

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN RIWAYAT  
HIPERTENSI ESENSIAL PADA PEKERJA SHIFT  
MALAM DI PT MEDCO E&P INDONESIA**



**SKRIPSI**

Sebagai salah satu syarat memperoleh gelar  
Sarjana Kedokteran (S.Ked)

Oleh:

**RENNY TRI JULIARSI**

**NIM 702017033**

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALEMBANG  
2021**

## HALAMAN PENGESAHAN

### HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN RIWAYAT HIPERTENSI ESENSIAL PADA PEKERJA SHIFT MALAM DI PT MEDCO E&P INDONESIA

Dipersiapkan dan disusun oleh  
**Renny Tri Juliarsi**  
NIM : 702017033

Sebagai salah satu syarat memperoleh gelar  
Sarjana Kedokteran (S.Ked)

Pada tanggal 3 Februari 2021

Mengesahkan

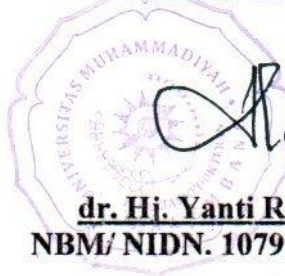
**dr. Ni Made Elva Mayasari, Sp.JP**

Pembimbing Pertama

**dr. Noor Zaki Abdel Fatah**

Pembimbing Kedua

**Dekan  
Fakultas Kedokteran**



**dr. Hj. Yanti Rosita, M.Kes**

**NBM/ NIDN. 1079954/0204076701**

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini Saya menerangkan bahwa :

1. Skripsi Saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Universitas Muhammadiyah Palembang, maupun Perguruan Tinggi lainnya.
2. Skripsi ini murni gagasan, rumusan dan penelitian Saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing.
3. Dalam Skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini Saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka Saya bersedia menerima sanksi akademik atau sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Perguruan Tinggi ini.

Palembang, 03 Februari 2021

Yang membuat pernyataan

  
enny Tri Juliarsi  
NIM : 702017033

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Dengan Penyerahan naskah artikel dan *softcopy* berjudul : Hubungan Kualitas Tidur Dengan Riwayat Hipertensi Esensial Pada Pekerja Shift Malam Di PT Medco E&P Indonesia.


Kepada Unit Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (UP2M) Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang (FK-UMP), Saya :

Nama : Renny Tri Juliarsi  
NIM : 702017033  
Program Studi : Pendidikan Kedokteran  
Fakultas : Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang  
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, setuju memberikan kepada FK-UMP, Pengalihan Hak Cipta dan Publikasi Bebas Royalti atas Karya Ilmiah, Naskah, dan *softcopy* diatas. Dengan hak tersebut, FK-UMP berhak menyimpan, mengalih media / formatkan, dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikan, menampilkan, mempublikasikan di internet atau media lain untuk kepentingan akademis, tanpa perlu meminta izin dari Saya, dan Saya memberikan wewenang kepada pihak FK-UMP untuk menentukan salah satu Pembimbing sebagai Penulis Utama dalam Publikasi. Segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam Karya Ilmiah ini menjadi tanggungjawab Saya pribadi.

Demikian pernyataan ini, Saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Palembang  
Pada tanggal : 03 Februari 2021

Menyetujui,  
  
(Renny Tri Juliarsi)  
NIM : 702017033

## ABSTRAK

Nama : Renny Tri Juliarsi  
Program Studi : Kedokteran  
Judul : Hubungan Kualitas Tidur Dengan Riwayat Hipertensi  
Esensial Pada Pekerja Shift Malam Di PT Medco E&P  
Indonesia

