

**GAMBARAN KUALITAS TIDUR DAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA
DI DUSUN PLAOSAN, DESA TLOGOADI, KECAMATAN
MLATI, KABUPATEN SLEMAN, DAERAH ISTIMEWA
YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan



**Oleh :
OKTAVIANA ROSARIA KONDO
KP.21.01.531**

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

2025



SKRIPSI

**GAMBARAN KUALITAS TIDUR DAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI
DUSUN PLAOSAN, KECAMATAN MLATI, KABUPATEN SLEMAN, DAERAH
ISTIMEWA YOGYAKARTA**

Disusun Oleh:

Oktaviana Rosaria Kondo

KP.21.01.531

Telah diseminarkan didepan Dewan Penguji pada tanggal.....

Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji


Fransiska Tatto Dua Lembang, S.Kep.,Ns.,M.Kes.

Pembimbing Utama/Penguji I


Muryani, S.Kep.,Ns.,M.Kes

Pembimbing Pendamping/Penguji II


Anida, S.Kep.,Ns.,M.Sc

**Skrripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar sarjana Keperawatan**

Yogyakarta.....

Mengetahui

Ketua Prodi Keperawatan Program Sarjana


Yuli Ernawatui, S.Kep., Ns., M.Kep.





PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Oktaviana Rosaria Kondo

NIM : KP2101521

Program Studi : Keperawatan Program Sarjana

Judul Penelitian : Gambaran Kualitas Tidur Dan Tekanan Darah Pada Lansia Di
Dusun Plaosan, Desa Tlogoadi, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman,
Daerah Istimewa Yogyakarta

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 dari 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, 05 Agustus 2025

Ya
ataa
METERAI
TEMPEL
CFEANX009966257
Oktaviana Rosaria Kondo
NIM. KP .21 .01 .531



KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur saya panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan Rahmat, berkat dan kasih serta karunianya kepada saya, sehingga menyelesaikan skripsi dengan judul “Gambaran Kualitas Tidur dan Tekanan Darah pada Lansia di Dusun Plaosan, Desa Tlogoadi, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta

Penulisan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan. Skripsi ini dapat terlaksana dengan baik atas bantuan berbagai pihak, khususnya pembimbing.

Pada kesempatan ini, saya ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat :

1. Dr. Dra. Ning Rintiswati, M. Kes, selaku Ketua Stikes Wira Husada Yogyakarta, yang telah memberikan izin penelitian
2. Yuli ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku ketua program studi ilmu keperawatan (S1) STIKES Wira Husada Yogyakarta yang telah memberikan izin penelitian
3. Muryani, S.Kep., Ns., M.Kes selaku dosen pembimbing I yang telah banyak memberikan arahan dan masukan demi lancarnya penyusunan skripsi ini
4. Anida, S.Kep., Ns., M.Sc selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan arahan dan bimbingan dan sudah meluangkan waktu untuk membimbing dan berdiskusi dalam penyusunan skripsi ini.
5. Fransiska Tatto Dua Lembang, S.Kep., Ns., M.Kes selaku dosen penguji saya yang telah banyak membantu, memberikan masukan dan dukungan kepada peneliti dalam penyusunan skripsi ini.
6. Pertaman – tama penulis mengucapkan puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Penulis berharap, skripsi ini dapat menjadi berkat bagi banyak orang.
7. Kedua orangtua saya, Bapak Marinus Kondo dan Ibu Paulina Kaka dua orang yang hebat yang selalu menjadi penyemangat saya dan sebagai sandaran terkuat. Yang tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta dan selalu memberi

motivasi. Terimakasih selalu berjuang untuk kehidupan saya, terimakasih untuk semuanya berkat Doa dan dukungan Bapa dan Mama saya bisa berada di titik ini. Sehat selalu dan hiduplah lebih lama lagi, Bapa dan Mama harus ada di setiap perjalanan dan pencapaian hidup saya, I wish one day bisa membalas apa yang telah kalian berikan, I loveyou more.

