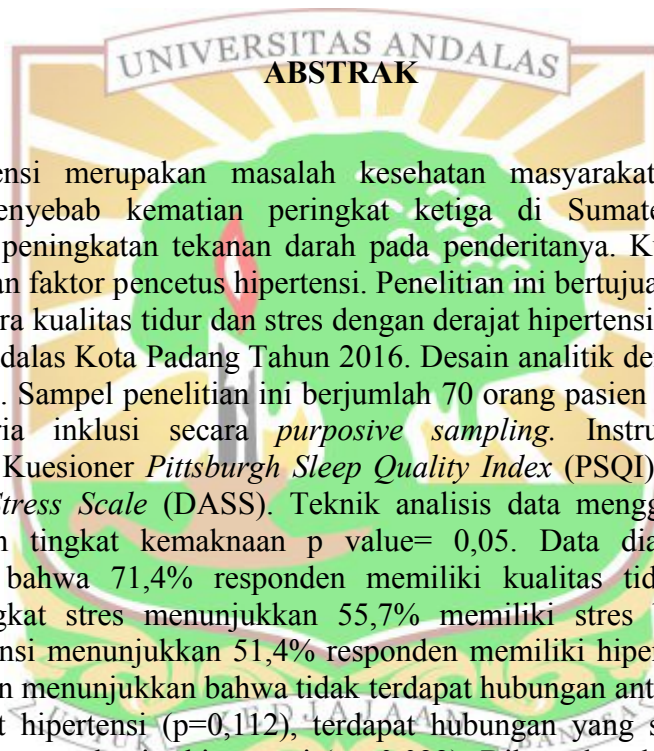


**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
MEI 2016**

**Nama : Rahma Nike
Nomor BP : 1210321014**

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DAN TINGKAT STRES DENGAN
DERAJAT HIPERTENSI PADA PENDERITA HIPERTENSI
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
ANDALAS KOTA PADANG
TAHUN 2016**



Hipertensi merupakan masalah kesehatan masyarakat di dunia dan merupakan penyebab kematian peringkat ketiga di Sumatera Barat yang menyebabkan peningkatan tekanan darah pada penderitanya. Kualitas tidur dan stres merupakan faktor pencetus hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk meneliti hubungan antara kualitas tidur dan stres dengan derajat hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2016. Desain analitik dengan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian ini berjumlah 70 orang pasien hipertensi sesuai dengan kriteria inklusi secara *purposive sampling*. Instrumen penelitian menggunakan Kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)* dan *Depression Anxiety and Stress Scale (DASS)*. Teknik analisis data menggunakan uji chi-square dengan tingkat kemaknaan p value= 0,05. Data dianalisa univariat menunjukkan bahwa 71,4% responden memiliki kualitas tidur yang buruk. Distribusi tingkat stres menunjukkan 55,7% memiliki stres berat. Distribusi derajat hipertensi menunjukkan 51,4% responden memiliki hipertensi stadium 1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan derajat hipertensi ($p=0,112$), terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan derajat hipertensi ($p= 0,022$). Diharapkan kepada puskesmas untuk dapat memberikan pendidikan kesehatan tentang tidur dengan optimal dan mengontrol stres dengan teknik relaksasi dan manajemen stres.

Kata kunci : hipertensi,kualitas tidur, stres

Daftar Pustaka : 53 (2000-2015)

**FACULTY OF NURSING
ANDALAS UNIVERSITY
June, 2016**

**Name : Rahma Nike
Registered number : 1210321014**

*The relationship between sleep quality, stress level and The Degree Of
Hypertension on Hypertensive patients in Andalas
Public Health Padang Year 2016*

ABSTRACT

Hypertension is public health problem in the world and is the third leading cause of death in West Sumatra which bring effect to the increasing of suffer's blood pressure. The quality of sleep and stress is the trigger factors of hypertension. The study aims to examine the relationship between sleep quality, stress level and The Degree Of Hypertension on Hypertensive patients in Andalas Public Health Padang Year 2016. this study use analitic design with cross sectional. Samples in this study amounted to 70 hypertensive patients based on inclusion criteria with purposive sampling. The research instrument used questionnaire Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) dan Depression Anxiety and Stress Scale (DASS). Data were analyzed using chi-square test with a significance level of p value=0,05. Univariat data were analyzed 71,4% respondent with poor sleep quality. Distribution stres scale analyzed 55,7% severe stress. Distribution of 1 degree of hypertension 51,4% respondent. The result showed that there was no relationship between sleep quality and degree of hypertension (p value= 0,112), there is a significant relationship between the level of stress and degree of hypertension (p value= 0,022). Expected to public health for be able to for provide helath education on sleep with optimal and controlling of stress with relaxation techniques and stress management.

**Keyword : hypertension, sleep quality, stress
Bibliography : 53 (2000-2015)**