah menjadi lebih kaku dan kurang elastis seiring bertambahnya usia. Organ dan sistem dalam tubuh orang lanjut usia bisa berubah.

Salah satu penyakit berbahaya di Indonesia dan di seluruh dunia adalah hipertensi. *World Health Organization* (WHO) mengatakan bahwa pada tahun 2018 ada 1,13 miliar orang di seluruh dunia yang menderita hipertensi. Di Indonesia, jumlah orang dengan hipertensi di usia 55 hingga 64 tahun adalah 55,2% (Kemenkes RI, 2019). Di Indonesia, hipertensi memiliki prevalensi tertinggi sebesar 34,11% dari populasi, dengan prevalensi perempuan lebih tinggi dari laki-laki. Dengan bertambahnya usia, prevalensi meningkat.

Berbagai faktor berkontribusi pada kualitas tidur, yang merupakan fenomena yang kompleks. Ini termasuk evaluasi jumlah waktu yang dihabiskan untuk tidur, gangguan tidur, masa laten atau disfungsi tidur di siang hari, kualitas tidur, penggunaan obat tidur, dan efisiensi tidur. Jika salah satu faktor ini mengalami masalah, maka kemungkinan besar kualitas tidur akan menurun. Tidur adalah proses yang diperlukan agar otak dapat berfungsi dengan baik,

lansia membutuhkan antara 7,5 dan 8 jam tidur per hari (Priyoto, 2015).

Tidur merupakan salah satu kebutuhan pokok manusia dan harus dipenuhi. Manfaat tidur adalah saat sel-sel tubuh beristirahat, menyimpan energi, memperkuat imunitas tubuh, dan mempercepat proses penyembuhan penyakit. Kegagalan dalam memenuhi kebutuhan tidur masyarakat khususnya lansia dapat menimbulkan dampak negatif bagi mereka seperti depresi, kecemasan, dan konsentrasi yang buruk (Wahyuni *et al.*, 2020). Pola tidur pada orang tua adalah kondisi di mana individu mendapatkan jumlah yang memadai dan kualitas tidur, tetapi dengan pola tidur yang lebih tua, pola tidur sangat rentan terhadap faktor-faktor set-false yang dihadapi orang tua. Gangguan tidur pada orang tua harus dipertimbangkan. Karena jika mereka tidak menerima pola tidur yang tepat, kualitas tidur pada orang tua juga dapat mempengaruhi kesehatannya (Martini *et al.*, 2018).

Kurang tidur dapat mengganggu memori dan kemampuan kognitif. Tekanan darah tinggi dan masalah mental dapat muncul jika ini berlanjut. Kualitas tidur adalah hal yang sangat penting. Kurang tidur akan meningkatkan risiko penyakit jika berlangsung lama. Pada dasarnya, kurang tidur dapat mengganggu metabolisme serta endokrin, yang bisa menyebabkan masalah kardiovaskular (Sunaringtyas *et al.*, 2018). Seseorang dapat mengalami gangguan keseimbangan fisiologis jika mereka bangun dari kualitas tidur yang buruk. Jika tidak ada masalah selama tidur atau tanda-tanda gangguan tidur lainnya, kualitas tidur seseorang harus baik (Rusdiana *et al.*, 2019). Berbagai faktor berkontribusi pada kualitas tidur, yang merupakan fenomena yang sangat kompleks, termasuk persepsi tentang jumlah waktu yang dihabiskan untuk tidur, masalah yang ada kaitannya dengan tidur. Oleh karena itu, jika satu diantara ketujuh faktor ini terganggu maka kualitas tidur akan menurun. (Nashori, 2011).