8. Untuk Rosalinda Meliana Kondo terimakasih selalu jadi panutan dan selalu jadi kakak yang hebat untuk saya, terimakasih selalu memberi motivasi, dukungan, dan selalu menghibur saya
9. Kedua adik saya Albert Detrapani Agil Kondo dan Norbertus Reskio Kondo yang selalu menghibur, memberi semangat, memberikan Doa serta Motivasi sehingga terselesaikan skripsi ini. Tumbuhlah menjadi versi paling hebat adik-adikku
10. Kepada teman-teman Angkatan 2021 Terimakasih selalu memberikan motivasi semangat dan dukungan sehingga terselesaikan skripsi ini
11. Kepada diri sendiri, yang telah bertahan hingga saat ini disaat penulis tidak percaya terhadap dirinya sendiri, namun penulis tetap mengingat bahwa setiap langkah kecil yang telah diambil adalah bagian dari perjalanan, meskipun terasa sulit. Perjalanan menuju impian bukanlah lomba, tetapi lebih seperti maraton yang memerlukan ketekunan, kesabaran, dan tekad yang kuat. Terimakasih sudah mampu bertahan dan menyelesaikan studi ini. Apapun pilihan yang dipegang sekarang terimakasih sudah berjuang sejauh ini. Terimakasih tetap memilih berusaha sampai titik ini dan tetap menjadi manusia yang selalu mau berusaha sampai titik lelah mencoba. Ini merupakan pencapaian yang patut dirayakan untuk diri sendiri. Berbahagialah selalu apapun kekurangan dan kelebihanmu mari tetap berjuang untuk kedepan

Penulis menyadari masih terdapat banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat diperlukan untuk dijadikan bahan evaluasi.

Yogyakarta, Desember 2024

Oktaviana Rosaria Kondo

GAMBARAN KUALITAS TIDUR DAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI DUSUN PLAOSAN, DESA TLOGOADI, KECAMATAN MLATI, KABUPATEN SLEMAN, DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA

Oktaviana Rosaria Kondo¹, Muryani², Anida³

INTISARI

Latar belakang : Lansia merupakan fase akhir dalam kehidupan yang ditandai dengan berbagai penurunan biologis, psikologis, dan sosial. Salah satu masalah kesehatan pada umumnya adalah gangguan tidur, yang berpotensi memengaruhi tekanan darah.

Tujuan penelitian : Untuk mengetahui gambaran kualitas tidur dengan tekanan darah pada lansia di dusun plaosan, desa tlogoadi, sleman, yogyakarta

Metode : Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *total sampling*, jumlah populasi sebanyak 34 responden dan jumlah sampel sebanyak 34 responden

Hasil : Hasil penelitian ditemui usia lebih banyak 72 keatas (58,8%). Jenis kelamin laki-laki (55,9%), tingkat pendidikan responden berpendidikan Sekolah Dasar (58,85%), pekerjaan responden adalah petani/buruh (55,9%), sebagian besar responden kualitas tidurnya buruk (52,9%), dan sebagian besar memiliki hipertensi derajat 1 dan derajat 2 masing-masing memiliki (50,0%).

Kesimpulan : sebagian besar lansia di padukuhan plaosan memiliki kualitas tidur buruk dan memiliki hipertensi derajat 1 dan hipertensi derajat 2.

Kata kunci : *Kualitas tidur, tekanan darah, lansia*

¹ Mahasiswa Prodi Keperawatan Program Sarjana STIKES Wira Husada Yogyakarta

² Dosen Prodi Keperawatan Program Sarjana STIKES Wira Husada Yogyakarta

³ Dosen Prodi Keperawatan Program Sarjana STIKES Wira Husada Yogyakarta

**DESCRIPTION OF SLEEP QUALITY AND BLOOD PRESSURE IN
THE ELDERLY IN PLAOSAN HAMLET, TLOGOADI VILLAGE,
MLATI DISTRICT, SLEMAN REGENCY, SPECIAL
REGION OF YOGYAKARTA**

Oktaviana Rosaria Kondo¹, Muryani², Anida³

ABSTRACT

Background : Elderly is the final phase of life which is marked by various biological, psychological, and social declines. One of the common health problems is sleep disorders, which have the potential to affect blood pressure

Objective : To find out the picture of sleep quality with blood pressure in the elderly in plaosan hamlet, tlogoadi village, sleman, yogyakarta

Methods : This study used a descriptive method with a cross-sectional design. Sampling was conducted using a total sampling technique, with a population of 34 respondents and a sample of 34 respondents

Results : The results of the study were found to be more age 72 and above (58.8%). Male gender (55.9%), respondents' education level was elementary school education (58.85%), respondents' occupation was farmers/laborers (55.9%), most of the respondents had poor sleep quality (52.9%), and most had grade 1 and grade two hypertension respectively (50.0%).

