GAMBARAN POLA TIDUR PADA PASIEN HIPERTENSI DI RSUD dr. SOEDONO MADIUN

KARYA TULIS ILMIAH

MEI SINDI YUNITA RAHAYU
NIM. P17230203095

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTRIAN KESEHATAN MALANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN BLITAR
2023

GAMBARAN POLA TIDUR PADA PASIEN HIPERTENSI DI RSUD dr. SOEDONO MADIUN

Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan
Program Studi D-III Keperawatan Blitar Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

MEI SINDI YUNITA RAHAYU
NIM. P17230203095

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTRIAN KESEHATAN MALANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN BLITAR
2023

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Mei Sindi Yunita Rahayu

NIM : P17230203095

Institusi : Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Malang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengembilan tulisan ataupun pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan penelitian hasil pengambilan tulisan atau pikiran orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Blitar, 3 Mei 2023

Mahasiswa



Mei Sindi Yunita Rahayu

NIM. P17230203095

Mengetahui,

Pembimbing



Ns. Arif Mulyadi, M.Kep

NIP. 197507292001121002

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah dengan Judul "Gambaran Pola Tidur Pada Pasien Hipertensi di RSUD dr. Soedono Madiun" oleh Mei Sindi Yunita Rahayu, NIM P1723003095 telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Blitar, 4 Mei 2023
Pembimbing Utama

Ns. Arif Mulyadi, M.Kep
NIP. 197507292001121002

LEMBAR PENGESAHAN

Penulisan Karya Tulis Ilmiah dengan Judul "Gambaran Pola Tidur Pada Pasien Hipertensi di RSUD dr. Soedono Madiun" oleh Mei Sindi Yunita Rahayu, NIM.P17230203095 telah diseminarkan di depan Dewan Penguji pada tanggal 10 Mei 2023.

Dewan Penguji,

Ketua Penguji	Penguji Anggota
Andi Hayyun Abiddin, SST.,M.Sc.	**Ns. Arif Mulyadi, M.Kep.**
NIP. 91990012 920150 6 101	NIP. 197507292001121002

Mengetahui,
Ketua Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

Dr. Erlina Suci Astuti, S. Kep.Ns,M.Kep.
NIP. 197608102002122001

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Allah SWT, karena atas berkah rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik. Karya Tulis Ilmiah ini disusun untuk memenuhi Mata Ajar Karya Tulis Ilmiah dan sebagai salah satu persyaratan dalam Ujian Akhir di Program Studi D-III Keperawatan Blitar Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Malang.

Maka melalui tulisan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Bapak Dr. Moh. Wildan, A.Per.Pen., Mpd. selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Malang.
2. Dr Erlina Suci Astuti, S.Kep, Ns, M.Kep., Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik kesehatan Kementerian Kesehatan Malang yang telah memberikan ijin dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
3. Wiwin Martiningsih, M.Kep., PhD NS., Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Blitar Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
4. Bapak Andi Hayyun Abiddin, SST., M.Sc, selaku Dosen Penguji yang memberikan saran, bimbingan, arahan dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.

5. Bapak Ns. Arif Mulyadi, M.Kep selaku Dosen Pembimbing Karya Tulis Ilmiah yang telah banyak memberikan arahan dalam penyusunan studi kasus ini.

6. Seluruh dosen dan staf pegawai Program Studi D-III Keperawatan Blitar yang telah memberikan ilmu dan bantuanya dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

7. Keluarga yang telah memberikan doa, semangat dan dukungannya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis ilmiah ini.

8. Teman-teman selaku pemberi semangat dalam menyelesaikan tugas akhir.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini jauh dari kata sempurna. Oleh sebab itu kritik dan saran sangat penulis harapkan demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini yang di susun agar bermanfaat untuk diri sendiri dan juga pihak lain untuk menambah wawasan.

Blitar, 4 Mei 2023



Mei Sindi Yunita Rahayu
NIM P17230203095

ABSTRAK

Rahayu, Mei Sindi Yunita, (2023) Gambaran Pola Tidur Pada Pasien Hipertensi Di RSUD Dr. Soedono Madiun. Karya Tulis Ilmiah. Program Studi D3 Keperawatan Blitar, Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. Pembimbing: Ns. Arif Mulyadi., M.Kep.

