

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat yang telah diberikan-Nya, sehingga Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan. Tugas Akhir Skripsi dengan judul “Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan Usia 17-25 Tahun” ini ditujukan untuk memenuhi salah satu persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana Kedokteran di Universitas Pelita Harapan.

Penulis mengucapkan terima kasih atas bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak yang telah membantu dalam proses pengerjaan Tugas Akhir Skripsi ini, yaitu kepada:

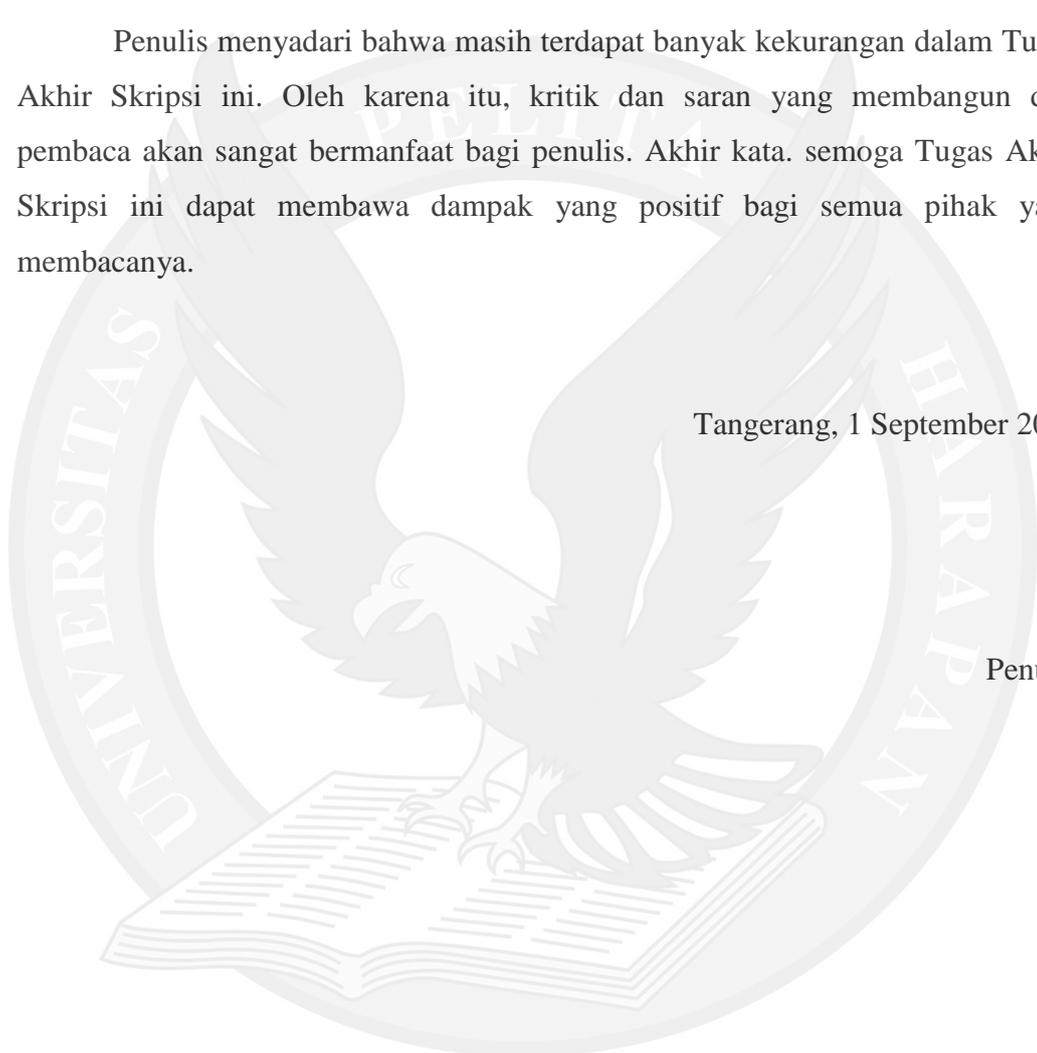
1. Prof. Dr. Dr. dr. Eka J. Wahjoepramono, Sp. BS., Ph.D, selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan;
2. Dr. dr. Allen Widysanto, Sp.P, CTTS, FAPSR, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Pelita Harapan;
3. dr. Michael Tanaka, Sp. JP, selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran dalam mengarahkan dan membimbing penulis dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini;
4. dr. Flora Agustina, Sp. BA dan dr. Monika Widiastuti, Sp. An, selaku dosen penguji yang telah memberikan banyak masukan kepada penulis selama pelaksanaan sidang skripsi;
5. Orang tua penulis, Sahat Parlindungan dan Yanti, serta kakak dan adik penulis, Jessica Novia dan Julianc Daniel Parlindungan, atas kepercayaan, doa dan dukungan tanpa henti yang diberikan kepada penulis;
6. Sahabat-sahabatku, Claudia Evelina Surya Dewi, Hubert Subekti, Jennifer Sentousa dan Nurizkia Aulia Diandra, yang saling mendukung dan mengingatkan, serta rela menjadi tempat berkeluh kesah penulis. Terima kasih atas setiap dukungan dan kebersamaan yang kalian berikan;