Conclusion : Most of the elderly in the plaosan hamlet have poor sleep quality and have grade 1 and grade 2 hypertension

Keywords : *Sleep quality, blood pressure, elderly*

¹*Student of Nursing Study Program Student STIKES Wira Husada Yogyakarta*

²*Lecturer of Nursing Study Program Student STIKES Wira Husada Yogyakarta*

³*Lecturer of Nursing Study Program Student STIKES Wira Husada Yogyakarta*

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
KATA PENGANTAR	iii
INTISARI	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Ruang Lingkup Penelitian	7
F. Keaslian Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Landasan Teori.....	11
B. Kerangka Teori	23
C. Kerangka Konsep	24
BAB III METODE PENELITIAN	25
A. Jenis Dan Rancangan Penelitian.....	25
B. Waktu Dan Tempat Penelitian	25
C. Populasi Dan Sampel Penelitian.....	25
D. Variabel Penelitian.....	26
E. Definisi Operasional	27
F. Alat Penelitian	29
G. Instrumen Penelitian	29

H. Validitas Dan Rehabilitas	34
I. Analisa Data	35
J. Rencana Pelaksanaan Penelitian.....	36
K. Etika Penelitian.....	37
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 39
A. Hasil Penelitian.....	39
B. Pembahasan	42
C. Keterbatasan Penelitian	45
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	 46
A. Kesimpulan.....	46
B. Saran	46
 DAFTAR PUSTAKA	 47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 kerangka teori	23
Gambar 2.2 kerangka konsep	24

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	8
Tabel 2.1 Klasifikasi Tekanan Darah.....	18
Tabel 3.1 Definisi Operasional	27
Tabel 3.2 Kisi-kisi Kuesioner	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Rencana Penelitian.....	51
Lampiran 2 Penjelasan Maksud Dan Tujuan Penelitian.....	52
Lampiran 3 Surat Permohonan Menjadi Responden.....	53
Lampiran 4 Surat Persetujuan (Informed Consent).....	54
Lampiran 5 Surat Permohonan Menjadi Asisten.....	55
Lampiran 6 Surat Permohonan Studi Pendahuluan.....	56
Lampiran 7 Surat Balasan Studi Pendahuluan	57
Lampiran 8 Surat Permohonan Pengajuan Ethical Clearence	58
Lampiran 9 Surat Ethical Clearance	59
Lampiran 10 Surat Permohonan Izin Penelitian.....	60
Lampiran 11 Surat Izin Penelitian	61
Lampiran 12 Kuesioner	62
Lampiran 13 Lembar Observasi	66
Lampiran 14 Hasil Penelitian	67
Lampiran 15 Hasil Dokumentasi Penelitian.....	70
Lampiran 16 Hasil Turnitin	71
Lampiran 17 Implementation Of Agreement.....	72

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Orang tua adalah tahap terakhir kehidupan yang melibatkan kelompok umur, dengan proses penuaan yang tak terhindarkan yang memungkinkan orang tua menjadi peka terhadap penyakit dan mencatat kemampuan fisik (Setiorini, 2021). Keterbatasan biologis, sosial dan psikologis yang terkait dengan usia tidak diragukan lagi akan dirasakan. Menurut orang lain. (2020) Penuaan dan semakin tua adalah kehidupan terakhir di mana seseorang secara bertahap berkurang dalam proses fisik, biologis, psikologis dan sosial. Proses denaturasi Pada orang yang lebih tua, waktu tidur yang lebih efisien dapat menyebabkan kualitas tidur yang buruk dan berbagai masalah tidur. Salah satu masalah kesehatan yang paling umum pada orang dewasa yang lebih tua adalah masalah kesehatan yang disebabkan oleh proses ini.