Posisi DIY menjadi provinsi tertinggi ke-4 dari seluruh provinsi di Indonesia untuk prevalensi hipertensi (Dinas Kesehatan D. I. Yogyakarta, 2022). Provinsi DIY terdiri dari 5 kabupaten salah satu kabupaten Sleman. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman Yogyakarta, terdapat 18.412 kasus hipertensi pada lansia di Kabupaten Sleman pada tahun 2024. Data hipertensi tertinggi terdapat di Puskesmas Kalasan sebanyak 1.147 kasus dari 25 puskesmas (Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman, 2024). Kasus hipertensi pada lansia terbanyak berada di Kelurahan Purwomartani Kecamatan Kalasan yaitu sebanyak 386 lansia yang berasal dari 21 padukuhan. Padukuhan Kadirojo-2 menempati urutan pertama dengan jumlah kasus sebanyak 90 lansia.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada 23 Februari 2025 di Kelurahan Purwomartani Padukuhan Kadirojo-2 terhadap 10 lansia dengan usia 60 tahun ke atas, 6 diantaranya mengatakan sering terbangun pada malam hari, terutama antara jam 2 hingga 4 pagi, ia merasa gelisah dan sulit untuk tidur dan 4 di antaranya sering merasa tidak bisa tidur dengan nyenyak karena kecemasan mengenai tekanan darahnya dan dari studi pendahuluan yang dilakukan, hal tersebut menunjukkan sebagian lansia di Padukuhan Kadirojo-2 kualitas tidur belum baik.

Sehingga berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka pada penelitian ini, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang. “Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Padukuhan Kadirojo-2 Kelurahan Purwomartani Kalasan”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah ada hubungan kualitas tidur dengan kejadian hipertensi pada lansia di Padukuhan Kadirojo-2 Kelurahan Purwomartani Kalasan.

C. Tujuan Penelitian

a. Tujuan Umum

Untuk menganalisis hubungan kualitas tidur dengan kejadian hipertensi pada lansia di Padukuhan Kadirojo-2 Kelurahan Purwomartani Kalasan.

b. Tujuan khusus

1. Untuk mengetahui karakteristik lansia dengan kejadian hipertensi di Padukuhan Kadirojo-2 Kelurahan Purwomartani Kalasan.
2. Untuk mengetahui kualitas tidur pada lansia di Padukuhan Kadirojo-2 Kelurahan Purwomartani Kalasan.
3. Untuk mengetahui kejadian hipertensi pada lansia di Padukuhan Kadirojo-2 Kelurahan Purwomartani Kalasan.

D. Ruang Lingkup

a. Materi

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup penelitian keperawatan gerontik.

b. Responden

Responden dalam penelitian ini adalah lansia yang memiliki kualitas tidur dengan kejadian hipertensi di Padukuhan Kadirojo-2 Purwomartani Kalasan.

c. Waktu

Penelitian ini dilakukan dari bulan Maret sampai dengan Mei 2025.

d. Tempat

Tempat Penelitian ini dilakukan di Padukuhan Kadirojo-2 Kelurahan Purwomartani Kalasan.

E. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan tentang kualitas tidur dengan kejadian hipertensi pada lansia

b. Manfaat Praktis

1. Bagi Stikes Wira Husada Yogyakarta

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi bagi mahasiswa Stikes Wira Husada Yogyakarta.

2. Bagi Responden

Sebagai bahan informasi tentang pemahaman kesadaran lansia dalam perubahan gaya hidup atau tidur yang cukup agar dapat membantu mengontrol tekanan darah.

3. Bagi Peneliti

Dapat lebih mengetahui Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia.

F.Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini berdasarkan beberapa penelitian terdahulu dalam penelitian ini yang mempunyai karakteristik yang relatif sama dalam hal tema kajian, meskipun berbeda dalam hal kriteria subjek, jumlah dan posisi variabel penelitian atau metode analisis yang digunakan. Persamaan dan perbedaan penelitian yang akan dilakukan mengenai hubungan gangguan pola tidur dengan hipertensi pada lansia, dapat di lihat pada Tabel 1.1.

