

LAPORAN PENELITIAN
HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TEKANAN DARAH
PADA WANITA USIA PRODUKTIF PENDERITA HIPERTENSI
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SALAM MAGELANG



OCEANE MUTIARA DEKINT
202223038

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH
YOGYAKARTA
2026

LAPORAN PENELITIAN
HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TEKANAN DARAH
PADA WANITA USIA PRODUKTIF PENDERITA HIPERTENSI
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SALAM MAGELANG



OCEANE MUTIARA DEKINT
202223038

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH
YOGYAKARTA
2026

LAPORAN PENELITIAN
HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TEKANAN DARAH
PADA WANITA USIA PRODUKTIF PENDERITA HIPERTENSI
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SALAM MAGELANG

Disusun Oleh:

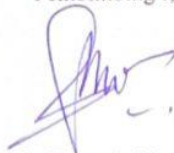
Oceane Mutiara Dekint

NPM 202223038

Laporan Penelitian ini Telah Diperiksa, Disetujui dan Dipertahankan
dihadapan Tim Penguji Tugas Akhir Mahasiswa Stikes Panti Rapih
Yogyakarta

Yogyakarta, 18 Februari 2026

Pembimbing I,



Siwi Ikaristi Maria Theresia, Ns., MSN., Ph.D., NS

NIK 200050005

Pembimbing II,



Christina Ririn Widiarti, M.Kep., Ns., Sp.Kep.An

NIK 199850006

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Oceane Mutiara Dekint

NIM : 202223038

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa study kasus dengan judul:

**“Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Wanita Usia
Produktif Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Salam
Magelang”**

Yang telah saya laksanakan selama tiga bulan dari tanggal 20 Oktober 2025 sampai dengan 9 Februari 2026, seluruhnya merupakan hasil karya sendiri. Adapun terhadap bagian-bagian tertentu dalam penulisan hasil penelitian yang saya kutip secara langsung maupun tidak langsung dari hasil karya orang/pihak lain telah saya tuliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ternyata ditemukan seluruh atau sebagian penulisan hasil penelitian ini terbukti bukan karya sendiri atau terdapat indikasi adanya plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi moral, sanksi administratif serta dituntut Ganti rugi dan atau pidana sesuai dengan ketentuan perundangan-undangan yang berlaku. Pernyataan keaslian penelitian ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa tekanan dari siapapun dan atau dari pihak manapun.

Yogyakarta, 10 Februari 2026

Yang membuat pernyataan,



Oceane Mutiara Dekint

SKRIPSI

HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TEKANAN DARAH PADA WANITA USIA PRODUKTIF PENDERITA HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SALAM MAGELANG

Disusun Oleh :

Oceane Mutiara Dekint

NPM 202223038

Telah dipertahankan dan diuji didepan dewan penguji Skripsi STIKes Panti Rapih
Untuk memenuhi Tugas Akhir Mahasiswa Prodi Keperawatan Program Sarjana
Pada Tanggal 12 Februari 2026

Mengesahkan,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta


Yulia Wardani, S.IAN
NIK 201450001

Penguji :

Ketua : Ag. Sri Oktri Hastuti, M.Kep., Ph.D., NS

Anggota: 1. Siwi Ikaristi Maria Theresia, Ns., MSN., Ph.D., NS

2. Christina Ririn Widiанти, M.Kep., Ns.Sp.Kep.An





MOTTO

*“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.
Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”*

(QS. Al-Insyirah: 5-6; QS. Al-Baqarah: 286)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur, skripsi ini penulis persembahkan kepada Allah SWT, atas rahmat, kekuatan, dan pertolongan-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini di tengah berbagai proses dan ujian yang dilalui.

1. Skripsi ini penulis persembahkan dengan sepenuh hati kepada orang tua tercinta, Mama saya tercinta Budi Aryani dan Papa saya tersayang Stephane Yves Patrick Dekint, atas kasih sayang, kesabaran, doa, serta dukungan yang tidak pernah putus. Setiap langkah dalam proses penyusunan skripsi ini selalu disertai dengan kepercayaan dan dorongan dari kedua orang tua, yang menjadi sumber kekuatan terbesar bagi penulis.
2. Kepada diri sendiri, terima kasih karena telah bertahan dalam proses yang panjang dan melelahkan. Terima kasih karena tetap melangkah meskipun dihadapkan pada kelelahan mental, keraguan, dan air mata. Terima kasih karena tidak menyerah dan memilih untuk terus berjuang dengan doa, kesabaran, dan keyakinan hingga tahap ini dapat diselesaikan.
3. Persembahan ini juga penulis tujukan kepada keluarga, adik, yang dengan caranya sendiri selalu memberikan semangat dan pengingat bahwa perjuangan ini tidak dijalani sendirian.
4. Dengan tulus, Dengan tulus, skripsi ini penulis persembahkan kepada Alexander Hanang Arya Sura Pratama, yang telah menemani, menguatkan, dan memberi dukungan emosional dalam masa-masa lelah, ragu, dan hampir menyerah, sehingga penulis tetap mampu bertahan dan melangkah hingga akhir.
5. Terima kasih kepada sahabat-sahabat tercinta, khususnya “circle K3” yaitu Patricia Tekla, Maria Vianney, serta Elisabeth Leuni, Vina miftahur yang selalu hadir sebagai tempat berbagi cerita, keluh kesah, dan tawa, serta kepada teman-teman gym, yang secara tidak langsung memberikan energi positif dan semangat.
6. Akhir kata, skripsi ini dipersembahkan kepada seluruh pihak yang telah menjadi bagian dari perjalanan panjang penulis sebuah perjalanan yang penuh lelah, air mata, doa, dan kesabaran, namun tetap dijalani dengan keyakinan untuk terus melangkah hingga selesai.

