



**GAMBARAN KUALITAS TIDUR PADA PENDERITA
HIPERTENSI DI PUSKESMAS 9 NOPEMBER
BANJARMASIN PERIODE
OKTOBER 2023**

Skripsi
Diajukan guna memenuhi
sebagian syarat untuk memperoleh derajat Sarjana Kedokteran
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Lambung Mangkurat

Oleh
Khairida Mawarni
2010911220054

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
BANJARMASIN**

Desember 2023

PENGESAHAN SKRIPSI

**GAMBARAN KUALITAS TIDUR PADA PENDERITA HIPERTENSI DI
PUSKESMAS 9 NOPEMBER BANJARMASIN
PERIODE OKTOBER 2023**

Khairida Mawarni, NIM: 2010911220054

Telah dipertahankan di hadapan **Dewan Penguji Skripsi**
Program Studi Kedokteran Program Sarjana
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Lambung Mangkurat
Pada Hari Jumat, Tanggal 15 Desember 2023

Pembimbing I

Nama: dr. Fauzan Muttaqien, Sp. JP, FIHA
NIP : 19841202 201012 1 005

Pembimbing II

Nama: Dr. dr. Siti Kaidah, M.Sc
NIP : 19730529 200501 2 001

Penguji I

Nama: dr. H. Yulizar Darwis, Sp. KJ, M.M
NIP : 367401 120148 0 001

Penguji II

Nama: Dr. Roselina Panghiyangani, S. Si., M.Biomed
NIP : 19700925 200003 2 001

Banjarmasin, 9 Januari 2024

Mengetahui,
Koordinator Program Studi Kedokteran Program Sarjana

Prof. Dr. dr. Triawanti, M.Kes.
NIP. 19710912 199702 2 001

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarmasin, 15 November 2023



Khairida Mawarni

ABSTRAK

GAMBARAN KUALITAS TIDUR PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS 9 NOPEMBER BANJARMASIN PERIODE OKTOBER 2023

Khairida Mawarni

Hipertensi adalah ketika tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastol ≥ 90 mmHg dengan pengukuran berulang minimal 2 kali. Gejala yang sering dialami penderita antara lain sakit kepala, sesak napas, pusing, kaku tengkuk, dan nokturia yang dapat mengganggu tidur dan berdampak pada kualitas tidur dimana hal tersebut akan memengaruhi pengendalian terhadap perkembangan hipertensi yang dapat menyebabkan risiko stroke dan penyakit jantung. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran kualitas tidur pada penderita hipertensi di Puskesmas 9 Nopember Banjarmasin Periode Oktober 2023. Metode penelitian menggunakan observasional deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel dengan *purposive sampling* sebanyak 93 responden. Pengambilan data dilakukan dengan wawancara terstruktur secara langsung pada penderita hipertensi Puskesmas 9 Nopember Banjarmasin periode Oktober 2023 dengan menggunakan kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) dan dianalisis menggunakan total skor, jika skor ≤ 5 baik dan skor > 5 buruk. Berdasarkan penelitian yang dilakukan, didapatkan bahwa dari keseluruhan sampel (93), terdapat 7 orang sampel (7,5%) yang memiliki skor akhir PSQI ≤ 5 (Kualitas tidur baik) dan 86 orang sampel (92,5%) yang memiliki skor akhir PSQI > 5 (kualitas tidur buruk). Sehingga bisa disimpulkan bahwa mayoritas penderita hipertensi di Puskesmas 9 Nopember Banjarmasin memiliki kualitas tidur yang buruk.

Kata-kata kunci : hipertensi, kualitas tidur, *pittsburgh sleep quality index* (PSQI).

ABSTRACT

DESCRIPTION OF SLEEP QUALITY IN HYPERTENSION PATIENTS AT PUSKESMAS 9 NOVEMBER BANJARMASIN PERIOD OCTOBER 2023

Khairida Mawarni

Hypertension is when systolic blood pressure ≥ 140 mmHg and/or diastolic blood pressure ≥ 90 mmHg with repeated measurements at least 2 times. Symptoms that patients often experience include headaches, shortness of breath, dizziness, stiff neck, and nocturia which can disrupt sleep and impact the quality of sleep, thus affecting the control of the development of hypertension which can cause the risk of stroke and heart disease. The aim of this study was to determine the description of sleep quality in hypertensive patients at the 9 November Banjarmasin Community Health Center for the period of October 2023. The research method used was descriptive observational with a cross-sectional approach. The sampling technique used purposive sampling with as many as 93 respondents. Data were collected using structured direct interviews with hypertension sufferers at the Banjarmasin November 9 Community Health Center for the October 2023 period using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) questionnaire and analyzed using the total score, if the score was ≤ 5 good and the score > 5 was bad. Based on the research conducted, it is known that of the 93 total samples there were 7 samples (7.5%) who had a final PSQI score ≤ 5 (good sleep quality) and 86 samples (92.5%) who had a final PSQI score > 5 (bad sleep quality). So, it can be concluded that the majority of hypertension sufferers at the 9 November Banjarmasin Community Health Center have poor sleep quality.

