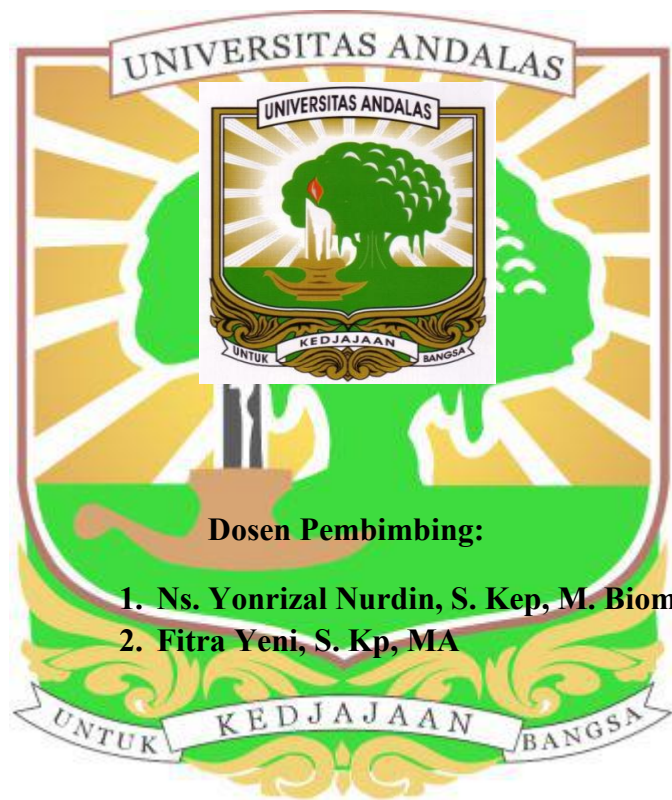


**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TEKANAN DARAH PADA
LANSIA RIWAYAT HIPERTENSI DI PUSKESMAS ANDALAS
KOTA PADANG TAHUN 2018**

**OLEH :
REFMAIZA FARZI
1711316024**



FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG 2019

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
Februari 2019**

Nama : Refamiza Farzi
No. BP : 1711316024

Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah Pada Lansia Riwayat Hipertensi
di Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2018

ABSTRAK

Menurut Riskasdes (2013) prevalensi hipertensi meningkat yaitu 45,9% usia 55-64 tahun, 57,6% usia 65 tahun dan 74% usia >75 tahun. Pada usia lanjut, peningkatan tekanan darah disebabkan oleh kekakuan arteri atau berkurangnya elastisitas aorta. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tekanan darah yaitu kualitas tidur. Kualitas tidur yang buruk mengakibatkan hormon pengaturan keseimbangan tekanan darah tidak bekerja secara optimal yang membuat sistem saraf menjadi hiperaktif dan mempengaruhi sistem seluruh tubuh termasuk jantung dan pembuluh darah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah pada lansia riwayat hipertensi di Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2018. Penelitian ini menggunakan desain *korelation study* dengan sampel 68 responden. Analisis bivariat dilakukan dengan korelasi *Spearman*. Hasil univariat menunjukkan rata-rata kualitas tidur adalah 10 dan rata-rata tekanan darah 150/90 mmHg. Penelitian ini didapatkan hasil yaitu terdapat hubungan signifikan antara kualitas tidur dengan tekanan darah dengan kekuatan yang kuat dan arah korelasi positif, dimana hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah sistolik ($p= 0,000$, $r= 0,790$) dan kualitas tidur dengan tekanan darah diastolik ($p= 0,000$, $r= 0,722$) yang berarti semakin tinggi nilai kualitas tidur maka semakin tinggi pula tekanan darah lansia hipertensi. Tenaga kesehatan di puskesmas andalas kota padang diharapkan dapat memberikan terapi relasasi otot progresif dan memberikan informasi terkait aromaterapi lavender yang bisa digunakan di rumah.

Kata Kunci : Kualitas tidur, tekanan darah, hipertensi
Daftar Pustaka : 70 (2000-2018)

**FAKULTY OF NURSING
ANDALAS UNIVERSITY
February 2019**

Name : Refmaiza Farzi
No. BP : 1711316024

Relationship Between Sleep Quality and Blood Pressure at Elderly History of Hypertension in Andalas Health, Padang in 2018

ABSTRACT

According to Riskasdes (2013) the prevalence of hypertension increased, namely 45.9% aged 55-64 years, 57.6% aged 65 years, and 74% aged > 75 years. In old age, an increase in blood pressure is caused by arterial stiffness or reduced aortic elasticity. One of the factors that can affect blood pressure is the quality of sleep. Poor sleep quality results in the hormone regulating blood pressure balance not working optimally which makes the nervous system become hyperactive and affects the entire body's system including the heart and blood vessels. The purpose of this study was to determine the relationship between the quality of sleep and blood pressure in elderly hypertension at Andalas Health Centers Padang in 2018. This study used a correlational study design with a sample of 68 respondents. Bivariate analysis was performed by Spearman correlation. Univariate results showed that the average sleep quality was 10 and the average blood pressure was 150/90 mmHg. This study showed that there was a significant relationship between the quality of sleep and blood pressure with strong strength and the direction of a positive correlation, where the relationship of quality of sleep with systolic blood pressure ($p = 0,000$, $r = 0,790$) and sleep quality with diastolic blood pressure ($p = 0,000$, $r = 0,722$) which means that the higher the quality of sleep, the higher the blood pressure of elderly hypertension. Health workers at the Padang city andal as health center are expected to provide progressive muscle relaxation therapy and provide information on lavender aromatherapy that can be used at home.

Keywords : sleep quality, blood pressure, hypertension
Bibliography : 70 (2000-2018)