Penyakit dibedakan menjadi farian berbeda ada yang penulurannya secara langsung dan sebaliknya, akan tetapi dalam pembahsan ini adalah penyakit yang tidak menular bagian masalah utama di seluruh dunia saat ini, termasuk hipertensi. Gangguan tidur yang menjadi salah satu faktor dari tekanan darah tinggi. Seseorang yang kurang tidur akan mengalami gangguan fisiologis juga psikologis individu manusia. Metode penelitian penulis menggunakan adalah Deskriptif dengan pendekatan cross sectional dengan 33 responden diambil dengan teknik pursove sampling. Penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi di Ruang Wijaya Kusuma E RSUD dr. Soedono Madiun. Pada 23 januari – 11 Maret 2023 yaitu sebanyak 33 orang. Teknik analisis data menggunakan penelitian univariat dan analisisnya berupa deskriptif. Peniltian yang ditemukan bahwa hampir seluruh dari responden mengalami kualitas tidur yang sangat kurang sekali, sebanyak 90,9%, cukup sebanyak 6,0%, dan rendah 3,0%. Responden memiliki tidur kualitas yang kurang karena ada beberapa kebutuhan dasarnya yang mengganggu tidur seperti sering bangun pergi kamar mandi waktu malam hari, rasa sakit (nyeri) di badan atau pegal-pegal, batuk, suara yang keras di rumah sakit, dan merasa kepanasan atau kedinginan. Maka dari itu pola tidur sangat baik dan penting untuk menjaga kesehatan seseorang dengan mengoptimalkan kualitas dan kuantitas tidur.

Kata kunci: pola tidur, hipertensi

ABSTRACT

Rahayu, Mei Sindi Yunita, (2023) overview of sleep patterns in hypertension patients at dr. Soedono Madiun. Scientific papers. Blitar D3 Nursing Study Program, Department of Nursing Health Polytechnic Ministry of Health Malang. Advisor: Ns. Arif Mulyadi., M.Kep.

Non-communicable diseases are a major health problem worldwide today, including hypertension. Sleep disturbance is a risk factor for high blood pressure. Lack of sleep and poor sleep quality can cause disturbances in a person's physiological and psychological balance. The research method used is descriptive with a cross sectional approach with 33 respondents taken by pursove sampling technique. This study included all hypertensive patients in the Wijaya Kusuma E Room at RSUD dr. Soedono Madison. On January 23 – March 11 2023, there were 33 people. The data analysis technique used in this study uses the univariate stage with descriptive analysis. From the results of the study it can be concluded that almost all respondents have poor sleep quality as much as 90.9%, enough as much as 6.0%, and low 3.0%. Respondents experienced poor sleep quality because there were several basic needs that disturbed sleep such as frequent awakening to go to the bathroom at night, body aches or aches, coughing, loud noises at the hospital, and feeling hot. or cold. Therefore, a good sleep pattern is very important to maintain one's health by optimizing the quality and quantity of sleep

Keywords: Sleep Pattern, Hypertension

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL ..... **i**
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN ..... **ii**
LEMBAR PERSETUJUAN ..... **iii**
LEMBAR PENGESAHAN ..... **iv**
KATA PENGANTAR ..... **v**
ABSTRAK ..... **vii**
ABSTRACT ..... **viii**
DAFTAR ISI ..... **ix**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xi**
DAFTAR TABEL ..... **xii**
DAFTAR GAMBAR ..... **xiii**

BAB 1 PENDAHULUAN **1**
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Rumusan Masalah 3
1.3 Tujuan Penelitian 3
1.4 Manfaat Penelitian 3
1.4.1 Manfaat Teoritis 3
1.4.2 Manfaat Praktis 3

BAB II TINJAUAN PUSTAKA **5**
2.1 Konsep Dasar Pola Tidur 5
2.1.1 Definisi pola tidur 5
2.1.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi pola tidur 5
2.1.3 Jenis Pola Tidur 7
2.1.4 Pola Tidur Normal 8
2.1.5 Alat Ukur Kualitas Tidur 10
2.1.6 Cara menentukan penilaian alat ukur 13
2.2 Konsep Dasar Hipertensi 14
2.2.1 Definisi Hipertensi 14
2.2.2 Etiologi Hipertensi 14
2.2.3 Klasifikasi Hipertensi 17
2.2.4 Tanda dan gejala hipertensi 18
2.2.5 Patofisiologi Hipertensi 19
2.2.6 Pemeriksaan Penunjang 20
2.2.7 Penatalaksanaan Hipertensi 20
2.2.8 Komplikasi Hipertensi 23
2.3 Kerangka Konsep 24