Penyebab pasti hipertensi belum diketahui dengan pasti, namun salah satu faktor resiko yang menjadi pencetus terjadinya hipertensi adalah kualitas tidur yang buruk. Kualitas tidur yang buruk dapat mengakibatkan gangguan keseimbangan fisiologis dan psikologis dalam diri seseorang. Selain itu, durasi tidur pendek dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan hipertensi karena peningkatan tekanan darah 24 jam dan denyut jantung, peningkatan sistem saraf simpatik, dan peningkatan retensi garam. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kualitas tidur dengan riwayat hipertensi pada pekerja shift malam di PT Medco E&P Indonesia. Jenis penelitian ini adalah penelitian observasi analitik dengan menggunakan desain *cross sectional* yang dilakukan di PT Medco E&P Indonesia. Jumlah sampel sebanyak 100 pekerja. Pengambilan sampel dilakukan dengan metode Non Random Sampling dengan menggunakan teknik Purposive Sampling. Populasi pada penelitian adalah semua pekerja shift malam di bagian security yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi pada periode Oktober-Desember 2020. Pada penelitian didapatkan pekerja dengan kualitas tidur buruk mengalami hipertensi esensial sebanyak 11 orang (17,7%), kualitas tidur buruk tidak mengalami hipertensi esensial sebanyak 51 orang (82,3%), kualitas tidur baik mengalami hipertensi esensial sebanyak 0 orang (0%), dan kualitas tidur baik tidak mengalami hipertensi esensial sebanyak 38 orang (100%). Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara Kualitas Tidur dengan Riwayat Hipertensi Esensial pada Pekerja Shift Malam di PT Medco E&P Indonesia ( $p=0,006$ ).

**Kata Kunci:** Kualitas tidur, riwayat hipertensi esensial

## ***ABSTRACT***

Name : Renny Tri Juliarsi  
Study program : Medical Education  
Title : The Relationship between Sleep Quality and History of  
Essential Hypertension in Night Shift Workers at PT Medco  
E&P Indonesia

The exact cause of hypertension is still undetermined, but one of the risk factors that trigger the occurrence of hypertension was poor sleep quality. Poor sleep quality can result in disturbance of physiological and psychological balance in a person. In addition, short sleep duration over a long period of time can lead to hypertension due to an increase in 24-hour blood pressure and heart rate, an increase in the sympathetic nervous system, and an increase in salt retention. This study was conducted to determine the relationship between sleep quality and a history of hypertension in night shift workers at PT Medco E&P Indonesia. This type of research has an analytical observational study using a cross-sectional design conducted at PT Medco E&P Indonesia. The number of samples was 100 workers. Sampling was done using the Non-Random Sampling method by using purposive sampling technique. The population in the study were all night shift workers in the security section who met the inclusion and exclusion criteria in the period of October-December 2020. In this study, 11 workers with poor sleep quality experienced essential hypertension (17,7%), and 51 (82,3%) of people who have poor sleep quality did not experience essential hypertension, samples with good quality sleep and had essential hypertension as many as 0 people (0%), and good sleep quality and did not experience essential hypertension as many as 38 people (100%). It can be concluded that there was a significant relationship between sleep quality and a history of essential hypertension among night shift workers at PT Medco E&P Indonesia ( $p = 0.006$ ).

**Keywords:** Sleep quality, essential hypertension history

## **KATA PENGANTAR DAN UCAPAN TERIMAKASIH**

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Proposal Skripsi ini. Penulisan Proposal Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Kedokteran pada Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan Proposal Skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Proposal Skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

- 1) dr. Ni Made Elva Maya Sari, Sp.JP selaku dosen pembimbing pertama dan dr. Noor Zaky Abdel Fatah selaku dosen pembimbing kedua yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan proposal skripsi ini;
- 2) PT. Medco E&P Indonesia yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan;
- 3) Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral; dan
- 4) Sahabat yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan Proposal Skripsi ini.

Akhir kata, saya berdoa semoga Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Proposal Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Palembang, Februari 2020

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL</b>	
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	ii
<b>DAFTAR PERNYATAAN ORISINALITAS</b> .....	iii
<b>DAFTAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS</b> .....	iv
<b>ABSTRAK</b> .....	v
<b>ABSTRACT</b> .....	vi
<b>KATA PENGANTAR DAN UCAPAN TERIMAKASIH</b> .....	vii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	ix
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	x
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xi
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	2
1.3 Tujuan Masalah .....	3
1.4 Manfaat .....	3
1.5 Keaslian Penelitian .....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	6
2.1 Hipertensi.....	6
2.1.1 Definisi .....	6
2.1.2 Epidemiologi Hipertensi .....	6
2.1.3 Etiologi.....	7
2.1.3.1 Hipertensi sekunder.....	7
2.1.3.2 Hipertensi Primer .....	8
2.1.4 Patofisiologi Hipertensi.....	10
2.1.5 Klasifikasi Hipertensi.....	11
2.1.6 Faktor Resiko Hipertensi.....	11