Tabel 1.1 Keaslian

No	Nama peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil penelitian	Persamaan	Perbedaan
1	Galuh Ananda, Ratnah, Rotua Suriany Simamora (2023)	Hubungan kualitas tidur dengan kejadian hipertensi pada lansia di Desa Sukadaya Kecamatan Sukawangi Kabupaten Bekasi (2023)	Jenis penelitian yang digunakan adalah menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode observasional (<i>cross sectional</i>), sampel sebanyak 170 dengan rentang usia 60 tahun keatas. Teknik sampling menggunakan <i>simple random sampling</i> .	Hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas tidur responden yang berkategori buruk sebanyak 86 responden 50,6% dan tekanan darah responden terbanyak berkategori tinggi sebanyak 98 responden 57,6%. Hasil uji statistik diperoleh bahwa didapatkan nilai p value=0.000 ($\alpha < 0,05$). Maka hal ini menunjukkan H0 ditolak yang artinya bahwa ada hubungan kualitas tidur dengan kejadian hipertensi pada lansia.	Persamaan dalam penelitian ini terletak pada variabel bebas yaitu kualitas tidur	Perbedaan terdapat pada lokasi penelitian, jumlah populasi dan sampel.

No	Nama peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
2.	Febri Andriyani, Imas Sartika, Meynur Rohmah (2023)	Hubungan kualitas tidur dengan kejadian hipertensi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia-2 Jakarta Barat	Jenis penelitian yang digunakan adalah metode <i>Cross- Sectional</i> . Teknik Sampel: Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel penelitian ini adalah dengan metode total sampling.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa Analisa statistik uji <i>chi-square</i> bahwa P Value $0.000 < 0,05$ Kesimpulan: Hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 2 Jakarta Barat	Persamaan dalam penelitian ini terletak pada variabel bebas yaitu kualitas tidur	Perbedaan terdapat pada lokasi penelitian, jumlah populasi dan sampel.

No	Nama	Judul	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
	Peneliti	Penelitian				
3.	Susang Gini, Luri Mekeama, Yusnilawati (2024).	Hubungan kualitas tidur dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi	Jenis penelitian yang digunakan penelitian kuantitatif dengan metode <i>Cross</i> <i>Sectional</i> . Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 105 responden dengan teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu Purposive Sampling.	Hasil penelitian ini menunjukkan uji statistik <i>correlation</i> gamma didapatkan nilai p value sebesar 0,000 dan nilai r 0,668 yang menunjukkan tingkat hubungan yang kuat dengan arah positif antara kualitas tidur dengan kejadian hipertensi, dimana semakin buruk kualitas tidur pada lansia maka semakin meningkat tekanan darah lansia. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan kejadian hipertensi pada lansia.	Persamaan dalam penelitian ini terletak pada variabel bebas yaitu kualitas tidur	Perbedaan terdapat pada lokasi penelitian, jumlah populasi dan sampel.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab diatas, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Ada hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dan kejadian hipertensi pada lansia di Padukuhan Kadirojo-2 Kelurahan Purwomartani Kalasan Yogyakarta, dengan kekuatan hubungan sedang.
2. Karakteristik lansia berdasarkan usia mayoritas berada pada usia lanjut (60-69 tahun) sebanyak 37 orang (50,0%). Pada karakteristik jenis kelamin mayoritas lansia berjenis kelamin perempuan sebanyak 47 orang (63,5%), sedangkan sebagian besar lansia berdasarkan pendidikan sebanyak 22 orang SMA (29,7%).
3. Kualitas tidur lansia di Pedukuhan Kadirojo-2 Kelurahan Purwomartani Kalasan Yogyakarta mayoritas memiliki kualitas tidur yang buruk sebanyak 59 orang (79,7%).
4. Lansia di Pedukuhan Kadirojo-2 Kelurahan Purwomartani Kalasan Yogyakarta mayoritas memiliki hipertensi sedang sebanyak 31 orang (41,9%).

B. Saran

1. Bagi Stikes Wira Husada Yogyakarta

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi dan wawasan bagi Stikes Wira Husada Yogyakarta.

2. Bagi responden

Sebagai bahan informasi tentang pemahaman kesadaran lansia dalam perubahan gaya hidup atau tidur yang cukup agar dapat membantu mengontrol tekanan darah.

