

SKRIPSI

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TEKANAN
DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH
PUSKESMAS KASIHAN 1 BANTUL**

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Derajat Sarjana Keperawatan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun oleh :

DHEA NISA BERLIANTI

20170320129

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

2021

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Dhea Nisa Berlianti
NIM : 20170320129
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Fakultas : Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka penulis bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, 26 Mei 2021

Yang membuat pernyataan,



Dhea Nisa Berlianti

MOTTO

Jika kamu ingin bisa mengatur orang lain, aturlah dulu dirimu sendiri
(Abu Bakar)

Jangan mencintai seseorang yang tidak mencintai Allah. Kalau ia bisa
meninggalkan Allah, ia juga bisa meninggalkanmu
(Imam Syafi'i)

Waktu bagaikan pedang. Jika kamu tidak memanfaatkannya dengan baik, maka ia
akan memanfaatkanmu.
(*HR. Muslim*)

Bukanlah ilmu yang semestinya mendatangimu, tetapi kamulah yang seharusnya
mendatangi ilmu itu.
(*Imam Malik*)

Dunia ini ibarat bayangan. Kalau kamu berusaha menangkapnya, ia akan lari.
Tapi kalau kamu membelakanginya, ia tak punya pilihan selain mengikutimu.
(*Ibnu Qayyim Al Jauziyyah*)

Selagi masih bisa dikerjakan hari ini maka kerjakanlah jangan menunda-nunda,
karena kita tidak tahu apa yang akan terjadi besok.
(Penulis)

HALAMAN PERSEMBAHAN



Dengan rahmat Allah SWT yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang, izinkan penulis mempersembahkan hasil jerih payah ini kepada yang telah hadir dalam setiap langkah kehidupan. Penulis persembahkan karya tulis ini kepada :

1. Allah SWT atas segala limpahan karunia-Nya telah menuntun penulis menemukan jalan yang diridhoi-Nya, atas segala anugerah yang telah Allah berikan dan segala nikmat, kemudahan, cobaan yang penulis rasakan tak terhingga sampai saat ini.
2. Bapak Sarwoko dan Ibu Sularni, penulis sangat bersyukur mempunyai orang tua seperti beliau-beliau yang mengajarkan kesederhanaan, tanggungjawab, kebaikan yang selalu menjadi pedoman penulis selama ini. Terimakasih atas pengorbanan dan bimbingan bapak ibu kepada penulis sehingga penulis selalu bersyukur dapat menularkan ilmu-ilmu, kebaikan penulis kepada orang lain. Terimakasih telah sabar dalam membesarkan dan mendidik penulis, dan untuk doa-doa yang selalu diberikan dalam sujudnya.
3. Adikku Mila kecil yang memberikan kebahagiaan bagi keluarga dan semangat untuk saya dalam menyelesaikan karya tulis ini.
4. Sahabat kecilku Ego dan Sinta yang sudah memberikan dukungan dan semangat yang luar biasa.
5. Teman-teman SIANIDA SQUAD (Ane, Anin, Puan, Eka, Tia, Dwi) yang selalu menemani kebosananku dan selalu memberikan support.
6. Seluruh Dosen dan asisten dosen PSIK FKIK UMY yang dengan semangat mengajarkan materi dan berbagi ilmu untuk bekal kehidupan kami mahasiswa PSIK UMY.
7. Seluruh civitas akademika PSIK FKIK UMY (karyawan TU dan mini hospital) yang telah menyediakan sarana, prasarana, termasuk surat-menyerurat yang dibutuhkan mahasiswa.

8. Sahabat bimbingan penelitian (Novita, Movit, dan Ganang) yang telah membantu dan memberikan dukungan penulis dalam menyelesaikan karya tulis ini.
9. Keluargaku SENJA di Yogyakarta (Afi, April, Fahri, Friska, Gandha, Ika, Intansari, Irnanti, Linda, Nefi, Olin, Rahmi, Rina, Ririn, dan Tria) yang telah berjuang bersama menggapai asa.
10. Keluargaku Nursing Care Club EMERGENCY, terimakasih untuk pengalaman berharga yang diberikan selama penulis bernaung di rumah ini. Doa terbaik selalu penulis panjatkan untuk organisasi kemanusiaan ini. NCC! SALAM EMERGENCY!
11. Keluarga PSIK angkatan 2017 yang telah kebersamai penulis selama 4 tahun terakhir. Sukses terus teman-teman!
12. Orang-orang yang pernah hadir dalam kehidupan, baik itu yang membahagiakan maupun menyakitkan. Terimakasih sudah membuat penulis menjadi pribadi yang lebih baik dari sebelumnya.
13. Responden penelitian yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan tugas karya tulis ini. Tanpa kalian karya tulis ini tidak akan selesai.
14. Semua pihak yang selalu memberikan support, kritik, saran, masukan dan mewarnai kehidupan penulis yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Terimakasih.