2.1.7 Penatalaksanaan.....	13
2.1.8 Komplikasi .....	17
2.2 Kualitas Tidur .....	18
2.2.1 Definisi .....	18
2.2.2 Fisiologi Tidur.....	19
2.2.3 Definisi Kualitas Tidur.....	22
2.2.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur .....	23
2.2.4.1 Penyakit.....	24
2.2.4.2 Lingkungan .....	24
2.2.4.3 Stress Psikologis.....	25
2.2.4.4 Obat-obatan dan zat-zat kimia .....	25
2.2.4.5 Aktivitas fisik .....	25
2.2.5 Pengukuran Kualitas Tidur .....	26
2.3 Kerangka Teori .....	28
2.4 Hipotesis .....	28
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>30</b>
3.1 Jenis Penelitian .....	30
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian.....	30
3.2.1 Waktu Penelitian .....	30
3.2.2 Tempat Penelitian.....	30
3.3 Populasi dan Sampel.....	30
3.3.1 Populasi Target.....	30
3.3.2 Populasi Terjangkau.....	30
3.3.3 Sampel.....	30
3.3.4. Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	31
3.4 Variabel Penelitian.....	31
3.4.1 Variabel Independen .....	31
3.4.2 Variabel Dependen.....	32
3.5 Definisi Operasional .....	32
3.6 Cara Pengumpulan Data .....	32
3.7 Cara Pengelohan Data.....	32
3.7.1. Tahap Pengolahan Data.....	32
3.7.2. Analisis Data .....	33
3.8 Alur Penelitian .....	34

<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>35</b>
4.1 Hasil Penelitian.....	35
4.1.1 Analisis Univariat.....	35
4.1.2 Analisis Bivariat.....	36
4.2 Pembahasan .....	37
4.2.1 Analisis Univariat.....	37
4.2.1.1 Distribusi Sampel Berdasarkan Usia.....	37
4.2.1.2 Kualitas Tidur.....	38
4.2.1.3 Hipertensi Esensial.....	38
4.2.2 Analisis Bivariat.....	39
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	39
 <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	 <b>41</b>
5.1 Kesimpulan .....	41
5.2 Saran .....	41
 <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	 <b>42</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>45</b>
<b>BIODATA RINGKAS ATAU RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>62</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1. Keaslian Penelitian.....	4
Tabel 2.1. Klasifikasi Tekanan Darah.....	11
Tabel 2.2. Kisi Kisi Kuesioner PSQI.....	26
Tabel 3.1. Definisi Operasional .....	31
Tabel 4.1. Distribusi Sampel Berdasarkan Usia .....	34
Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur.....	35
Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Hipertensi Esensial .....	35
Tabel 4.4. Hubungan Kualitas Tidur dengan Riwayat Hipertensi Esensial .....	35

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2.1.Letak Irama Sirkandian.....	20
--	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.Lembar Penjelasan.....	45
Lampiran 2.Informed Consent.....	46
Lampiran 3.Kuesioner Penelitian PSQI.....	47
Lampiran 4.Kuesioner Penelitian .....	50
Lampiran 5.Hasil.....	52
Lampiran 6.Uji Statistik.....	55
Lampiran 7.Surat Etik Penelitian.....	55
Lampiran 8.Surat Izin Penelitian.....	55
Lampiran 9.Surat Selesai Penelitian.....	55
Lampiran 10.Kartu Aktivitas Bimbingan Proposal Skripsi.....	55
Lampiran 11.Kartu Aktivitas Bimbingan Skripsi.....	55

## DAFTAR SINGKATAN

ACE	: <i>Angiotensin-Converting Enzyme</i>
ACEI	: <i>Angiotensin-Converting Enzyme Inhibitor</i>
ADH	: <i>Antidiuretic Hormone</i>
ARB	: <i>Angiotensin Receptor Blocker</i>
CCB	: <i>Calcium Channel Blocker</i>
EEG	: <i>Elektroensefalogram</i>
EMG	: <i>Elektromiografi</i>
EOG	: <i>Electrooculograph</i>
JNC	: <i>Joint National Committee</i>
mmHg	: <i>Milimeter Merkuri (Hydrargyrum)</i>
NHBLI	: <i>National Heart, Lung, and Blood Institute</i>
NO	: <i>Nitric Oxide</i>
NREM	: <i>Non Rapid Eye Movement</i>
OSA	: <i>Obstructive Sleep Apnea</i>
OSAS	: <i>Obstructive Sleep Apnea Syndrome</i>
PSQI	: <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
SAR	: <i>Sistem Aktivasi Retikular</i>
SCN	: <i>Supra Chiasmatic Nuclei</i>
SDB	: <i>Sleep Disorder Breathing</i>
SSP	: <i>Sistem Saraf Pusat</i>

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah didalam arteri diatas 140/90 mmHg pada orang dewasa dengan sedikitnya tiga kali pengukuran secara berurutan (Muhadi, 2016). Secara garis besar Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang (Whelton et al, 2017).

