

**GAMBARAN POLA TIDUR PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS CIMALAKA**

KARYA TULIS ILMIAH

Disusun dan diajukan untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya Keperawatan pada jenjang pendidikan Diploma III Keperawatan



Disusun oleh:

Nama : Azmi Muhammad Reza

NIM : 1800246

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
KAMPUS DI SUMEDANG
2021**

**GAMBARAN POLA TIDUR PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS CIMALAKA**

Oleh:

Azmi Muhammad Reza

Sebuah karya tulis ilmiah yang diajukan untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Keperawatan

© Azmi Muhammad Reza 2021

Universitas Pendidikan Indonesia

Juli 2021

Hak cipta dilindungi undang-undang

Karya Tulis Ilmiah ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
dengan dicetak ulang, di fotokopi, atau cara lain tanpa izin penulis

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Azmi Muhammad Reza NIM 1800246 dengan judul “Gambaran Pola Tidur Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cimalaka” telah dipertahankan di depan dewan penguji Prodi DIII Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Daerah Sumedang pada tanggal 22 Juni 2021.

Dewan Penguji
Ketua Penguji,



Dedah Ningrum, S.KM., M.KM.
NIP. 197101081993032002

Penguji Anggota I



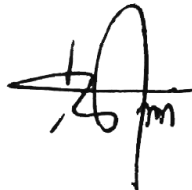
Popon Haryeti S.Kep.,Ners., M.H.Kes.
NIP. 196708261997032001

Penguji Anggota II



Rafika Rosyda S.Kep., Ners., M.Kep.
NIP. 199208272019032023.

Mengetahui,
Ketua Prodi DIII Keperawatan



Dewi Dolifah, M.Kep., Ners
NIP. 197501202000032001

GAMBARAN POLA TIDUR PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS CIMALAKA

Azmi Muhammad Reza¹ Popon Haryeti² Rafika Rosyda³

¹Mahasiswa Prodi Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia

^{2,3}Dosen Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia

ABSTRAK

Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana tekanan darah mengalami peningkatan yang tidak terkontrol, penderita hipertensi mengalami gejala pusing, nyeri kepala, sesak nafas dan nokturia, yang mengganggu tidur penderita dan berdampak pada pola tidur serta mempengaruhi kualitas hidup dan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pola tidur penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cimalaka. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita yang mengalami hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cimalaka. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* dengan sampel sebanyak 79 responden. Pengambilan data menggunakan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) dan dianalisis menggunakan total skor, jika skor ≤ 5 baik dan > 5 buruk. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 52 responden (65,8 %) mengalami pola tidur buruk dan 27 responden (34,2 %) mengalami pola tidur baik. Diharapkan kepada pihak yang berwenang memberikan edukasi mengenai pola tidur yang baik untuk meningkatkan kualitas tidur bagi penderita.

Kata kunci: Pola Tidur, Hipertensi

DESCRIPTION OF SLEEP PATTERNS OF HYPERTENSION PATIENTS IN THE WORKING AREA OF PUSKESMAS CIMALAKA

Azmi Muhammad Reza¹ Popon Haryeti² Rafika Rosyda³

¹Nursing Student of Universitas Pendidikan Indonesia

^{2,3}Lectures Nursing of Universitas Pendidikan Indonesia

ABSTRACT

Hypertension was a condition when the blood pressure increases uncontrollably, experience from patients with hypertention have symptoms like dizziness, headache, shortness of breath and nocturia. It's make patients difficult to sleep and disrupting the patient's sleep pattern and that give bad effect for quality of life and blood pressure. The purposed from this study is determine the description of the sleep patterns of hypertension patients in public health center of cimilaka. The design in this study was descriptive kuantitatif. Populations from this research were hypertesion patient's in public health center of cimilaka. The sampling technique from this research used purposive sampling. From this research there were 79 patients participated to be respondents. In collecting data used pittsburgh sleep quality index (PSQI) and analyzing data used total score. If the score < 5 good and >5 bad. The result of this study indicated 53 (65,8%) respondents experienced with bad sleep patterns and 27 (34,2%) respondents experienced with good sleep patterns. addressed to the authorities are expected to be able to provided education about good sleep patterns to improved sleep quality for patients.

Keywords: *Sleep Pattern, Hypertension*

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
KATA PENGANTAR	iii
ABSTRAK	ix
<i>ABSTRACT</i>	x
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR BAGAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.3.1 Tujuan Umum	3
1.3.2 Tujuan Khusus	3
1.4 Manfaat Penelitian	3
1.4.1 Manfaat Praktis	3
1.4.2 Manfaat pengembangan	3
BAB II KAJIAN PUSTAKA	4
2.1 Konsep Hipertensi.....	4
2.1.1 Pengertian Hipertensi.....	4
2.1.2 Etiologi.....	4