3. Bagi peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi untuk penelitian selanjutnya serta melakukan penelitian mengenai terapi yang efektif untuk memperbaiki kualitas tidur yang buruk serta menurunkan tekanan darah yang tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, S. R., Anwar, S., & Nurhayati, N. (2022). Tingkat Kecemasan pada Lansia yang Dilakukan Terapi Teknik Relaksasi Otot Progresif dan Terapi Reminiscence. *Jurnal Kesehatan*, 13(1), 150-155.
- Adinatha, N. N. M., & Wulaningsih, I. (2019). Hubungan kualitas tidur dengan peningkatan tekanan darah pada lansia di unit pelayanan sosial lanjut usia pucang gading kota semarang. *Jurnal Surya Muda*, 1(2), 70-77.
- Andini, F., & Wahyuni, S. (2020). Hubungan Kualitas Kelekatan dengan Kemandirian Remaja yang Dibesarkan Oleh Orang Tua Tunggal. *Buletin Ilmiah Psikologi*. 1(2), 93- 104.
- Arifin, B. S., & Rusdiana, A. (2019). Manajemen Pendidikan Karakter.
- Ananda, G., Ratnah, I., & Simamora, R. S. (2024). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Desa Sukadaya Kecamatan Sukawangi Kabupaten Bekasi 2023. *Jurnal Medicare*, 3(4), 256-265.
- Antara, A. N., Damayanti, S., & Musrif, W. O. J. (2017). HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN KEPALA KELUARGA DENGAN PEMBERIAN DIET PADA LANSIA YANG MENGIDAP HIPERTENSI DI RW 1 DUSUN DEMANGAN SELOMARTANI. Mikki: Majalah Ilmu Keperawatan dan Kesehatan Indonesia, 5(1).
- Azizah. (2011). *Keperawatan lanjut usia* . Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Berliany V., S. (2021). Studi Fenomenologi Pengalaman Lansia Dengan Demensia Mengikuti Cst (Cognitive Stimulation Therapy) Di LKS-LU Pangesti Lawang Phenomenology Study of Demented Older Adults Attending CST (Cognitive Stimulation Therapy) In LKS-LU Pangesti Lawang. *Jurnal Keperawatan Malang*, 7(1), 77-84.
<https://jurnal.stikespantiwaluya.ac.id/index.php/JPW>.
- Bruno, L. (2019). Kualitas tidur. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689-1699.
- Brunner & Suddarth. (2015). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Edisi 12 volume 1. Jakarta : EGC
- Buyse, D. J., et al., (2018). Sleep and health in older adults. *Sleep Medicine Reviews*, 37, 27-36.

- Dewi, S.R. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Edisi 1. Yogyakarta: Deepublish.
- Dinas Kesehatan D. I Yogyakarta, (2022). *Profil Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta*.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman, (2024). *Profil Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta*.
- Fitriana, Y., Sutanto, A. V., & Andriyani, A. (2022). Advocacy of Midwives Referring Patients for Sectio Caesarea in Second-Level Health Care Provider Social Security Management Agency in Bantul. *Jurnal Kebidanan*, 12(1), 26-37.
- Gultom, E. R. (2023). Pengaruh Senam Ergonomik Secara Berkelompok Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Posyandu Brotojoyo. 2(1), 10–19. <https://repository.stikespantiwaluya.ac.id/id/eprint/281/>
- Gini, S., Mekeama, L., & Yusnilawati, Y. (2024). Hubungan Kualitas Tidur dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi. *Jurnal Ners*, 8(2), 2115-2121.
- Hasibuan, R. K., & Hasna, J. A. (2021). Gambaran Kualitas Tidur pada Lansia dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya di Kecamatan Kayangan, Kabupaten Lombok Utara, Nusa Tenggara Barat. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 17(2), 187-195.
- Hidayat, S. S. dkk. (2015). *Panduan Penulisan Skripsi Sarjana*, Edisi Revisi- Juli 2015. Bandung : Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha.
- Imelda, F. & Santosa, H. 2020. *Deteksi Dini Kanker Serviks Pada Wanita*. Edisi 1. Medan: Anugerah Pangeran Jaya Press.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Hipertensi Penyakit Paling Banyak Didap Masyarakat*. Kementerian Kesehatan RI. Sekretariat Jenderal. Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun, 248. <https://doi.org/351.077> Indr
- Khoirunnisa, R. (2023). Hubungan pola tidur dengan hipertensi lansia pada puskesmas Bangetayu kota Semarang. *Skripsi Program Studi Keperawatan*, Universitas Islam Sultan Agung Semarang.

