

LAPORAN PENELITIAN
HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TEKANAN DARAH
PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS DEPOK II



ELISABETH LAYLA DYAH SADANA
NPM 202223065

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

2026

LAPORAN PENELITIAN
HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TEKanan DARAH
PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS DEPOK II



ELISABETH LAYLA DYAH SADANA
NPM 202223065

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

2026

LAPORAN PENELITIAN
HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TEKanan DARAH
PADA PASIEN HIPERTENSI DIPUSKESMAS DEPOK II YOGYAKARTA

Disusun oleh :

Elisabeth Layla Dyah Sadana

NPM 202223065

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

Tanggal, 11 Agustus 2026

Pembimbing I,



Siwi Ikaristi Maria Theresia, Ns., MSN, PhD NS

NIK. 200050005

Pembimbing II,



Fransisca Anjar Rina Setyani., M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.M.B.

NIK. 201450003

SKRIPSI
HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TEKANAN DARAH
PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS DEPOK II

Di susun Oleh :
Elisabeth Layla Dyah Sadana
NPM 202223065

Telah dipertahankan dan diuji didepan Dewan Penguji Skripsi STIKes Panti Rapih
Untuk memenuhi Tugas Akhir Mahasiswa Prodi Keperawatan Program Sarjana
Pada Tanggal, 11 Agustus 2026
Mengesahkan,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta


Yulia Wardani, MAN
NIK. 201450001

Ketua Penguji	Arimbi Karunia Estri, Ns., M. Kep	:..... 
Anggota 1.	Siwi Ikaristi Maria Theresia, Ns., MSN, PhD NS	:..... 
Anggota 2.	Fransisca Anjar Rina S., M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.M.B.	:..... 

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Elisabeth Layla Dyah Sadana

NPM : 202223065

Dengan ini saya menyatakan sesungguhnya bahwa proposal penelitian dengan judul:

“Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Depok II ”

Merupakan hasil karya saya sendiri yang disusun berdasarkan penelitian yang saya laksanakan selama lima bulan, mulai bulan maret sampai dengan juli. Seluruh isi skripsi ini, baik data analisis, maupun pembahasan, merupakan hasil penelitian saya sendiri. Terdapat kutipan dan pendapat dari karya ilmiah orang lain semua telah dicantumkan sumbernya secara lengkap sesuai dengan kaidah ilmiah. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini merupakan hasil plagiarisme, baik Sebagian maupun seluruhnya, atau melanggar etika akademik, maka saya bersedia menerima segala bentuk sanksi sesuai dengan peraturan yang berlaku di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta. Dengan ini pernyataan saya buat dengan sebenarnya, tanpa adanya paksaan dari pihak mana pun, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 11 Agustus 2026

Yang membuat pernyataan



Elisabeth Layla Dyah Sadana

HALAMAN MOTTO

“Tidak semua orang bisa menguasai jurus Rasengan dalam sehari, begitu juga skripsi ini, diselesaikan dengan tekad, kerja keras, dan semangat untuk tidak menyerah”

-Minato-

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji dan Syukur saya panjatkan kepada Tuhan yang maha esa, Terimakasih atas karunia, hikmat, kekuatan, Kesehatan, serta penyertaan-Mu dalam setiap langkah perjalanan saya, Engkau senantiasa menjadi sumber pengharapan dan pertolongan di setiap proses yang saya lalui hingga akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan.

1. Tuhan, sumber penyertaan, hikmat, kekuatan, dan berkat-Nya mengalir tanpa henti.
2. Cinta pertama dan panutanku, Ayahanda Fx Dono Mudo, Beliau hanyalah seorang supir truk sederhana, tetapi dengan kerja keras, pengorbanan, dan doa yang tak pernah putus, beliau mampu mengantarkan anaknya hingga menempuh Pendidikan dibangku perkuliahan sebagai seorang perawat. Dibalik lelah yang sering tak terlihat, beliau selalu memberikan semangat, motivasi, dan kasih sayang yang menjadi kekuatan bagi penulis untuk terus melangkah. Terimakasih atas setiap perjuangan, keringat, dan pengorbanan yang telah diberikan. Karya ini saya persembahkan sebagai wujud rasa hormat, cinta, dan terimakasih yang tak terhingga kepada ayah.
3. Untuk mama tercinta, pintu surgaku terimakasih karena selalu hadir di setiap langkah perjalanan hidupku, mama adalah tempat pulang terbaik, tempatku bercerita, mengeluh segala lelah, dan menemukan Kembali kekuatan saat aku hampir menyerah. Tidak pernah sekalipun mama berhenti mendoakan, mendukung , dan menguatkan dalam setiap keadaan. Kasih sayang, pengorbanan, dan doa-doa yang Mamah panjatkan menjadi alasan aku mampu bertahan hingga berada di titik ini. Karya sederhana ini kupersembahkan untuk Mamah, wanita hebat yang selalu menjadi sumber cinta, semangat, dan harapan dalam hidupku. Terima kasih telah menjadi pintu surga yang Tuhan titipkan dalam hidupku. Semoga Tuhan senantiasa memberikan kesehatan, kebahagiaan, dan umur yang penuh keberkahan untuk Mamah.
4. Untuk inisal BB Terima kasih telah menjadi sosok yang setiap hari dengan sabar mendampingi dalam perjalanan menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih atas waktu, perhatian, doa, semangat, kesabaran, dan dukungan yang tidak pernah lelah kamu berikan

5. Untuk teman-teman terdekatku yang hadir memberikan semangat, doa, bantuan, dan keceriaan di setiap proses penyusunan skripsi ini. Semoga pertemanan ini selalu terjaga dan Tuhan senantiasa memberkati setiap langkah kita.
6. Dengan penuh rasa hormat dan Syukur, saya mengucapkan terimakasih kepada ibu Siwi Ikaristi Maria Theresia, Ns., MSN, PhD NS selaku dosen pembimbing I dan ibu Fransisca Anjar Rina Setyani., M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.M.B. selaku dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga, serta sabar memberikan arahan, bimbingan, kritik, dan saran yang membangun selama proses penyusunan skripsi ini, semoga segala kebaikan dan didikan yang telah diberikan menjadi berkat, serta Tuhan senantiasa melimpahkan Kesehatan, kebahagiaan, dan penyertaan-Nya dalam setiap langkah.