2.1.3 Manifestasi Klinis	5
2.1.4 Komplikasi Hipertensi	5
2.1.5 Penatalaksanaan	7
2.1.6 Pencegahan Hipertensi	8
2.2 Pola Tidur	8
2.2.1 Pengertian Pola Tidur	8
2.2.2 Fungsi Tidur	9
2.2.3 Tahapan Tidur	10
2.2.4 Kebutuhan Tidur	10
2.2.5 Macam-macam Gangguan Pola Tidur	11
2.2.6 Faktor Yang Mempengaruhi Kebutuhan Tidur	11
BAB III METODE PENELITIAN.....	14
3.1 Rancangan Penelitian	14
3.2 Subjek Penelitian.....	14
3.2.1 Populasi.....	14
3.2.2 Sampel.....	14
3.3 Fokus Penelitian	15
3.4 Definisi Operasional.....	16
3.5 Lokasi dan Waktu Penelitian	16
3.6 Instrumen Penelitian.....	16
3.7 Pengumpulan Data	17
3.7.1 Metode Pengumpulan Data	17
3.7.2 Langkah Pengumpulan Data	17
3.8 Analisis Data dan Penyajian Data	17
3.9 Etika Penelitian	19
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	20

4.1 Hasil Penelitian	20
4.1.1 Karakteristik Responden	20
4.1.2 Pola Tidur Penderita Hipertensi	21
4.1.3 Kualitas Tidur Penderita Hipertensi	21
4.2 Pembahasan	23
4.2.1 Karakteristik Responden	23
4.2.2 Gambaran pola tidur penderita hipertensi	24
4.3 Keterbatasan Penulisan	26
BAB V PENUTUP	27
5.1 Kesimpulan	27
5.2 Saran	28
DAFTAR PUSTAKA	29
LAMPIRAN	31

DAFTAR PUSTAKA

- Amanda, Hafiez, Swito Prastiwi, and Ani Sutriningsih. 2017. "Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tingkat Kekambuhan Hipertensi Pada Lansia Di Kelurahan Tlogomas Kota Malang." *Nursing News* 2(3): 437–47.
- Anggraini, Bella Ratna. (2017). Hubungan Antara Durasi Tidur Terhadap Tingkat Kebugaran Tubuh Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Indonesia Angkatan 2013.
- Aspiani, R Y. (2010). *Buku ajar asuhan keperawatan klien gangguan kardiovaskular: Aplikasi NIC & NOC*.
- Darmawan, Saviera Amanah, and Muhammad Sufyan Abdurrahman. 2020. "Pengaruh Public Relations Terhadap Keputusan Pembelian Lion Air Di Kalangan Mahasiswa Bandung Raya (Studi Kuantitatif Deskriptif Kecelakaan Pesawat Lion Air JT-610)." *e-Proceeding of Management* 7(1): 1787–1804.
- Kebidanan, D. I. I. I., Pku, I. T. S., & Surakarta, M. (2019). *GAMBARAN POLA TIDUR IBU NIFAS*. 9(2), 44–47.
- Kozier & Berman. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, & Praktik* (7th ed.). Jakarta: EGC.
- Kurniawan, D. E. (2017). Penyelesaian Masalah Etik Dan Legal Dalam Penelitian Keperawatan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 3(2), 408-414.
- Martini, Santi, Shofa Roshifanni, and Fanni Marzela. 2018. "Pola Tidur Yang Buruk Meningkatkan Risiko Hipertensi." *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia* 14(3): 297.
- Moi, Maria Adelheid, Dyah Widodo, and Ani Sutriningsih. 2017. "Hubungan Gangguan Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Lansia." *Nursing News : Jurnal Ilmiah Mahasiswa Keperawatan* 2(2): 124–31.
- Nuraini, B (2015). Risk factors of hypertension. *Jurnal Majority*, 4(5).
- Nuraif A. H. & Kusuma H. (2015). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis dan Nanda Nic-Noc Edisi Revisi Jilid 3*. Jogjakarta. Mediacion Jogja.
- Nurlia, (2016). Pengaruh Pola Tidur Sehat Terhadap Tingkat Insomnia Lansia. (Skripsi). Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar.
- Potter & Perry. (2010). *Fundamental Keperawatan*. In 3 (7th ed.). Singapore: Elsevier.
- Sagala, V. P. (2011). Kualitas Tidur dan Faktor-Faktor Gangguan Tidur pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Johor

- Sakinah, Putwi Rizki, Cecep Eli Kosasih, and Eka Afrima Sari. 2018. "Gambaran Kualitas Tidur Pada Penderita Hipertensi Quality of Sleep Among Hypertension Patients." *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar* 13(2): 46.
- Setiadi. Konsep dan praktik penulisan riset keperawatan. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2013
- Tarwoto & Wartonah (2011). *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*. 4th ed. Jakarta: Salemba Medika.
- Lubis, D. P. (2013). Kualitas tidur dan faktor - faktor gangguan tidur pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Teladan.
- Ludyaningrum, Rezkha Mala. 2016. "Perilaku Berkendara dan Jarak Tempuh dengan Kejadian Ispa Pada Mahasiswa Universitas Airlangga Surabaya Driving Behavior and Mileage with the Incidence of URI on Students at Universitas Airlangga Surabaya." *Jurnal Berkala Epidemiologi* 4(3): 384–95.
- Moi, Maria Adelheid, Dyah Widodo, and Ani Sutriningsih. 2017. "Hubungan Gangguan Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Lansia." *Nursing News : Jurnal Ilmiah Mahasiswa Keperawatan* 2(2): 124–31
- Moningka, Brigita L M, Starry H Rampengan, and Edmond L Jim. 2021. "Diagnosis Dan Tatalaksana Terkini Penyakit Jantung Hipertensi." 9(28): 96–103.