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), kelompok orang lanjut usia dibagi menjadi beberapa kategori: usia pertengahan (45-59 tahun), tua (60-74 tahun), sangat tua (75-90 tahun), dan sangat tua (lebih dari 90 tahun). Usia lanjut merupakan fase akhir dalam siklus kehidupan manusia, yang ditandai dengan adanya perubahan serta penurunan dalam aspek fisiologis, psikologis, sosial, dan ekonomi. Sesuai dengan Undang-Undang Nomor 13 tahun 1998, seseorang dikategorikan sebagai lansia jika telah berusia di atas enam puluh tahun. Pada tahun 2040, jumlah lansia di Indonesia dan Asia akan terus bertambah, meskipun jumlah anak di bawah lima belas tahun masih lebih banyak dibandingkan dengan mereka yang berusia di atas enam puluh tahun. Berdasarkan Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 dan data BPS (2021), lansia didefinisikan sebagai individu yang berusia 60 tahun atau lebih. Seseorang berusaha untuk menjalani hidup selama periode "perubahan proses penuaan", atau "penuaan" (Senja dan Prasetyo, 2019). Menurut Nugroho (2006) dalam Damanik dan

Hasian (2019), penuaan adalah proses alami yang terdiri dari tiga fase kehidupan: anak-anak, dewasa, dan lanjut usia.

Berdasarkan estimasi populasi, jumlah warga lanjut usia di Indonesia mencapai 23,66 juta orang (sekitar 9,03%) pada tahun 2017. Angka ini diperkirakan akan bertambah menjadi 27,08 juta pada tahun 2020, 33,69 juta pada tahun 2025, 40,95 juta pada tahun 2030, dan 48,19 juta pada tahun 2035 (Kemenkes 2017). Provinsi yang memiliki persentase penduduk lanjut usia tertinggi, yaitu lebih dari 10%, adalah DI Yogyakarta (14,4%) dan Jawa Timur (12,96%) (BPS, 2019).

Menurut National Sleep Foundation, sekitar 67% dari 1.500 orang tua di Amerika yang berusia di atas 65 tahun menyatakan bahwa mereka mengalami kesulitan tidur, dan 7,3% di antaranya melaporkan mengalami insomnia atau kesulitan baik dalam memulai maupun mempertahankan tidur. Di Indonesia, sekitar 50% lansia yang berusia 65 tahun mengalami gangguan tidur, dan pola tidur orang dewasa muda (antara 18 hingga 40 tahun) mirip dengan yang dialami remaja, dengan durasi sekitar 7-8 jam per hari dan 20-25% dari waktu tidur adalah tidur REM. Pada fase dewasa menengah (antara 40 hingga 60 tahun), pola tidurnya tetap sama dengan remaja, yaitu sekitar 7-8 jam per malam dengan 20% adalah tidur REM. Namun, pada usia ini, seseorang sering kali menghadapi insomnia dan mengalami kesulitan tidur. Orang lanjut usia (di atas 60 tahun) rata-rata tidur sekitar 6 jam setiap malam, dengan 20-25% dari waktu tidur adalah tidur REM, dan sering mengalami insomnia serta terbangun di tengah malam. Pada usia ini, fase IV NREM mungkin berkurang atau bahkan tidak muncul (Between et al. , 2021).

Berdasarkan informasi dari National Heart, Lung, and Blood Institute yang merupakan bagian dari US Department of Health and Human Services (2019), tidur yang tidak cukup atau memiliki kualitas tidur yang rendah dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya hipertensi, penyakit jantung, serta berbagai masalah kesehatan lainnya. Tidur yang kurang dapat memperlambat detak jantung dan

menurunkan tekanan darah, sehingga menjadikan sistem kardiovaskuler lebih mudah terpengaruh oleh hipertensi.

Menurut informasi dari Dinkes, sekitar 750 orang lansia di Indonesia setiap tahun mengalami masalah tidur. Angka prevalensi gangguan tidur di kalangan lansia mencapai 10%, yang berarti dari seluruh populasi 238 juta penduduk Indonesia, ada sekitar 23 juta orang yang mengalami kesulitan tidur. Kualitas tidur adalah isu yang sangat rumit dan mencakup berbagai aspek, seperti bagaimana Anda menilai durasi tidur Anda, pengalaman masalah saat tidur, durasi tertidur, pola tidur di siang hari, efisiensi tidur, serta kualitas tidur secara keseluruhan. Kualitas tidur bisa menurun jika salah satu dari tujuh aspek ini mengalami gangguan (Lansia, 2019). Jika seseorang tidak menunjukkan gejala kurang tidur seperti rasa lelah di siang hari, lingkaran gelap di sekitar mata, sakit kepala, atau penurunan fokus, maka kualitas tidurnya dianggap baik. Di samping itu, orang-orang ini cenderung sering menguap.