INTISARI

Nama : Elisabeth Layla Dyah Sadana
NPM : 202223065
Judul : Hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Depok II
Tanggal Ujian : Selasa, 11 Agustus 2026
Pembimbing : 1. Siwi Ikaristi Maria Theresia, Ns., MSN, PhD NS
2. Fransisca Anjar Rina S., M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.M.B.
Jumlah Pustaka : 42 Pustaka (Tahun 2019-2026)
Jumlah Halaman : 109 halaman, tabel, lampiran

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang masih menjadi permasalahan kesehatan karena berpotensi meningkatkan risiko terjadinya berbagai komplikasi, terutama penyakit kardiovaskular. Salah satu faktor yang diduga memengaruhi tekanan darah pada penderita hipertensi adalah kualitas tidur. Gangguan kualitas tidur dapat memengaruhi keseimbangan sistem saraf otonom sehingga berdampak pada perubahan, termasuk peningkatan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kualitas tidur dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Depok II. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional*. Populasi penelitian adalah seluruh pasien hipertensi di Puskesmas Depok II sebanyak 457 pasien. Sampel penelitian berjumlah 102 responden yang dipilih dengan teknik *consecutive sampling* yang dihitung menggunakan rumus besar sampel dengan rumus slovin. Kualitas tidur responden menunjukkan median sebesar 20 yang mengindikasikan kualitas tidur responden cenderung baik. Median tekanan darah sistolik responden sebesar 152 mmHg, sedangkan rata-rata tekanan darah diastolik sebesar 9,396 mmHg. Hasil analisis data menggunakan uji *Spearman Rank* menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan tekanan darah sistolik, namun tidak terdapat hubungan dengan tekanan darah diastolik pada pasien hipertensi di Puskesmas Depok II. Tenaga Kesehatan diharapkan meningkatkan edukasi mengenai pentingnya menjaga kualitas tidur sebagai salah satu upaya nonfarmakologis dalam membantu pengendalian tekanan darah.

Kata kunci: kualitas tidur, hipertensi, tekanan darah sistolik, tekanan darah diastolik.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala Rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Depok II ” dengan baik. Penyusunan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan Pendidikan di bidang keperawatan. dalam proses penyusunan skripsi ini , penulis menyadari bahwa tidak terlepas dari bantuan bimbingan, serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terimakasih yang pertama kepada ibu Siwi Ikaristi,MTH.,Ns.,MSN.,PhD.,NS. selaku pembimbing I yang telah memberikan arahan, bimbingan,serta motivasi selama proses penyusunan ini. Yang kedua kepada Ibu Fransisca Anjar Rina S., M.Kep.,Ns.Sp.Kep.M.B., Selaku pembimbing II yang telah memberikan saran, masukan, dan dukungan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Penulis menyadari bahwa skripsi ini memiliki keterbatasan jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna memperbaiki di masa yang akan datang. Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang keperawatan medical bedah, serta bagi pihak-pihak yang membutuhkan .

Yogyakarta 07, Agustus 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
INTISARI.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar belakang.....	1
1.2 Rumusan masalah	4
1.3 Tujuan penelitian.....	4
1.4 Manfaat penelitian	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1 Tinjauan teori	5
1.2 Kerangka teori.....	26
2.3 Kerangka konsep.....	27
2.4 Hipotesis penelitian.....	28
BAB 3 METODE PENELITIAN	28
3.3 Populasi dan sampel.....	28
3.4 Tempat dan waktu penelitian	30
3.5 Teknik dan instrumen pengumpulan data	30
3.6 Analisis data	34
3.7 Etika Penelitian	37
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	39
4.1 Gambaran Lokasi penelitian	39
4.2 Hasil dan pembahasan	40
4.3 Kelemahan penelitian.....	49

BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN	51
5.1 Simpulan	51
5.2 Saran	51

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2 1 Klasifikasi Hipertensi JNC VIII	7
Tabel 3 1 Definisi operasional penelitian.....	28
Tabel 3 2 Interpretasi Tabel	36
Tabel 4 1 Karakteristik Responden	40
Tabel 4 2 Gambaran Nilai Kualitas Tidur	44
Tabel 4 3 Gambaran Nilai Tekanan Darah	45
Tabel 4 4 Uji normalitas Kualitas tidur dan Tekanan darah	47
Tabel 4 5 Uji Spearman Rank Hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah sistolik	48
Tabel 4 6 Uji Spearman Rank Hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah diastolik.....	49

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat pengantar study pendahuluan
- Lampiran 2 Surat balasan Ijin study pendahuluan
- Lampiran 3 *Ethichal clereance*
- Lampiran 4 Surat pengantar ijin penelitian
- Lampiran 5 Surat balasan ijin penelitian
- Lampiran 6 Penjelasan penelitian
- Lampiran 7 *Infomerd Consent*
- Lampiran 8 Instrumen penelitian
- Lampiran 9 Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 10 SOP pengukuran darah
- Lampiran 11 Rekapitulasi data penelitian
- Lampiran 12 Analisis Data SPSS
- Lampiran 13 Uji kalibrasi
- Lampiran 14 Dokumentasi kuesioner
- Lampiran 15 Dokumentasi penelitian