Key words : *hypertension, sleep quality, pittsburgh sleep quality index (PSQI)*

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Tuhan yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“GAMBARAN KUALITAS TIDUR PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS 9 NOPEMBER BANJARMASIN PERIODE OKTOBER 2023”** tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh derajat sarjana kedokteran di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Dr. dr. Istiana, M.Kes yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
2. Koordinator Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Prof. Dr. dr. Triawanti, M.Kes. yang telah memberi kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
3. Kedua pembimbing, dr. Fauzan Muttaqien, Sp.JP, FIHA dan Dr. dr. Siti Kaidah, M.Sc yang berkenan memberikan saran dan arahan dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Kedua dosen penguji, dr. H. Yulizar Darwis, Sp.KJ, MM dan Dr. Roselina Panghiyangani S.Si., M.Biomed yang memberi kritik dan saran sehingga skripsi ini menjadi semakin baik.

5. Kedua orang tua penulis tercinta, ayahanda Khairil dan ibunda Ida Herliana, saudara penulis Muhammad Nazib Rahman dan Mutiara Khadijah, serta seluruh keluarga yang tak pernah henti mendukung, mendoakan, memperhatikan, dan siap membantu.
6. Sahabat dan kawan-kawan lainnya yang selalu memberikan dukungan dan doa.
7. Jajaran staf kependidikan dan administrasi kampus Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat.
8. Seluruh pihak di Puskesmas 9 Nopember Banjarmasin yang telah memberikan izin dan membantu dalam penelitian.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, akan tetapi penulis berharap penelitian ini bermanfaat bagi dunia ilmu pengetahuan.

Banjarmasin, 15 Desember 2023

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR SINGKATAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	3
E. Keaslian Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Hipertensi	7
B. Konsep Tidur.....	18
C. Gambaran Kualitas Tidur Pada Penderita Hipertensi	28
BAB III LANDASAN TEORI	34
BAB IV METODE PENELITIAN	37

A. Rancangan Penelitian	37
B. Populasi dan Sampel	37
C. Instrumen Penelitian.....	39
D. Variabel Penelitian	40
E. Definisi Operasional.....	40
F. Prosedur Penelitian.....	41
G. Teknik Pengumpulan dan Pengolahan Data	43
H. Cara Analisis Data	43
I. Waktu dan Tempat Penelitian	43
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	44
BAB VI PENUTUP	52
A. Simpulan	52
B. Saran.....	52
DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN.....	59

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1.1. Keaslian Penelitian Gambaran Kualitas Tidur Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas 9 Nopember Banjarmasin Periode Oktober 2023	5
2.1. Klasifikasi Hipertensi berdasarkan Joint National Committee VIII.	8
2.2. Klasifikasi Hipertensi berdasarkan Perhimpunan Dokter Hipertensi.....	8
2.3. Anamnesis Hipertensi	15
2.4. Pemeriksaan Fisik pada Hipertensi	16
2.5. Kebutuhan Tidur Manusia P2PTM Kemenkes.....	27
2.6. Kebutuhan Tidur Manusia CDC.....	27
4.1. Definisi Operasional Penelitian Gambaran Kualitas Tidur Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas 9 Nopember Banjarmasin Periode Oktober 2023	40
5.1. Deskripsi Karakteristik Sampel Penelitian Gambaran Kualitas Tidur Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas 9 Nopember Banjarmasin Periode Oktober 2023.....	44
5.2. Skor Kuesioner PSQI Penelitian Gambaran Kualitas Tidur Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas 9 Nopember Banjarmasin Periode Oktober 2023	45
5.3. Hasil Kualitas Tidur Berdasarkan Umur Penelitian Gambaran Kualitas Tidur Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas 9 Nopember Banjarmasin Periode Oktober 2023.....	47

5.4	Komponen Kualitas Tidur Penelitian Gambaran Kualitas Tidur Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas 9 Nopember Banjarmasin Periode Oktober 2023	48
-----	---	----

DAFTAR GAMBAR

Tabel	Halaman
2.1. Patofisiologi Hipertensi	12
2.2. Penentu Tekanan Arteri Rerata.....	13
2.3. Diagnosis Hipertensi	17
2.4. Model <i>General Adaptation Syndrome</i>	32
3.1. Skema Kerangka Teori Penelitian Gambaran Kualitas Tidur Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas 9 Nopember Banjarmasin Periode Oktober 2023	35
3.2. Skema Kerangka Konsep Penelitian Gambaran Kualitas Tidur Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas 9 Nopember Banjarmasin Periode Oktober 2023.....	36
4.1. Skema Prosedur Penelitian Gambaran Kualitas Tidur Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas 9 Nopember Banjarmasin Periode Oktober 2023.	42

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1. Surat Kelaikan Etik.....	60
Lampiran 2. Contoh Lembar Persetujuan Responden.....	61
Lampiran 3. Contoh Formulir Pengumpulan Data Penelitian.....	62
Lampiran 4. Contoh Pengisian Kuesioner PSQI.....	63
Lampiran 5. Contoh Pengisian Kuesioner LMMP-I.....	65
Lampiran 6. Tabel Pengumpulan Data Penelitian.....	66
Lampiran 7. Tabulasi Penyajian Data Penelitian	69
Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian.....	71

DAFTAR SINGKATAN

ABP	: <i>Ambulatory Blood Pressure Monitoring</i>
BSR	: <i>Bulbar Synchronizing Regional</i>
HBPM	: <i>Home Blood Pressure Monitoring</i>
HDL	: <i>High Density Lipoprotein</i>
JNC	: <i>Joint National Committee</i>
L-MMPI	: <i>Lie Score - Minnesota Multiphasic Personality Inventory</i>
NREM	: <i>Non- Rapid Eye Movement</i>
PSQI	: <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>
RAS	: <i>Reticular Activating Sistem</i>
SCN	: <i>Suprachiasmatic Nucleus</i>
SRRA	: <i>Sistem Renin Angiotensin Aldosteron</i>
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>