Tidak mendapatkan tidur yang cukup dapat mengganggu kestabilan fisik dan mental seseorang. Sebuah penelitian (Roshifanni, 2016) mengungkapkan bahwa masalah tidur, baik pada yang muda maupun yang tua, perlu perhatian khusus dari dokter jantung karena dianggap sebagai salah satu faktor risiko untuk hipertensi. Kualitas tidur mempengaruhi proses homeostasis, dan gangguan dalam proses ini bisa meningkatkan risiko terjadinya penyakit jantung dan pembuluh darah. Tidur yang tidak berkualitas atau tidur yang pendek dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah. Hal ini terjadi karena pada orang yang lebih tua, hormon yang mengatur tekanan darah tidak bekerja secara efisien, sehingga mengakibatkan kesulitan untuk tidur dan merangsang sistem saraf, yang berdampak pada seluruh tubuh, termasuk jantung dan pembuluh darah. Tidur yang kurang juga dapat meningkatkan tekanan darah serta rata-rata denyut jantung (Helvia, dkk. , 2021).

Tekanan darah tinggi sering disebut sebagai "pembunuh tanpa suara" karena dapat merusak organ-organ penting. Kondisi di mana tekanan darah arteri meningkat, dengan tekanan sistolik mencapai minimal 140 mmHg dan tekanan diastolik antara 90-99 mmHg, dikenal sebagai hipertensi (Helvia, 2021). Angka yang tinggi pada pengukuran tekanan darah terjadi saat jantung berkontraksi (fase sistol) dan angka

yang lebih rendah saat jantung beristirahat (fase diastol) (Hasanah, 2019). Hampir semua orang mengalami peningkatan tekanan darah seiring bertambahnya usia; tekanan sistolik biasanya meningkat saat mencapai usia delapan puluh tahun, sementara tekanan diastolik cenderung naik pada usia lima puluh sampai enam puluh tahun. Berbagai masalah, termasuk yang bersifat fisik, mental, sosial, dan masalah keluarga, biasanya menjadi faktor penyebab peningkatan tekanan darah (Kurniadi, 2022).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), hipertensi merupakan salah satu penyebab kematian yang paling cepat di seluruh dunia (studi 2019). WHO melaporkan bahwa 22% populasi global mengalami hipertensi. Wilayah Afrika berada di peringkat ketiga dengan 25% dari jumlah penduduk, dimana satu dari lima orang berusaha mengatur tekanan darah mereka. Diperkirakan pada tahun 2025, hipertensi akan memengaruhi sekitar 1,5 miliar orang. Sebagai penyakit yang tidak menular, ini berpotensi menyebabkan kematian 17 juta orang yang berusia di bawah 70 tahun.

Dalam penelitian Suherman (2018), Laporan Ketujuh dari Komite Nasional Gabungan untuk Pencegahan, Deteksi, Evaluasi, dan Pengobatan Tekanan Darah Tinggi (JNC, VII) menjelaskan bahwa hipertensi adalah kondisi yang ditandai oleh peningkatan pada tekanan darah sistolik (TDS) dan diastolik (TTD) melebihi batas 140/90 mmHg. Pengukuran tekanan darah sebaiknya dilakukan minimal dua kali selama setiap pertemuan, dengan jumlah minimum pertemuan adalah dua kali (JNC, VII dalam Suherman, 2018). Tekanan darah tinggi yang tidak menunjukkan gejala sering kali diistilahkan sebagai hipertensi tanpa gejala (Sustrani dan Alam, 2004 dalam Hastuti, 2019). Meskipun ada berbagai penyebab yang dapat memicu tekanan darah tinggi, sebagian besar penyebab (90 persen) dikenal sebagai hipertensi esensial yang tidak dapat dijelaskan. Faktor-faktor penyebab tekanan darah tinggi mencakup peningkatan denyut jantung, peningkatan aliran darah, dan resistensi yang lebih tinggi pada pembuluh darah (Kurniawan, 2002 dalam Hastuti, 2019). *Menurut European Society of Hypertension (ESH) dan European Society of Cardiology (ESC)*, hipertensi dapat dikategorikan dalam beberapa tingkatan: optimal, normal, normal-

tinggi, prehipertensi, hipertensi derajat 1, derajat 2, derajat 3, serta hipertensi sistolik terisolasi.

