

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DAN TEKANAN DARAH PADA SISWA SMK N 2 PURWOKERTO

Neni Tri Wahyuni¹, Hikmi Muharromah Pratiwi², Made Sumarwati³

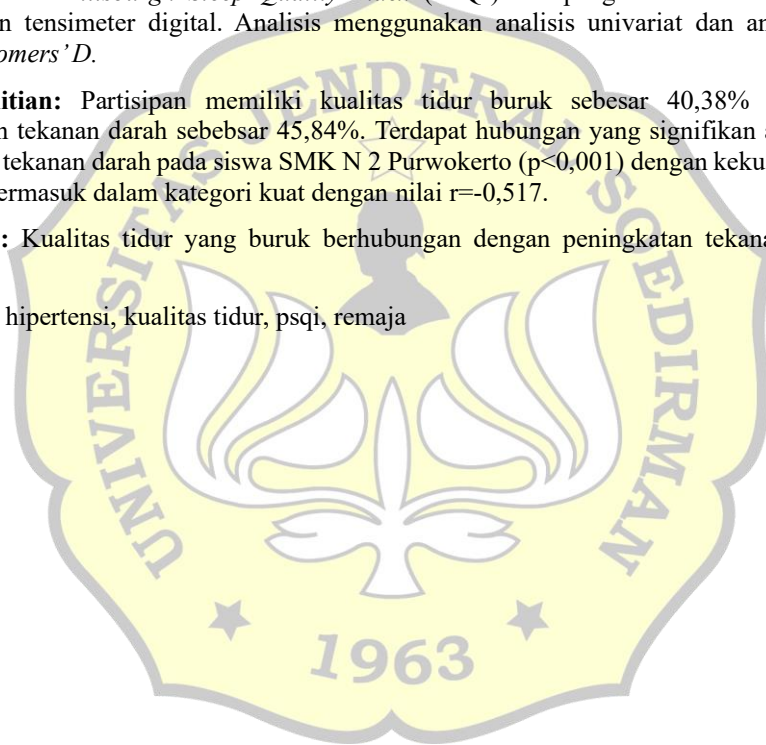
Latar belakang: Hipertensi merupakan salah satu permasalahan kesehatan global dengan prevalensi yang terus meningkat, termasuk pada remaja. Kualitas tidur buruk pada remaja menjadi faktor risiko potensial yang dapat memengaruhi peningkatan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kualitas tidur dan tekanan darah pada siswa SMK di Purwokerto.

Metodologi: Penelitian ini merupakan penelitian korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini melibatkan 312 siswa dengan teknik stratified random sampling. Instrumen penelitian berupa kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) dan pengukuran tekanan darah yang menggunakan tensimeter digital. Analisis menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat dengan uji *Somers' D*.

Hasil penelitian: Partisipan memiliki kualitas tidur buruk sebesar 40,38% dan memiliki permasalahan tekanan darah sebesar 45,84%. Terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan tekanan darah pada siswa SMK N 2 Purwokerto ($p < 0,001$) dengan kekuatan hubungan negatif dan termasuk dalam kategori kuat dengan nilai $r = -0,517$.

Kesimpulan: Kualitas tidur yang buruk berhubungan dengan peningkatan tekanan darah pada remaja.

Kata kunci: hipertensi, kualitas tidur, psqi, remaja



¹ Mahasiswa Keperawatan, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman

² Dosen Keperawatan, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman

³ Dosen Keperawatan Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN SLEEP QUALITY AND BLOOD PRESSURE IN STUDENTS OF SMK N 2 PURWOKERTO

Neni Tri Wahyuni¹, Hikmi Muharromah Pratiwi², Made Sumarwati³

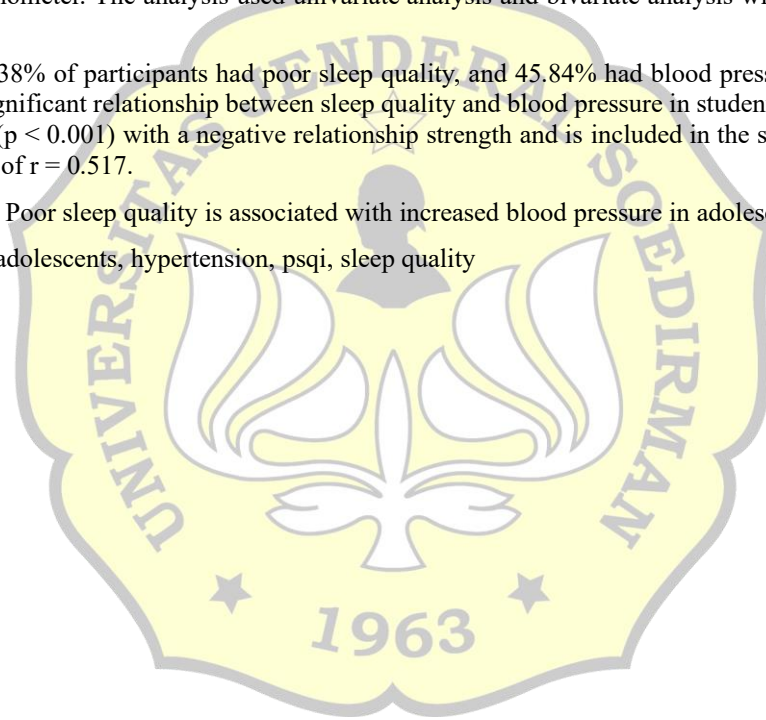
Background: Hypertension is a global health problem with increasing prevalence, including in adolescents. Poor sleep quality in adolescents is a potential risk factor that can affect the increase in blood pressure. This study aims to analyze the relationship between sleep quality and blood pressure in vocational students in Purwokerto.

Methodology: This study is a correlation study with a cross-sectional approach. This study involved 312 students with a stratified random sampling technique. The research instruments were the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) questionnaire and blood pressure measurement using a digital sphygmomanometer. The analysis used univariate analysis and bivariate analysis with the Somers' D test.

Results: 40.38% of participants had poor sleep quality, and 45.84% had blood pressure problems. There is a significant relationship between sleep quality and blood pressure in students of SMK N 2 Purwokerto ($p < 0.001$) with a negative relationship strength and is included in the strong category with a value of $r = 0.517$.

Conclusion: Poor sleep quality is associated with increased blood pressure in adolescents.

Keywords: adolescents, hypertension, psqi, sleep quality



¹Nursing Student, Faculty of Health Sciences, Jenderal Soedirman University

² Lecturer Departement Of Nursing, Faculty of Health Sciences, Jenderal Soedirman University

³ Lecturer Departement Of Nursing, Faculty of Health Sciences, Jenderal Soedirman University