INTISARI

Nama : Oceane Mutiara Dekint
NIM : 202223038
Judul : Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Wanita
Usia Produktif Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja
Puskesmas Salam Magelang
Tanggal Ujian : Februari 2026
Pembimbing : 1. Siwi Ikaristi Maria Theresia, Ns., MSN., Ph.D., NS
2. Christina Ririn Widiyanti, M.Kep., Ns., Sp.Kep.A
Jumlah Pustaka : 45 pustaka (tahun 2018 – 2025)
Jumlah Halaman : xiv, 106 halaman, 9 tabel, 15 lampiran

Hipertensi merupakan masalah kesehatan kronis yang banyak dialami oleh wanita usia produktif dan berisiko menimbulkan komplikasi serius apabila tidak dikelola dengan baik. Salah satu faktor yang diduga berperan dalam pengendalian tekanan darah adalah kualitas tidur. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kualitas tidur dengan tekanan darah pada wanita usia produktif penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Salam, Kabupaten Magelang. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 73 wanita usia produktif (25–49 tahun) penderita hipertensi yang dipilih secara proporsional. Kualitas tidur diukur menggunakan Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), sedangkan tekanan darah diukur menggunakan sphygmomanometer digital yang telah dikalibrasi. Analisis hubungan antara kualitas tidur dan tekanan darah dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman's rho. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kualitas tidur buruk (63,0%). Tekanan darah responden sebagian besar berada pada kategori hipertensi derajat 1 (38,4%) dan hipertensi derajat 2 (41,1%). Hasil uji statistik menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan tekanan darah pada wanita usia produktif penderita hipertensi ($p = 0,074$). Ketidaksignifikanan hubungan tersebut diduga dipengaruhi oleh tingginya kepatuhan konsumsi obat antihipertensi pada responden, sehingga tekanan darah tetap terkontrol meskipun kualitas tidur tergolong buruk. Simpulan penelitian ini adalah tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan tekanan darah pada wanita usia produktif penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Salam, Kabupaten Magelang. Meskipun demikian, tingginya prevalensi kualitas tidur buruk dan hipertensi menunjukkan perlunya pendekatan manajemen hipertensi yang komprehensif, termasuk edukasi mengenai pentingnya kualitas tidur serta pemantauan kepatuhan pengobatan. Oleh karena itu, disarankan agar tenaga kesehatan di Puskesmas Salam tidak hanya mempertahankan kepatuhan minum obat melalui pemantauan rutin, tetapi juga mengintegrasikan skrining dan edukasi kualitas tidur dalam program pengelolaan hipertensi guna mencapai manajemen penyakit yang lebih komprehensif.

Kata Kunci: Kualitas Tidur, Tekanan Darah, Wanita Usia Produktif

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat, berkat, dan kasih-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Wanita Usia Produktif Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Salam Magelang.”

Laporan penelitian disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan program pendidikan Sarjana Keperawatan di STIKes Panti Rapih Yogyakarta. Dengan segala kerendahan hati penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Ibu Yulia Wardani, MAN, selaku Ketua STIKes Panti Rapih Yogyakarta, yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada penulis untuk menempuh pendidikan hingga tahap akhir penyusunan skripsi.
2. Ibu Siwi Ikaristi Maria Theresia, Ns., MSN., Ph.D., NS, selaku Dosen Pembimbing I, atas segala bimbingan, arahan, ketelitian, dan kesabaran selama proses penyusunan skripsi.
3. Ibu Christina Ririn Widiyanti, M.Kep., Ns., Sp.Kep.An, selaku Dosen Pembimbing II, atas motivasi, perhatian, dan saran yang sangat berarti dalam penyempurnaan karya ilmiah ini.
4. Responden wanita usia produktif yang telah berpartisipasi dan bersedia meluangkan waktu untuk memberikan data demi kelancaran penelitian ini.
5. Kepala Puskesmas Salam, Kabupaten Magelang, beserta seluruh tenaga kesehatan dan bidan desa selaku asisten penelitian, yang telah memberikan izin serta dukungan selama pelaksanaan penelitian.

Dengan penuh rasa syukur, penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, dan doa selama proses penyusunan hingga terselesaikannya skripsi ini.

Yogyakarta, 05 Februari 2026

Penulis,

Oceane Mutiara Dekint