Hanya sepertiga dari kasus hipertensi di Indonesia yang terdeteksi, berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI, 2023). Angka ini lebih tinggi dibandingkan dengan 25,8% pada tahun 2023, 30,4% pada tahun yang sama, 39,1% untuk kelompok usia 45-54 tahun, dan 57,8% pada kelompok usia 65-74 tahun.

Dari lima daerah di Provinsi DIY, Riskesdas Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2019 mencatat bahwa Kota Yogyakarta memiliki 954 kasus hipertensi, Bantul 2.189 kasus, Kulon Progo 925 kasus, Gunung Kidul 1.633 kasus, dan Sleman 2.618 kasus hipertensi. Total kasus hipertensi di Sleman mencapai 2.618, sementara total kasus hipertensi di Kulon Progo adalah 925.

Menurut data dari Dinas Kesehatan Sleman Yogyakarta, pada tahun 2024 terdapat 18.412 kasus hipertensi pada orang tua berusia 60-69 tahun dan 10.512 kasus pada orang tua berusia 70 tahun. Menurut data dari puskesmas Mlati II, pada tahun 2024 terdapat 1.350 kasus hipertensi pada orang tua berusia 60-69 tahun dan 636 kasus pada orang tua berusia 70 tahun. Kasus hipertensi pada orang tua terbanyak ditemukan di kelurahan Tlogoadi, Yogyakarta.

Salah satu desa di Kecamatan Mlati yang berstatus akademik adalah Desa Tlogoadi, yang terdiri dari 12 dusun, dengan kasus hipertensi tertinggi di Dusun Plaosan (Puskesmas Mlati II Sleman, 2024).

Dusun Plaosan terdiri dari delapan RT dengan total 437 KK. Dari delapan RT tersebut, terdapat 34 lansia yang mengalami hipertensi. Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 19 Januari, ditemukan lima lansia yang berusia 60 tahun ke atas. Tiga di antara mereka mengungkapkan bahwa mereka memiliki tekanan darah tinggi dan mengalami kesulitan tidur, sementara dua lainnya melaporkan tekanan darah tinggi tetapi tidur dengan baik.

Berdasarkan latar belakang yang ada, peneliti ingin melaksanakan studi dengan judul “Gambaran Kualitas Tidur dan Tekanan Darah pada Lansia di Dusun Plaosan, Desa Tlogoadi, Kecamatan Mlati, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan informasi yang telah disebutkan sebelumnya, pertanyaan yang ingin dijawab dalam penelitian ini adalah peneliti ingin mengeksplorasi "Bagaimanakah gambaran kualitas tidur dan tekanan darah di kalangan lanjut usia yang tinggal di Dusun Plaosan Desa Tlogoadi Sleman Yogyakarta? "

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana gambaran kualitas tidur dan tekanan darah pada orang lanjut usia di Dusun Plaosan, Desa Tlogoadi, Sleman, Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kualitas tidur pada lansia di Dusun Plaosan Desa Tlogoadi Sleman Yogyakarta.
- b. Menentukan hipertensi pada lansia di Dusun Plaosan Desa Tlogoadi Sleman Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Kebaikan bagi masyarakat

Temuan dari studi ini dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran publik mengenai kualitas tidur serta faktor-faktor yang menyebabkan hipertensi.

2. Manfaat bagi peneliti

Memahami gambaran antara kualitas tidur dan tekanan darah lansia serta menambah informasi dan referensi untuk penelitian selanjutnya.

3. Untuk peneliti di masa yang akan datang

Temuan dari penelitian ini bisa dijadikan referensi dan sebagai bahan untuk menyusun tinjauan pustaka, khususnya bagi mereka yang berminat untuk melanjutkan penelitian atau melakukan penelitian yang sejenis.

E. Ruang Lingkup Penelitian

1. Materi

Studi ini merupakan bagian dari penelitian keperawatan komunitas.