- Lestari, Y. I., & Nugroho, P. S. 2019. Hubungan Tingkat Ekonomi dan Jenis Pekerjaan dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas. *Borneo Student Research*, 1(2), 269–273.
- Lusiyana, N., 2020, Optimalisasi peran kader posbindu dalam deteksi hipertensi di posbindu kedungpoh tengah wonosari yogyakarta. *Jurnal Education and Development* 8(2), 167-167.
- Luckenote AG. (2019). *Gerontologic Nursing* Ed Mosby St Louis Philadelphia.
- Madeira. (2019). Hubungan gangguan pola tidur dengan hipertensi pada lansia. *Nursing News Journal*, 4(1), 29-39.
- Martini S, Roshifani S, Marzela F. Pola Tidur yang Buruk Meningkatkan Risiko Hipertensi. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, Vol.14 No.3 (2018):297. doi: 10.30597/mkmi. v14i3.4181 Mesencephalon. Vol.6 No.1 (2020):62-68
- Mayasari., Agung, W., Wati, J., Rohman, A (2019). Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi. *Journal Of Telenursing*.
- Nainar AAA, Rayatin L., Indiyati N. Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Puskesmas Balaraja. *Simposium Nasional Multidisiplin (Sinamu)*. Vol.2 (2022):1827.
- Nashori, F. (2011). Meningkatkan kualitas hidup dengan pemanfaatan. *Unisia*, 7(5), 214-226.
- Nurrahmi, H. (2015). Kompetensi profesional guru bimbingan dan konseling. *Jurnal Dakwah Alhikmah*, 9(1), 45-55.
- Nursiati, C., W. (2018). Hubungan antara kualitas tidur dengan tekanan darah pada siswa kelas X-XI di SMA N 1 Kwadungan Kabupaten Ngawi. Madiun: STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.
- Nurimah, P., Hariyono, & Triuspitasari, M. (2020). Hubungan Lama Menderita Hipertensi dengan Kejadian Demensia Pada Lansia.
- Notoatmodjo, (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Potter & Perry. (2010). *Fundamental Of Nursing* edisi 7. Jakarta : Salemba medika. Priyoto. (2015). *Nursing Intervention Classification Dalam Keperawatan Gerontik*. Jakarta: Salemba Medika.

- Putra, A. B. (2019, October). Perancangan dan Pembangunan Sistem Informasi E- Learning Berbasis Web (Studi Kasus Pada Madrasah Aliyah Kare Madiun). In *Prosiding Seminar Nasional Teknologi Informasi dan Komunikasi (SENATIK)* Vol. 2, No. 1, pp. 81-85.
- Pebrisiana, P., Tambunan, L. N., & Baringbing, E. P. (2022). Hubungan Karakteristik dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien Rawat Jalan di RSUD Dr. Doris Sylvanus Provinsi Kalimantan Tengah. *Jurnal Surya Medika*, 8(3), 176–186.
<https://doi.org/10.33084/jsm.v8i3.4511>
- Priyoto, N., & Umam, F. F. N. (2015). Efektifitas Senam Peregangan Terhadap Gangguan Tidur (Insomnia) Pada Lansia yang Mengalami Dimensia. *Jurnal Keperawatan*, 10(1), 8-8.
- Potter. P. A. & Perry. A. G. (2012). *Fundamental of Nursing*. Edisi 4. Jakarta. Salemba Medika.
- Ratnawati, A. (2017). *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Sistem Reproduksi* (P. B. Press, ed.).
- Rusdiana, R., Maria, I., & Al Azhar, H. (2019). Hubungan kualitas tidur dengan peningkatan tekanan darah pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Guntung Payung. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (Jksi)*, 4(2), 78-84.
<https://doi.org/10.51143/Jksi.v4i2.182>.
- Riamah. (2019). Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Hipertensi Pada Lansia Di Upt Pstw Khusnul Khotimah. *Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Hipertensi Pada Lansia Di Upt Pstw Khusnul Khotimah*, 13(2), 102–114.
- Rizki, M., Z. (2024). Hubungan Self Care Terhadap Kualitas Tidur pada Pasien Diabetes Melitus di Wilayah Puskesmas. *MESIR: Journal of Management Education Social Sciences Information and Religion* 1 (1), 378-385.
- Rochmah, P. H., Rasni, H., & Nur, K. R. M. (2019). Hubungan Mekanisme Koping dengan Kualitas Hidup Pada Klien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliwates-Jember. *e- Journal*, 2 (3), 525-534.
- Rumagit, S., & Aotama, F. (2024). PENGARUH SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA TOMPASO II. *DHARMA MEDIKA*, 4(2), 15-25.