Hipertensi merupakan penyakit yang pravelensinya di Indonesia terus mengalami peningkatan. Menurut Riskesdas tahun 2018 menyatakan prevalensi kejadian hipertensi pada penduduk yang berusia 18 tahun sebesar 34,1%, penduduk yang berusia 31-44 tahun sebesar 31,6%, penduduk yang berusia 45-54 tahun sebesar 45,3% sedangkan pada penduduk yang berusia 55-64 tahun sebesar 55,2%. Kemenkes RI menjelaskan sampai saat ini, hipertensi merupakan penyakit yang memiliki prevalensi tinggi sebesar 25,8% berdasarkan data Riskesdas tahun 2013 dan naik menjadi 34,1% berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 (Riskesdas Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Penyebab pasti hipertensi belum diketahui dengan pasti, namun ada beberapa faktor resiko yang menjadi pencetus terjadinya hipertensi, diantaranya adalah stress, kegemukan, merokok, asupan garam yang tinggi, sensitifitas terhadap angiotensin, hiperkolesterolemia, kurang olahraga, genetik, obesitas, aterosklerosis, kelainan ginjal, gaya hidup dan kualitas tidur yang buruk (Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI, 2015).

Pola tidur menjadi salah satu faktor risiko dari kejadian hipertensi. Pola tidur yang buruk dapat mengakibatkan gangguan keseimbangan fisiologis dan psikologis dalam diri seseorang. Selain itu, durasi tidur pendek dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan hipertensi karena peningkatan tekanan

darah 24 jam dan denyut jantung, peningkatan sistem saraf simpatik, dan peningkatan retensi garam (Santi Martini, 2018)

Alat yang di gunakan untuk mengukur kualitas tidur yaitu kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), PSQI merupakan salah satu instrument untuk mengukur kualitas tidur. PSQI mengukur tujuh indikator kualitas tidur seperti kualitas tidur subyektif, latensi tidur, durasi tidur, efisiensi kebiasaan tidur, gangguan tidur, penggunaan obat tidur, dan gangguan atau keluhan saat bangun tidur (Fardiani dkk, 2017).

Kualitas tidur diukur dengan menggunakan Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) versi bahasa Indonesia, Pemilihan instrumen PSQI versi bahasa Indonesia ini karena cukup praktis dan mudah dipahami, selain itu sudah cukup banyak digunakan di Indonesia dengan validitas dan tingkat realibilitas cukup tinggi. (Curcio et al, 2012).

Bekerja shift di malam hari membuat kadar hormon leptin menurun. Perubahan hormon tersebut bisa berdampak buruk bagi metabolisme, sehingga berbagai macam penyakit kronis seperti penyakit kardiovaskuler lebih mudah menyerang. Pekerja shift malam mempunyai risiko penyakit kardiovaskuler sebesar 40% lebih tinggi dibanding pekerja non-shift. Pada pekerja *shift* menyatakan bahwa terdapat perbedaan tekanan darah yang signifikan antara pekerja yang bekerja pada *shift* pagi dan pekerja yang bekerja pada *shift* malam (Gan et al, 2015).

Oleh karena itu peneliti tertarik untuk mencari “Hubungan kualitas tidur dengan riwayat hipertensi pada pekerja shift malam di PT Medco E&P Indonesia”, karena mengingat angka kejadian hipertensi yang sangat tinggi dan salah satu faktor yang mempengaruhinya yaitu kualitas tidur.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah ada hubungan kualitas tidur dengan riwayat hipertensi esensial pada pekerja shift malam di PT Medco E&P Indonesia?



### **1.3 Tujuan Masalah**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan kualitas tidur dengan riwayat hipertensi esensial pada pekerja shift malam di PT Medco E&P Indonesia.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Untuk mengetahui gambaran kualitas tidur pada pekerja shift malam di PT Medco E&P Indonesia.
2. Untuk mengetahui riwayat hipertensi esensial pada pekerja shift malam di PT Medco E&P Indonesia.
3. Untuk mengetahui hubungan kualitas tidur dengan riwayat hipertensi esensial pada pekerja shift malam di PT Medco E&P Indonesia.

