

ABSTRAK

Rindy Antika (0101190076)

HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA

Latar Belakang: Kualitas tidur merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam mempertahankan kesehatan. Efisiensi dari tidur yang rendah diketahui dapat berisiko terhadap kejadian hipertensi. Dengan bertambahnya usia, fungsi fisiologis pada lansia mengalami penurunan. Adanya penurunan status kesehatan dapat menyebabkan lansia rentan mengalami penyakit. Penyakit yang paling sering terjadi yaitu, hipertensi.

Tujuan Penelitian: Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui adanya hubungan dari kualitas tidur dengan tekanan darah pada lansia di panti sosial Tresna Werdha.

Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan studi analitik komparatif kategorik tidak berpasangan dengan desain studi potong lintang (*cross sectional*). Sampel pada penelitian ini yaitu lansia di panti sosial Tresna Werdha yang telah memenuhi kriteria inklusi sebanyak minimal 70 sampel. Data diperoleh melalui kuesioner PSQI kemudian akan dianalisis menggunakan metode *Chi-square* menggunakan SPSS.

Hasil: Didapatkan 70 responden lansia di panti sosial Tresna Werdha dengan 28 laki-laki (40%) dan 42 wanita (60%) dengan jumlah rata-rata umur 68 tahun. 5 responden (7,14%) mengalami kualitas tidur yang baik dan 65 responden (92,85%) mengalami kualitas tidur yang buruk. 64 responden (91,42%) mengalami hipertensi dan 6 responden (8,5%) tidak mengalami hipertensi. berdasarkan uji *Pearson Chi-Square* hipotesis kualitas tidur dengan tekanan darah didapatkan nilai *p value* 0,003 ($p < 0,05$).

Kesimpulan: Terdapat hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah.

Kata Kunci : kualitas tidur, hipertensi, lansia

ABSTRACT

Rindy Antika (01071190076)

THE RELATIONSHIP BETWEEN SLEEP QUALITY AND BLOOD PRESSURE IN ELDERLY AT TRESNA WERDHA INSTITUTION

Background: *Quality of sleep is the most important factors in maintaining health. The efficiency of low sleep is known increase the risk of hypertension. With increasing age, the physiological function of the elderly decreases. A lowering the status of health can cause the elderly susceptible to disease. The most common disease is hypertension.*

Aim: *This study is going to be conducted to evaluate the relationship between sleep quality and changes in blood pressure in elderly at Tresna Werdha institution.*

Hypothesis: *There is a linear correlation between sleep quality and blood pressure in elderly at Tresna Werdha institution.*

Methods: *This study uses categoric comparative analytic study with two unpaired categories and a cross sectional study design. The sample of this study are elderly at Trensna Werdha institution with minimum of 70 samples and meet the inclusion criteria. Data is going to be collected using PSQI will be analysed using chi square methode and used SPSS.*

Results: *respondent amounted 70 elderly at tresna Werdha Institution, who are 28 men (40%) and 42 women (60%) with the mean of age is 68 years old. 5 respondent (7,14%) have good quality of sleep and 65 respondent (91,42%) have poor quality of sleep. 64 respondent (91,42%) have hypertension and 6 respondent (8,5%) doesn't have hypertension. Based on Pearson Chi-Square hypothesis tested of quality of sleep and blood pressure p value 0,003 ($p < 0,05$).*

Conclusion: *there is an association between quality of sleep and hypertension.*

Keywords : *quality of sleep, hypertension, elderly*