7. Mahasiswa/i Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan yang telah bersedia dan meluangkan waktu untuk menjadi subjek penelitian ini; serta
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan namanya satu persatu, yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam Tugas Akhir Skripsi ini. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun dari pembaca akan sangat bermanfaat bagi penulis. Akhir kata, semoga Tugas Akhir Skripsi ini dapat membawa dampak yang positif bagi semua pihak yang membacanya.

Tangerang, 1 September 2018

Penulis



## DAFTAR ISI

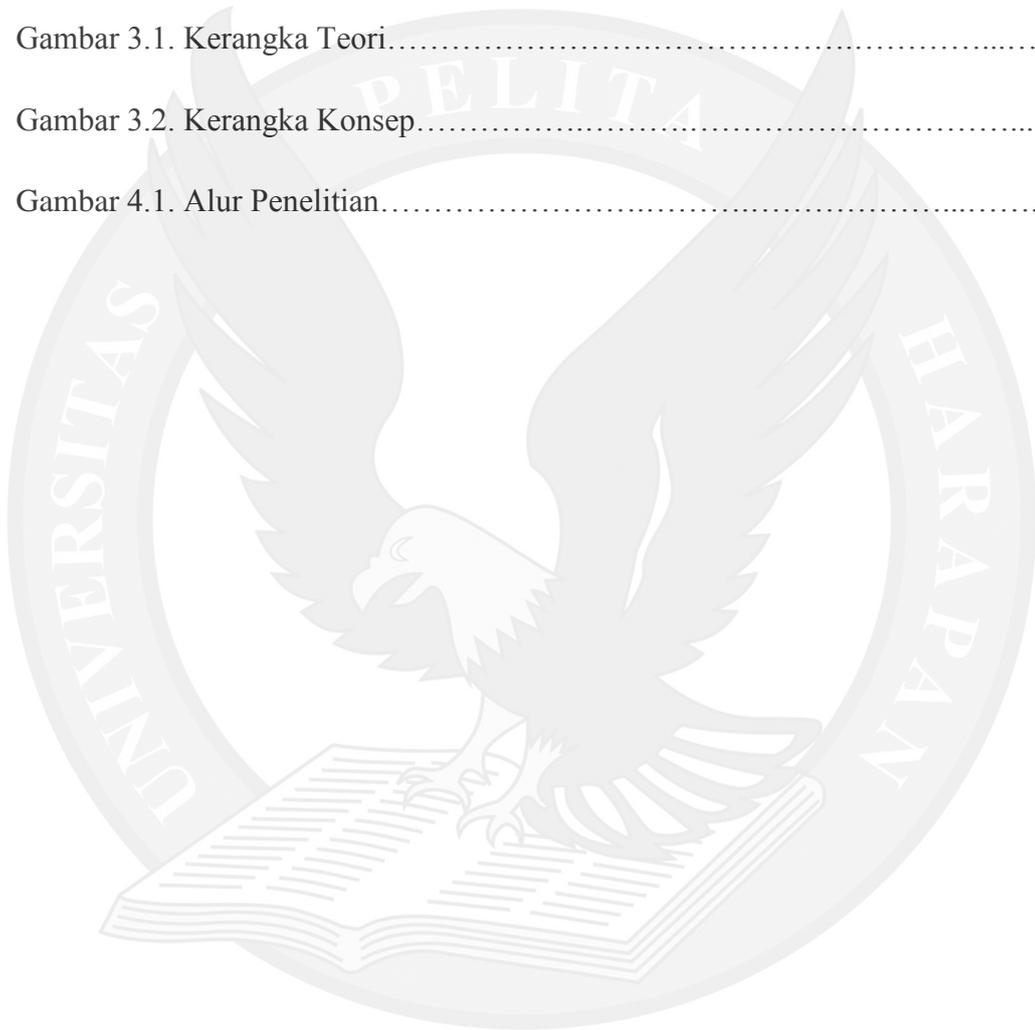
<b>HALAMAN JUDUL.....</b>	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TUGAS AKHIR.....</b>	<b>ii</b>
<b>PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING TUGAS AKHIR .....</b>	<b>iii</b>
<b>PERSETUJUAN DOSEN PENGUJI TUGAS AKHIR.....</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN.....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ix</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	4
1.3. Tujuan.....	4
1.3.1. Tujuan Umum.....	4
1.3.2. Tujuan Khusus.....	4
1.4. Manfaat.....	4
1.4.1. Manfaat Akademik.....	4
1.4.2. Manfaat Praktis.....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>6</b>
2.1.1. Definisi.....	6
2.1.2. Fisiologi.....	6