- Savira, F., & Suharsono, Y. (2013). Virtual Learning: Pemanfaatan Teknologi Informasi Dan Komunikasi Untuk Meningkatkan Kualitas Pembelajaran. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 1(01), 1689-1699.
- Sambeka, R., Kalesaran, A. F., & Asrifuddin, A. (2018). Hubungan kualitas tidur dengan hipertensi pada lansia di Desa Tambun Kecamatan Likupang Barat tahun 2018. *KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*, 7(3).
- Šćepović, D., Radonjić, A. R., & Lepir, L. (2021). Social Work and Social Protection in crisis circumstances—Organisation and activities of Centre for Social Work Banja Luka during the floods in 2014. *European Journal of Social Sciences*, 4(1), 72-85.
- Setyorini, A. (2014). Kesehatan Reproduksi & Pelayanan Keluarga Berencana. In Kista (1st ed., pp. 101–103). Bogor: Penerbit IN MEDIA.
- Setiawan, A., Maulana, D., & Widyaningrum, R. (2018). Hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah lanjut usia penderita hipertensi esensial di upt rumah pelayanan sosial lanjut usia budi dharma yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 9(1), 55-63.
- Sihura, S. S. G., Purnama, A., & Rokhmianti, E. (2021). Optimalisasi Model Asuhan Keperawatan Profesional Tim Di Ruang S RS X Bogor. *Journal of Management Nursing*, 1(01), 17-22.
- Sugiyono. (2019). Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Dan R&D. Bandung: ALFABETA.
- Sukmawati, N. M. H., & Putra, I. G. S. W. (2019). Reliabilitas kusioner pittsburgh sleep quality index (Psqi) versi bahasa Indonesia dalam mengukur kualitas tidur lansia. *WICAKSANA: Jurnal Lingkungan dan Pembangunan*, 3(2), 30-38.
- Sunaringtyas, W., Fuadah, D. Z., & Kusdiantoro, L. (2018). Pengaruh Pelaksanaan Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Hipertensi Di Puskesmas Tumpang Kecamatan Talun Kabupaten Blitar. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 5(3), 434-437.
- Tatineny, P., Shafi, F., Gohar, A., & Bhat, A. (2020). Sleep in the elderly. *Missouri medicine*, 17(5), 490-497

- Triana Sari, M., & Eka Putri, M. (2023). Pengendalian dan Pencegahan Komplikasi Hipertensi pada Lansia Melalui Pendidikan Kesehatan Perilaku Patuh dan Teknik Relaksasi Otot Progresf. *Jurnal Abdimas Kesehatan*, 5(1), 145–151.
- Wahyuni., & Eksanoto (2013). Hubungan Tingkat Pendidikan dan Jenis Kelamin dengan Kejadian Hipertensi di Kelurahan Jagalan di wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sawit Surakarta. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*. Vol, 1 (1) : 79-85.
- Widiyanto, A. H. S. (2016). Perbedaan Pola Tidur Antara Kelompok Terlatih Dan Tidak Terlatih. *Medikora*, 15(1), 85-95.
- Widodo, P. B., Rusmawati, D., Mujiasih, E., & Dinardinata, A. (2022). Validitas Isi Skala Integritas Akademik Dosen. *Jurnal Empati*, 11(3), 146-153.
- Wiltshire, A. H. 2016. The Meanings Of Work In A Public Work Scheme In South Africa. *International Journal of Sociology and Social Policy*, 36(1), 2-17, doi: <https://doi.org/10.1108/IJSSP-02-2015-0014>.
- Yekti, dkk. (2022). Analisis faktor risiko serangan stroke berulang pada pasien usia produktif. *Jurnal Medica Arteriana (Med-Art)* 4 (1), 1-10.