2. Responden Penelitian

Lansia di dusun plaosan desa tlogoadi sleman yogyakarta.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Penulis	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
Siti Khadijah, 2023	Habungan Kualitas Tidur Lansia dan Hipertensi di Paninggilan Utara, Ciledug	Studi cross-sectional menggunakan kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) dan spygnomanometer untuk mengukur tekanan darah	Hasil: Terdapat hubungan antara kualitas tidur dan tekanan darah pada orang lanjut usia. Ini ditunjukkan oleh hasil uji hipotesis menggunakan Spearman rho, dan nilai p adalah 0,05.	Rancangan penelitian cross-sectional dengan menggunakan kuesiner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) dan untuk tekanan darah menggunakan spygnomanometer Variabel bebas Sampel dalam penelitian adalah lansia	Metode penelitian berbeda, termasuk lokasi, waktu, dan jumlah responden.

Galuh Ananda, 2023	Desa Sukadaya, Kecamatan Sukawangi, Kabupaten Bekasi, 2023: Hubungan Kualitas Tidur dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia	Cross sectional, Teknik sampling menggunakan kuesioner PSQI secara langsung dan pengukuran tekanan darah.	Hasil penelitian statistik menunjukkan bahwa nilai $pvalue=0.000$ ($\alpha < 0,05$). Dengan demikian, H_0 ditolak, menunjukkan bahwa ada korelasi antara kualitas tidur dan kasus hipertensi pada orang tua di Desa Sukadaya Kecamatan Sukawangi Kabupaten Bekasi pada tahun 2023.	Cross sectional, Teknik sampling menggunakan kuesioner PSQI secara langsung dan pengukuran tekanan darah. Variabel bebas Sampel dalam penelitian ini adalah lansia	Metode penelitian berbeda, termasuk lokasi, waktu, dan jumlah responden.
-----------------------	--	---	--	--	--

Hesty Faradilla, 2020	Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Lansia	Cross Sectional menggunakan kuesioner PSQI untuk mengukur kualitas tidur dan tekanan darah dengan pemeriksaan	Hasil uji Chi Square menunjukkan nilai $p = 0,014 < 0,05$ sehingga Ha diterima yang berarti ada hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah pada lansia hipertensi di Puskesmas Jangka Kabupaten Bireuen	Cross Sectional menggunakan kuesioner PSQI untuk mengukur kualitas tidur dan tekanan darah dengan pemeriksaan Variabel bebas Sampel dalam penelitian ini adalah lansia	Desain penelitian tempat, waktu, jumlah responden berbeda. Metode penelitian
--------------------------	---	--	--	--	---

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil serta pembahasan mengenai Gambaran Kualitas Tidur dan Tekanan Darah pada Lansia di Padukuhan Plaosan, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik yang ditemui untuk usia lebih banyak 72 keatas, jenis kelamin, laki-laki, lebih dominan dan pekerjaan petani lebih banyak
2. Lansia di Padukuhan Plaosan diketahui mempunyai kualitas tidur buruk dengan persentase (52.9%) sebanyak 18 responden dan kualitas tidur baik dengan persentase (47.1%) sebanyak 16 responden
3. Di desa Plaosan terdapat hipertensi derajat I dengan persentase (50.0%) sebanyak 17 responden dan hipertensi derajat II dengan persentase (50.0%) sebanyak 17 responden

B. Saran

1. Bagi Penduduk Desa Plaosan
Diharapkan agar orang-orang yang mengalami hipertensi mengunjungi dokter secara rutin untuk mengecek tekanan darah mereka dan menerapkan pola hidup yang lebih baik, seperti menjaga asupan makanan yang sehat dan mengurangi penggunaan garam.
2. Bagi peneliti di masa yang akan datang
Diharapkan dapat memberikan gambaran kecil tentang hipertensi, dan diperlukan pengembangan penelitian tentang masalah hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ananda, G., Ratnah, I., & Simamora, R. S.(2024). *Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Desa Sukadaya Kecamatan Sukawangi Kabupaten Bekasi 2023 The Relationship of Sleep Quality With The Incidence Hypertension In The Elderly In Sukadaya Village Sukawangi Sub District Bekasi in.* 3.
- Barliana Anggrita Ratri, Zauhani Kusnul, & Widhi Sumirat. (2022). Gangguan Pola Tidur Pada Lansia Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Pamenang*,4(2), 61–66.
<https://doi.org/10.53599/jip.v4i2.98>
- Dengan, M., Belajar, P., & Ners, M. (2018). *Skripsi ini dibuat dan diajukan untuk memenuhi salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep).* European Society of Hypertension (ESH) & European Society of Cardiology (ESC). (2018). Guidelines for the management of arterial hypertension. *European Heart Journal*, 39(33), 3021–3104.
- Gini susang.(2023). Hubungan Kualitas Tidur Kejadian dengan Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi Tahun 2023. *Repository Universitas Jambi*, 8, 2115–2121.
- Helvia,G.(2021). Tidur dengan Derajat Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Sintuk Tahun 2021. *Jurnal Baiturrahmah Medical*, 1(2), 37–45.
- Hasanah, U. (2019). Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 7(1), 45–52.
- Hastuti, R. (2019). Gambaran Tekanan Darah pada Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 11(2), 89–97.
- Hasanah, N. (2022). Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Lansia. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 11(3), 211–219.