### **1.4 Manfaat**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi literatur tambahan, serta referensi untuk bidang keilmuan tentang hubungan kualitas tidur dengan riwayat hipertensi esensial pada pekerja shift malam PT Medco E&P Indonesia.

#### **1.4.2 Manfaat Praktisi**

1. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi salah satu acuan untuk penelitian selanjutnya mengenai hubungan kualitas tidur dengan riwayat hipertensi esensial pada pekerja shift malam di PT Medco E&P Indonesia.
2. Hasil penelitian ini dapat menjadi pertimbangan dalam hubungan kualitas tidur dengan riwayat hipertensi esensial pada pekerja shift malam di PT Medco E&P Indonesia.
3. Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi tambahan kepada penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan hubungan kualitas tidur dengan riwayat hipertensi esensial pada pekerja shift malam di PT Medco E&P Indonesia.

## 1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1.1. Keaslian Penelitian

Nama	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Hasil
Annisa Aulia Fitri	Hubungan kualitas tidur dengan kejadian hipertensi	Desain penelitian cross-sectional study	Hasil analisis bivariat penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan kejadian hipertensi ( $p=0,003$ ), dan didapatkan RP yaitu 2,1 yang berarti kualitas tidur merupakan suatu faktor resiko untuk terjadinya hipertensi. (RP 2,1, IK 95% 1,5-8,5).
Nur Melizza, Nurul Hikmah, Anggraini Dwi Kurnia, Lailatul Masruroh, Cici Indah Setiowati, Yoyok Bekti Prasetyo	Hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Ciptomulyo	Desain penelitian cross-sectional	Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kualitas tidur dengan tekanan darah sistolik pada responden di wilayah kerja puskesmas Ciptomulyo dengan $p\ value = 0,040$ , namun tidak ada hubungan yang signifikan antara kualitas tidur

dengan tekanan darah diastolik dimana nilai  $(p = 0,623)$

---

<p>Harsismanto J, Juli Andri, Tirta Dwi Payana, Muhammad Bagus Andrianto, Andry Sartika</p>	<p>Kualitas tidur berhubungan dengan perubahan tekanan darah pada lansia</p>	<p>Desain penelitian cross sectional</p>	<p>Didapatkan nilai <math>\rho</math> <math>value = 0,000 \leq 0,05</math>. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Tahun 2019. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan erat antara kualitas tidur dengan perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Tahun 2019.</p>
---	--	--	--

---

## DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, I. M. S., Sutarga, I. M., & Pinatih, G. N. I. (2015). Faktor Risiko Attention Deficit Hyperactivity Disorder ( ADHD ) pada Anak di Denpasar. *Public Health and Preventive Medicine*, 3(1), 43–48.
- AHA (American Heart Association). *Cardiovascular Disease : A Costly Burden For America Projections Through 2035*. The American Heart Association Office of Federal Advocacy : Washington DC; 2017.
- Anggraini, Merry Tyas. 2017. Hubungan Antara Shift Kerja Dengan IMT, Tekanan Darah Dan Kadar Glukosa Darah. *Jurnal Labora Medika Vol 1 No 2*.
- Balitbangkes. 2018. *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Carskadon MA, Dement WC (2011). *Monitoring and staging human sleep*. Edisi ke 5. St. Louis: Elsevier Saunders.
- Curcio G., Tempesta D., Scarlanta S., Marzano C., Moroni F., Rossini P., et al. 2012. validity of the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) *Neuronal Sci*. Pubmed US National Library of Medicine.
- Dorland WA, Newman. 2010. *Kamus Kedokteran Dorland edisi 31*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC. p. 702, 1003.
- Gangwisch, J.E., Feskanich, D., Malaspina D., Shen, S., dan Forman, J.P. (2015). Sleep Duration dan Risk for Hypertension in Women: Results from The Nurses' Health Study. *American Journal of Hypertension Vol. 26, No.7*. Hal 903-911.
- Fitri, Annisa Aulia. 2017. *Hubungan Kualitas Tidur Terhadap Kejadian Hipertensi*. Jakarta : Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Gan T.J., 2015. Review Diclofenac : An Update On Its Mechanism of Action and Safety Profile, *Current Medical Research & Opinion*, 26 (7), 1715–1731.
- Guyton, A. C., Hall, J. E., 2014. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Edisi 12. Jakarta : EGC, 1022.