BAB III METODE PENELITIAN **26**
3.1 Desain Penelitian 26
3.2 Populasi, Sampel dan Teknik Sampling 26
3.2.1 Populasi Penelitian 26
3.2.2 Sampel penelitian 26
3.2.3 Teknik Sampling 27

3.3 Subyek Penelitian.....27
3.4 Lokasi dan Waktu Penelitian 27
3.4.1 Tempat Penelitian.....27
3.4.2 Waktu Penelitian.....27
3.5 Variabel penelitian 28
3.6 Definisi Operasional.....28
3.7 Metode Pengumpulan Data.....30
3.7.1 Instrumen Pengumpulan Data 30
3.7.2 Teknik Pengumpulan Data 30
3.7.3 Pengolahan Data.....31
3.7.4 Analisa Data 34
3.7.5 Penyajian Data.....34
3.8 Etika Penelitian 35
3.8.1 Persetujuan *(Informed consent)* 35
3.8.2 *Anonimity* (Tanpa Nama).....35
3.8.3 Kerahasiaan (*Confidentiality*).....35

BAB IV PEMBAHASAN..... 36
4.1 Hasil Studi Kasus 36
4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....36
4.1.2 Karakteristik Responden Penelitian.....36
4.1.3 Pola tidur pasien Hipertensi.....38
4.2 Pembahasan.....42

BAB V PENUTUP..... 45
5.1 Kesimpulan 45
5.2 Saran.....45
5.2.1 Bagi rumah sakit.....45
5.2.2 Bagi peneliti.....45
5.2.3 Bagi pasien 45
5.2.4 Bagi peneliti yang akan datang.....46

DAFTAR PUSTAKA..... 47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 *(Informed Consent)* 50
Lampiran 2 Kuesioner 51
Lampiran 3 Hasil Pengolahan Data Umum Responden 53
Lampiran 4 Hasil Pengolahan Data Khusus Responden 55
Lampiran 5 Jadwal Proposal Penelitian 58
Lampiran 6 Surat Permohonan Izin 59
Lampiran 7 Surat Jawaban Izin 60
Lampiran 8 Surat Kelayakan Etik 61
Lampiran 9 Surat Selesai Penelitian 62
Lampiran 10 Lembar Konsultasi 63
Lampiran 11 *Curriculum Vitae* 65

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Kuesioner Kualitas Tidur 11
Tabel 2. 2 Cara Penilaian Kuisioner PSQI 13
Tabel 2. 3 Klasifikasi derajat hipertensi secara klinis 18
Tabel 3. 1 Definisi Operasional 29
Tabel 3. 2 Kategori Presentase (Dinda Lestari, 2022) 34
Tabel 4. 1 Karakteristik subyek berdasarkan usia 36
Tabel 4. 2 Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin 37
Tabel 4. 3 Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan 37
Tabel 4. 4 Karakteristik responden berdasarkan Tekanan Darah 37
Tabel 4. 5 Distribusi data responden pada kualitas tidur 38
Tabel 4. 6 Distribusi data responden pada durasi tidur 38
Tabel 4. 7 Distribusi data responden pada latensi tidur (lama tertidur tiap malam) 38
Tabel 4. 8 Distribusi data responden pada latensi tidur (tidak dapat tidur di malam hari dalam waktu 30 menit) 39
Tabel 4. 9 Distribusi data responden pada efisiensi tidur 39
Tabel 4. 10 Distribusi data responden pada gangguan tidur 39
Tabel 4. 11 Distribusi data responden pada penggunaan obat tidur 40
Tabel 4. 12 Distribusi data responden pada disfungsi siang hari (mengalami kesulitan untuk tidak merasa ngantuk ketika setelah makan atau melakukan aktivitas lain) 40
Tabel 4. 13 Distribusi data responden pada disfungsi siang hari (antusias untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi) 40
Tabel 4. 14 Gambaran pola tidur pada pasien hipertensi di rumah sakit 41
Tabel 4. 15 tabulasi silang pola tidur pasien hipertensi 41

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konsep 25