

ABSTRAK

Enjelica Lee (01071210167)

HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN HIPERTENSI PADA KARYAWAN PT
DECALINDO PRATAMA

(xii + 46 halaman: 1 gambar; 9 tabel; 4 lampiran)

Latar belakang: Kualitas tidur yang buruk diperkirakan dapat meningkatkan resiko kenaikan tekanan darah. Kenaikan tekanan darah yang terus menerus nantinya akan berdampak pada kerusakan pembuluh darah dan dapat menyebabkan berbagai penyakit vaskular.

Tujuan penelitian : Tujuan penelitian ini untuk menentukan hubungan kualitas tidur dengan hipertensi pada karyawan usia 20 sampai 50 tahun di PT. Decalindo Pratama

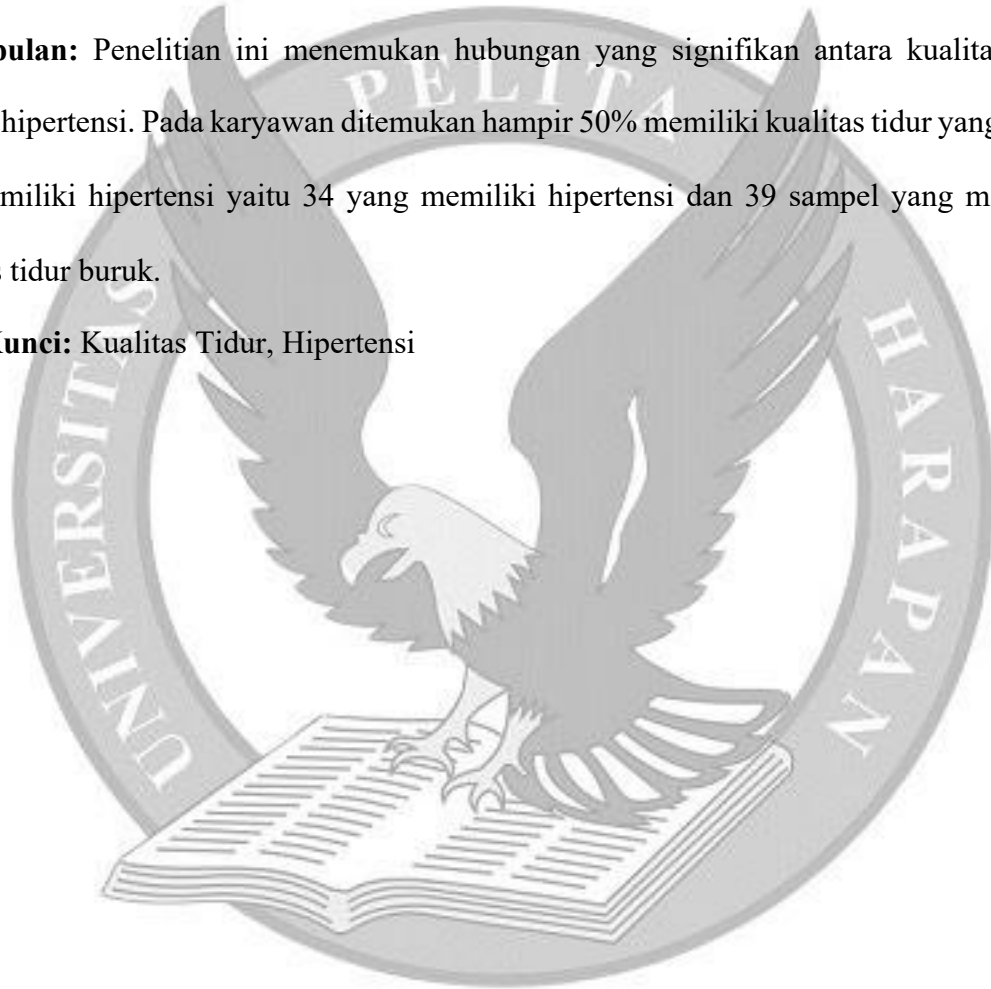
Metodologi : Penelitian ini dilakukan dengan metode potong lintang dengan jumlah sampel minimal 78 karyawan yang akan dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang mencakup Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) dan pengukuran tekanan darah menggunakan *sphygmomanometer digital*. Analisis data akan dilakukan menggunakan program *Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) 23,0* dengan uji *Chi-square*.

Hasil: Penelitian ini melibatkan 79 karyawan PT. Decalindo Pratama berusia 20-50 tahun. Hasil menunjukkan kualitas tidur yang buruk dan mengalami hipertensi lebih banyak jumlahnya dibanding yang memiliki kualitas tidur buruk namun memiliki tekanan darah yang normal, yaitu sebanyak 32 sampel (82,1%) dan yang memiliki tekanan darah normal

berjumlah 7 sampel (17,9%). Hasil dari uji *chi square* didapatkan $p < 0,001$ yang berarti signifikan antara kualitas tidur dengan hipertensi. Didapatkan juga hasil *odd ratio* sebesar 86,857 dengan *confidence interval* sebesar 16,843-447,906 yang menunjukkan kualitas tidur buruk dapat meningkatkan resiko terkena hipertensi.

Kesimpulan: Penelitian ini menemukan hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan hipertensi. Pada karyawan ditemukan hampir 50% memiliki kualitas tidur yang buruk dan memiliki hipertensi yaitu 34 yang memiliki hipertensi dan 39 sampel yang memiliki kualitas tidur buruk.

Kata Kunci: Kualitas Tidur, Hipertensi



ABSTRACT

Enjelica Lee (01071210167)

THE RELATIONSHIP BETWEEN QUALITY OF SLLLEEP AND HYPERTENSION ON
PT DECALINDO PRATAMA EMPLOYEE

(xii + 46 pages: 1 picture; 9 tables; 4 attachments)

Background: *Low quality of sleep is thought to increase the risk of high blood pressure. Prolonged increase of high blood pressure will negatively impact the blood vessels in which will ultimately cause various cardiovascular diseases.*

Aim Of The Study: *The aim of this study is to establish a correlation between the quality of sleep and hypertension in employees aging from 20 to 50 years old in a factory named PT. Decalindo Pratama.*

Methodology: *This experiment will use a crosssectional study design with a minimal of 78 employees in which where the sampling method used in this research is to use purposive sampling. The data extraction used in this experiment is a series of questionnaire based on the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) and the measurement of blood pressure using a digital sphygmomanometer. A program called the Statistical Package For the Social Scienes (SPSS) 23.0 will be used for the data analysis using the chi-square methodology.*

Results: *This study involved 79 employees of PT. Decalindo Pratama aged 20-50 years. The results showed that those with poor sleep quality and hypertension were more numerous compared to those with poor sleep quality but normal blood pressure, with 32 samples (82.1%) and 7 samples (17.9%) respectively. The results of the chi-square test showed $p <$*

0.001, indicating a significant relationship between sleep quality and hypertension. An odds ratio of 86.857 was also obtained with a confidence interval of 16.843-447.906, indicating that poor sleep quality can increase the risk of developing hypertension.

Conclusion: *This study found a significant relationship between sleep quality and hypertension. Among the employees, almost 50% had poor sleep quality and hypertension, with 34 having hypertension and 39 samples having poor sleep quality.*

