

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TEKANAN DARAH
PADA MAHASISWI TEKNIK UNIVERSITAS
ANDALAS ANGGKATAN 2015**



Skripsi
Diajukan ke Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sebagai
Pemenuhan Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Kedokteran

Oleh

RESTU EVANILA PUTRI
NIM. 1410311078

Pembimbing:

1. dr. Lili Irawati, M.Biomed
2. Dra. Machdawaty Marsi, M.Si, Apt

FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2018

RELATIONSHIP BETWEEN SLEEP QUALITY AND BLOOD PRESSURE IN FEMALE ENGINEERING STUDENT IN UNIVERSITY OF ANDALAS BATCH 2015

By
Restu Evanila Putri

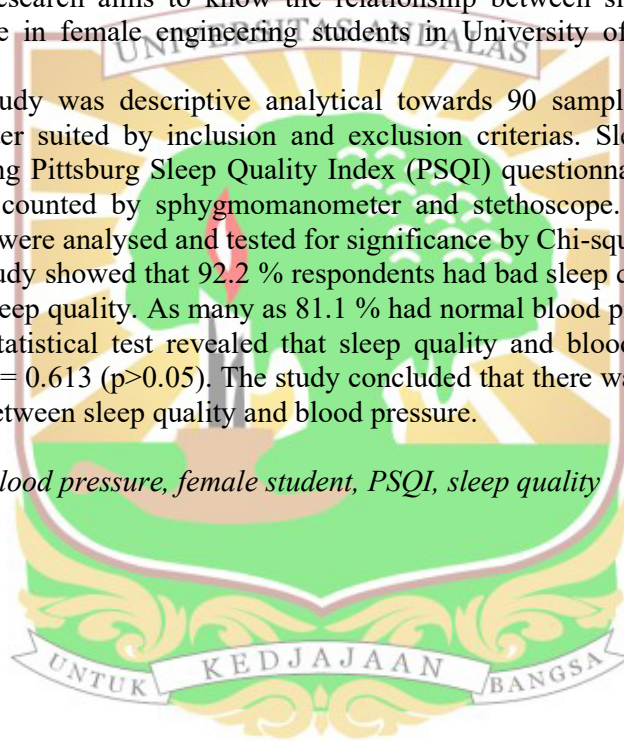
ABSTRACT

Sleeping is human basic need to regain body fitness after daily activities. It is influenced by circadian rhythm which is 24 hours cycle. Sleep quality will be changing if circadian rhythm is disrupted. Bad sleep quality becomes the risk factor of hypertension. Hypertension is the main cause of early death around the world. This research aims to know the relationship between sleep quality and blood pressure in female engineering students in University of Andalas batch 2015.

The study was descriptive analytical towards 90 samples chosen from population after suited by inclusion and exclusion criterias. Sleep quality was scored by using Pittsburg Sleep Quality Index (PSQI) questionnaire while blood pressure was counted by sphygmomanometer and stethoscope. Univariate and bivariate data were analysed and tested for significance by Chi-square test.

The study showed that 92.2 % respondents had bad sleep quality while 7.8 % had good sleep quality. As many as 81.1 % had normal blood pressure and 18.9 % had not. Statistical test revealed that sleep quality and blood pressure were related with $p = 0.613$ ($p > 0.05$). The study concluded that there was no significant relationship between sleep quality and blood pressure.

Keywords : *Blood pressure, female student, PSQI, sleep quality*



HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TEKANAN DARAH PADA MAHASISWI FAKULTAS TEKNIK UNIVERSITAS ANDALAS ANGGKATAN 2015

Oleh
Restu Evanila Putri

ABSTRAK

Tidur merupakan kebutuhan manusia untuk mengembalikan kebugaran tubuh dari aktifitas sehari-hari. Tidur sangat dipengaruhi oleh irama sirkadian yaitu sebuah siklus yang berlangsung sekitar 24 jam. Apabila irama sirkadian ini terganggu akan menyebabkan terganggunya kualitas tidur. Kualitas tidur yang buruk merupakan salah satu dari faktor risiko terjadinya hipertensi. Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah pada mahasiswi Fakultas Teknik Universitas Andalas angkatan 2015.

Metode yang digunakan adalah deskriptif analitik dengan sampel berjumlah 90 orang, diperoleh dari populasi yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Penilaian kualitas tidur menggunakan kuesioner *Pittsburg Sleep Quality Index* (PSQI) dan tekanan darah dengan menggunakan sphygmomanometer air raksa dan stetoskop. Data dianalisis secara univariat dan bivariat, serta diuji kemaknaannya dengan uji statistik *Chi-square*.

Hasil penelitian ini menunjukkan kualitas tidur buruk sebanyak 92,2% dan kualitas tidur baik sebanyak 7,8%. Memiliki tekanan darah normal sebanyak 81,1% dan tidak normal 18,9%. Hasil analisis data statistik kualitas tidur dengan tekanan darah didapatkan $p = 0,613$ ($p > 0,05$). Kesimpulan penelitian ini adalah tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan tekanan darah.

Kata kunci : Kualitas tidur, mahasiswi, PSQI, tekanan darah