2.1.3.	Klasifikasi .....	7
2.1.4.	Pengukuran Tekanan Darah .....	7
2.2.	Hipertensi .....	9
2.2.1.	Definisi .....	9
2.2.2.	Tipe .....	9
2.2.3.	Faktor Resiko .....	10
2.2.4.	Patofisiologi .....	11
2.2.5.	Komplikasi .....	12
2.2.6.	Diagnosis .....	12
2.2.7.	Penatalaksanaan .....	12
2.3.	Tidur .....	13
2.3.1.	Definisi .....	13
2.3.2.	Fisiologi .....	14
2.3.3.	Mekanisme Tidur .....	14
2.3.4.	Faktor yang Mempengaruhi Tidur .....	16
2.3.5.	Kualitas Tidur .....	20
2.3.6.	Pengukuran Kualitas Tidur .....	20
2.3.7.	Gangguan Tidur .....	21
2.4.	Hubungan Antara Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah .....	22
<b>BAB III KERANGKA TEORI, KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS .....</b>		<b>25</b>
3.1.	Kerangka Teori .....	25
3.2.	Kerangka Konsep .....	26
3.3.	Hipotesis .....	26
3.4.	Variabel .....	26
3.5.	Definisi Operasional .....	26
<b>BAB IV METODOLOGI PENELITIAN .....</b>		<b>28</b>
4.1.	Desain Penelitian .....	28

4.2.	Lokasi dan Waktu .....	28
4.3.	Bahan dan Cara Penelitian .....	28
4.3.1.	Bahan Penelitian .....	28
4.3.2.	Cara Penelitian .....	28
4.4.	Populasi Penelitian .....	29
4.5.	Sampel Penelitian .....	30
4.6.	Perkiraan Besar Sampel .....	30
4.7.	Kriteria Inklusi .....	31
4.8.	Kriteria Eksklusi .....	31
4.9.	Alur Penelitian .....	32
4.10.	Pengolahan Data .....	33
4.11.	Uji Statistik .....	33
4.12.	Jadwal Penelitian .....	34
4.13.	Dana Penelitian .....	35
<b>BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>36</b>
5.1.	Hasil Penelitian .....	36
5.2.	Pembahasan .....	41
5.3.	Keterbatasan Penelitian .....	46
<b>BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>		<b>47</b>
6.1.	Kesimpulan .....	47
6.2.	Saran .....	47
<b>BAB VII DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>48</b>
<b>LAMPIRAN</b>		

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Cara Memasang Manset.....	8
Gambar 2.2. Cara Mengaktifkan Tensimeter Digital.....	9
Gambar 3.1. Kerangka Teori.....	25
Gambar 3.2. Kerangka Konsep.....	26
Gambar 4.1. Alur Penelitian.....	32



## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Klasifikasi Tekanan Darah Berdasarkan JNC-7.....	7
Tabel 4.1. Jadwal Penelitian.....	34
Tabel 4.2. Dana Penelitian.....	35
Tabel 5.1. Distribusi Frekuensi dan Persentase Berdasarkan Karakteristik Subjek Penelitian.....	36
Tabel 5.2. Distribusi Gambaran Kualitas Tidur Menurut Jenis Kelamin.....	39
Tabel 5.3. Pengelompokan Rata-rata Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Berdasarkan Kualitas Tidur.....	40
Tabel 5.4. Hasil Normalisasi Data.....	40
Tabel 5.5. Analisis Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Pada Remaja Akhir Usia 17-25 Tahun.....	40

## DAFTAR SINGKATAN

ACE : *Angiotensin Converting Enzyme*

ACEI : *Angiotensin Converting Enzyme Inhibitor*

ARAS : *Ascending Reticular Activating System*

ARB : *Angiotensin Receptor Blocker*

AVP : *Arginine-Vasopressin*

CCB : *Calcium-Channel Blocker*

CO : *Cardiac Output*

CRH : *Corticotrophin Releasing Hormone*

EEG : *Electroencephalogram*

HDL : *High-Density Lipoprotein*

HPA : *Hypothalamus-Pituitary-Adrenal*

HR : *Heart Rate*

JNC-7 : *The Seventh Report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure*

LDL : *Low-Density Lipoprotein*

NREM: *Non Rapid Eye Movement*

PSQI : *Pittsburgh Sleep Quality Index*

RAS : *Reticular Activating System*

REM : *Rapid Eye Movement*

SAM : *Sympathic-Adrenal Medullary*

SV : *Stroke Volume*

TDD : Tekanan Darah Diastolik

TDS : Tekanan Darah Sistolik



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A. Informasi Penelitian.....	A – 1
Lampiran B. Lembar Persetujuan Partisipasi Penelitian.....	B – 1
Lampiran C. Kuesioner.....	C – 1
Lampiran D. Hasil <i>Output</i> Pengolahan Data.....	D – 1