- Harkreader, H, Hogan, M.A., & Thobaben, M. 2007. *Fundamental of Nursing: Caring and Clinical Judgment*. (3rd ed). St. Louis, Missouri: Saunders Elsevier.
- Harsismanto J, dkk. 2020. Kualitas Tidur Berhubungan dengan Perubahan Tekanan Darah pada Lansia. *Jurnal Kesmas Asclepius* Vol 2 No 1.
- Herbert Benson, dkk, 2012, *Menurunkan Tekanan Darah*, Gramedia, Jakarta.
- Iqbal, M. D. (2017). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Perantau di Indonesia. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 6(11), 227–234.
- Kayce B, June T, Bernie RO. Hypertension: The Silent Killer: Updated JNC-8 Guideline Recommendations [internet]. 2015 [disitasi tanggal 26 Desember 2016].
- Kemenkes RI. 2013. Riset Kesehatan Dasar; RISKESDAS. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI.
- Kemenkes. Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2015-2019. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2015.
- Kozier. (2010). *Buku Ajar Praktik Keperawatan Klinis*. Edisi 5. Jakarta : EGC
- Muhadi. 2016. JNC 8: Evidence-based Guideline Penanganan Pasien Hipertensi Dewasa. Divisi Kardiologi, Departemen Ilmu Penyakit Dalam, Vol. 43, No. 1, pp. 56-57.
- NHLBI National Heart Lung and Blood Institute. 2011. What is atherosclerosis?. [http://www.nhlbi.nih.gov/health/health\\_topics/topics/atherosclerosis/](http://www.nhlbi.nih.gov/health/health_topics/topics/atherosclerosis/), 21 Agustus 2012.
- Nugroho, T. S. (2016). *Perbedaan Kualitas Tidur pada Remaja yang Mengalami Obesitas dan Tidak Mengalami Obesitas di SMAN 2 Demak*. STIKES Ngudi Waluyo.
- Potter, P.A. & Perry, A.G. (2010). *Fundamental Keperawatan : Konsep, proses, dan Praktik Volume I* Edisi 7. Jakarta : Salemba Medika.
- Prasetyningrum, Y. I. 2014. *Hipertensi Bukan Untuk Ditakuti*. Jakarta:FMedia.
- Pudiastuti, R. D. 2011. *Penyakit Pemicu Stroke*. Yogyakarta: Nuha Medika.

- Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas). (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018. Diakses: 27 Desember 2018 dari [www.depkes.go.id](http://www.depkes.go.id).
- Sarfriyanda, J. ', Karim, D. ', & Dewi, A. P. (2015). Hubungan Antara Kualitas Tidur dan Kuantitas Tidur Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Ilmu Keperawatan*, 2(2), 1178–1185.
- Sherwood, L. 2014. Fisiologi manusia : dari sel ke sistem. Edisi 8. Jakarta: EGC.
- Sulistyoningsih, H., 2011. Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Tandiyono, Tan Evan.2020. Peranan Subjective Well-Being Karyawan Terhadap Kinerja Karyawan Pada Perusahaan Keluarga Di Indonesia. *Jurnal Ekonomi Manajemen* volume 5 Nomor 1. Hal.59-72.
- Ummah, Muslikhatul.2017. Hubungan Antara Stres Akademik Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Pondok Pesantren. Skripsi thesis, Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Wardhani, Irma Okta, Santi Martini. (2015). Hubungan Karakteristik Pasien Stroke Dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Menjalani Rehabilitasi *Jurnal Berkala Epidemiologi*, Vol. 3, No. 1 Januari 2015 : 24–34.
- Whelton PK, et al. Guideline for the prevention, detection, evaluation, and management of high blood pressure in adults. *Journal of the American College of Cardiology*. 2017; 21-22.
- Widyaningtyas, Mego. (2018). Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Laki-laki Dewasa di Puskesmas Petang I Kabupaten Badung Tahun 2018. Skripsi. Universitas Udayana. Denpasar.
- Willy. 2011. *Pola Asuh Makan*. Jakarta : EGC.
- World Health Organization. A global brief on hypertension: silent killer, global public health crisis. 2015.
- World Health Organization (2017). Mental disorders fact sheets. World Health Organization. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs396/en/> - Diakses Januari 2018