- Khadijah, S., Bachtiar, F., Prabowo, E., & Purnamadyawati, P. (2023). Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Lansia. *Indonesian Journal of Health Development*, 5(1), 24–29. <https://doi.org/10.52021/ijhd.v5i1.114>
- Kurniadi, K. (2022). Hubungan Kualitas Tidur dengan Peningkatan Tekanan Darah pada Lansia. *Jurnal Surya Medika*, 7(2), 67–71. <https://doi.org/10.33084/jsm.v7i2.3206>
- Khoirunnisa, R. (2023). *Hubungan Pola Tidur dengan Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Bangetayu Kota Semarang (Skripsi)*.
- Kurniawan, R. (2002). Faktor-faktor Risiko Hipertensi. Jakarta: EGC.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI; 2019.
- Nur Yeti Syarifah, Patrisia Asda, & Delsy Anjani Lupa. Tingkat Pengetahuan Covid-19 Terhadap Kecemasan. **3**, 1–6 (2022).
- Purba, D. R. P., Susanti, R., Susanti, R., Permana, H., Murni, A. W., & Sauma, E. (2023). Tidur dengan Tekanan Darah pada Lansia di Kecamatan Kuranji Kota Padang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 4(3), 198–205. <https://doi.org/10.25077/jikesi.v4i3.1077>
- Pasaribu, K. (2019). Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Puskesmas Hutaimbaru Kota Padangsidempuan Tahun 2018. *Skripsi*, 12.
- Prasetyo & Senja, D. (2019). *Proses Penuaan dan Kesehatan Lansia*. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia.
- Rasmanah Rasmanah. (2023). Literatur Review Kualitas Tidur Lansia Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Anestesi*, 1(4), 329–337. <https://doi.org/10.59680/anestesi.v1i4.761>
- Rahmadhani Kaban, A., Ardilla Siregar, M., Lasmawanti, S., & Surya Bakti, A. (2022). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Journal Healthy Purpose*, 1(2), 37–41. <https://doi.org/10.56854/jhp.v1i2.126>
- Rayatin, L. dkk. (2020). Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di.

- Prosiding Simposium Nasional Multidisiplin Universitas Muhammadiyah Tangerang*, 2, 2020. <http://jurnal.umat.ac.id/index.php/senamu/index> Jl.Perintis Kemerdekaan1/33 KotaTangerang. Telp/Fax.
- Rahmawati, T., & Sari, P. (2020). Tekanan Darah pada Lansia di Daerah Perkotaan. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2), 140–148.
- Sambeka, R., Kalesaran, A. F. C., & Asrifuddin, A. (2018). Hubungan kualitas tidur dengan hipertensi pada lansia di Desa Tambun Kecamatan Likupang Barat tahun 2018. *Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*, 7(3), 9. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/eclinic/article/viewFile/3309/285>
- Sustrani, L., & Alam, A. (2004). *Hipertensi dan Penatalaksanaannya*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Suherman. (2018). *Hipertensi: Pencegahan dan Pengobatan*. Bandung: Refika Aditama.
- World Health Organization. (2023). *Hypertension: WHO*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- World Health Organization. (2017). *Global status report on noncommunicable diseases 2016*. Geneva: WHO Press. Retrieved from <https://apps.who.int/iris/handle/10665/148114>
- World Health Organization.(2015).*Ageing and Health*. WHO. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>