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya ucapkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan nikmat dan karunia-Nya sehingga penulis bisa menyelesaikan penelitian skripsi yang berjudul judul “Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Kasihan 1 Bantul”. Karya Tulis Ilmiah ini disusun untuk memenuhi sebagian proses penyusunan skripsi pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Penelitian ini mungkin tidak akan berjalan dengan baik tanpa bantuan beberapa pihak antara lain:

1. Ibu Dr.dr. Wiwik Kusumawati, M.Kes., selaku dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Ibu Shanti Wardaningsih, M.Kep., Ns.Sp.Kep.Jiwa.,Ph.D., selaku Kepala Program Studi Ilmu Keperawatan.
3. Ibu Ambar Relawati, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku dosen pembimbing yang telah membimbing serta selalu memberi masukan pada Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Keluarga penulis yang selalu mendoakan, mendukung dan memotivasi tanpa henti dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Teman-teman PSIK 2017 dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu hingga terselesainya proposal penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih banyak terdapat kekurangan, untuk itu kritik saran yang membangun sangat penulis perlukan guna memperbaiki Karya Tulis Ilmiah ini.

Yogyakarta, 26 Mei 2021



Dhea Nisa Berlianti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
MOTTO	iv
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR BAGAN	xi
DAFTAR SINGKATAN	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
ABSTRACT.....	xvi
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II.....	9
TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Tinjauan Pustaka	9
B. Kerangka Teori.....	34
C. Kerangka Konsep.....	35
D. Hipotesis.....	36
BAB III	37
METODE PENELITIAN.....	37
A. Desain Penelitian.....	37
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	37

C. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	37
D. Variabel Penelitian	39
E. Definisi Operasional Variabel.....	40
F. Alat dan Bahan Penelitian atau Instrumen Penelitian	41
G. Validitas dan Reliabilitas.....	42
H. Teknik Pengumpulan Data	43
I. Analisis data.....	44
J. Etika Penelitian	46
BAB IV	48
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	48
A. Gambaran Lokasi Penelitian	48
B. Hasil Penelitian	48
C. Pembahasan.....	52
D. Keterbatasan Penelitian.....	58
BAB V.....	59
KESIMPULAN DAN SARAN.....	59
A. Kesimpulan	59
B. Saran.....	60
DAFTAR PUSTAKA	61

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Kategori Tekanan Darah	12
Tabel 2 Definisi Operasional Variabel.....	40
Tabel 3 Tabel Uji Normalitas.....	45
Tabel 4 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	48
Tabel 5 Distribusi Responden Berdasarkan Kategori Usia.....	49
Tabel 6 Karakteristik Kualitas Tidur pada Penderita Hipertensi	49
Tabel 7 Distribusi Tekanan Darah Sistolik pada Penderita Hipertensi.....	50
Tabel 8 Distribusi Tekanan Darah Diastolik pada Penderita Hipertensi	51
Tabel 9 Hasil Uji Analisis Korelasi Spearman rho antara Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah Sistolik	51
Tabel 10 Hasil Uji Analisis Korelasi Spearman rho antara Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah Diastolik.....	52

DAFTAR BAGAN

Bagan 1 Kerangka Teori	34
Bagan 2 Kerangka Konsep.....	35
Bagan 3 Teknik Pengumpulan Data.....	44

DAFTAR SINGKATAN

KEMENKES RI	: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
Risikesdas	: Riset Kesehatan Dasar
PTM	: Penyakit Tidak Menular
WHO	: <i>World Health Organization</i>
DIY	: Daerah Istimewa Yogyakarta
CVD	: <i>CardioVascular Disease</i>
RAA	: Renin-Angiotensin-Aldosteron
BMT/IMT	: <i>Body Mass Index</i> / Indeks Massa Tubuh
SCN	: <i>Suprachiasmatic nucleus</i>
CRH	: Corticotropin Releasing Hormone
ACTH	: Adrenocorticotropic Hormone
RAS	: <i>Reticular Activating System</i>
BSR	: <i>Bulbar Synchronizing Regional</i>
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
NREM	: <i>Non-Rapid Eye Movement</i>
PSQI	: <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>
EEG	: Electro Encephalography
EMG	: Electro Myelography

EOG : Electro Oculography

HDL : *High Density Lipoprotein*

LDL : *Low Density Lipoprotein*

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Permohonan Menjadi Responden	68
Lampiran 2. Persetujuan Menjadi Responden (Informed Consent).....	69
Lampiran 3. Kuesioner PSQI	70
Lampiran 4. Lembar Hasil Penelitian	73
Lampiran 5. Surat Studi Pendahuluan.....	78
Lampiran 6. Bukti Ijin Penggunaan Kuesioner PSQI	79
Lampiran 7. Surat Ijin Penelitian Dinas Kesehatan Kabupaten Bantul	80
Lampiran 8. Surat Layak Etik	81