

**HUBUNGAN TEKANAN DARAH SISTOLIK DENGAN
KUALITAS TIDUR PASIEN HIPERTENSI
DI PUSKESMAS BAHU
MANADO**

Sarah Youna Moniung
Rolly Rondonuwu
Yolanda B. Bataha

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran
Universitas Sam Ratulangi Manado
Email: sarah.moniung@gmail.com

Abstract : Hypertension nationally has the highest ranked number in North Sulawesi. Hypertension is a chronic disease that affects the quality of life, which affects the quality of sleep. But the relationship between blood pressure with sleep quality in patients with hypertension is not clear in the know. This study aims to determine the relationship of systolic blood pressure in hypertensive patients with sleep quality in health center Bahu Manado. This research method uses analytical survey method, the cross sectional design on 60 respondents. Data collection using questionnaires Pittsburgh sleep quality sleep quality index (PSQI) and blood pressure measurements using a digital blood pressure Polygreen. Statistical tests were used to analyze the relationship between variables using chi square test obtained $p = 0.001$; $\alpha = 0.05$. It is addressed that there is a significant correlation between systolic blood pressure in hypertensive patients with sleep quality in health centers Bahu Manado. The conclusion in this study most of the respondents had a systolic blood pressure of hypertension stage 1 for 73.3% and most of the respondents had poor sleep quality was 51.7%. Suggestions on this research is to further research is expected to be a reference and starting point for more research on blood pressure with sleep quality.

Keywords : Blood Pressure, Sleep Quality, Hypertension

Abstrak : Hipertensi secara nasional memiliki peringkat tertinggi di Sulawesi Utara. Penyakit hipertensi merupakan penyakit kronis yang mempengaruhi kualitas hidup, yang berdampak pada kualitas tidur. Tetapi hubungan antara tekanan darah dengan kualitas tidur pada pasien hipertensi belum jelas diketahui. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tekanan darah sistolik dengan kualitas tidur pasien hipertensi di Puskesmas Bahu Manado. Metode penelitian ini menggunakan metode survei analitik, dengan pendekatan *cross sectional design* pada 60 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner kualitas tidur *Pittsburgh sleep quality index* (PSQI) dan pengukuran tekanan darah menggunakan tensi digital Polygreen. Uji statistik yang digunakan untuk menganalisis hubungan antara variable menggunakan uji *chi square* yang didapat $p = 0,001$; $\alpha = 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara tekanan darah sistolik dengan kualitas tidur pasien

hipertensi di Puskesmas bahu Manado. Kesimpulan dalam penelitian ini sebagian besar responden memiliki tekanan darah sistolik hipertensi stage 1 sebesar 73,3% dan sebagian besar responden memiliki kualitas tidur yang buruk sebesar 51,7%. Saran pada penelitian ini adalah untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat menjadi rujukan dan permulaan untuk lebih banyak lagi penelitian tentang tekanan darah dengan kualitas tidur.

Kata kunci : Tekanan Darah Sistolik, Kualitas Tidur, Hipertensi

PENDAHULUAN

Tekanan darah adalah tekanan dari aliran darah dalam pembuluh nadi (*arteri*). Jantung berdetak, lazimnya 60 hingga 70 kali dalam 1 menit pada kondisi istirahat (duduk atau berbaring), darah dipompa menuju keseluruhan tubuh melalui arteri. Tekanan darah paling tinggi terjadi ketika jantung berdetak memompa darah ini disebut tekanan sistolik. Tekanan darah menurun saat relaks diantara dua denyut nadi ini disebut tekanan diastolik. Tekanan darah ditulis sebagai tekanan sistolik/pertekanan diastolik sebagai contoh, 120/80 mmHg (Kowalski, 2010).

Pengukuran tekanan darah merupakan keterampilan klinis yang penting untuk perawat. Potensi untuk kesalahan yang buruk dapat mempengaruhi manajemen pengukuran, apabila semua prosedur ini tidak diikuti dengan hati-hati. Perawat melakukan pengukuran tekanan darah kepada pasien harus terlatih dan diperbarui pada prosedur untuk mengukur tekanan darah dengan menggunakan merkuri konvensional atau *sphygmomanometer aneroid* dan monitor tekanan darah elektronik. Hal ini juga mengidentifikasi sebagai sumber potensial kesalahan dalam pengukuran tekanan darah (Wallymahmed, 2008).

Disamping itu faktor tekanan darah juga dapat mempengaruhi kualitas tidur pada pasien hipertensi. Tekanan darah secara normal menurun

ketika sedang tidur normal (sekitar 10-20% masih dianggap normal) dibandingkan ketika kita sedang dalam keadaan sadaran keadaan ini dihubungkan karena penurunan aktifitas simpatis pada keadaan tidur. Apabila tidur mengalami gangguan, maka tidak terjadi penurunan tekanan darah saat tidur sehingga akan meningkatkan resiko terjadinya hipertensi yang berujung pada penyakit kardiovaskuler. Setiap 5% penurunan normal yang seharusnya terjadi dan tidak dialami seseorang, maka kemungkinan 20% akan terjadi peningkatan tekanan darah. Selain itu salah satu faktor kualitas tidur yang buruk yaitu kebiasaan durasi tidur yang pendek juga dihubungkan dengan peningkatan tekanan darah terutama pada kalangan remaja. Insomnia dengan durasi tidur singkat yang objektif juga dihubungkan dengan resiko hipertensi, seperti *obstructive sleep apneu syndrome* (OSAS), *restless legs syndrome* (RLS) dan lain-lain (Calhoun dan Harding, 2012).

Hipertensi merupakan kasus multifaktorial dengan banyak komplikasi. Berdasarkan data WHO (*World Health Organization*) diperkirakan penderita hipertensi diseluruh dunia berjumlah 600 juta orang, dengan tiga juta kematian setiap tahun. Di Amerika, diperkirakan satu dari empat orang dewasa menderita hipertensi (Mukhtar, 2007).

Dr. Sogol Javaheri, melakukan sebuah penelitian untuk mengetahui

hubungan antara kualitas tidur yang buruk dengan prehipertensi atau hipertensi. Dan penelitian ini di temukan bahwa terdapat hubungan tekanan darah dengan kualitas tidur pasien hipertensi. Penelitian yang dilakukan oleh Dr Susan Redline 2008, mengatakan bahwa dokter jantung perlu memberikan perhatian khusus terhadap pasien yang mengalami gangguan tidur, karena gangguan tidur dianggap sebagai salah satu faktor risiko hipertensi, baik pada pasien dewasa maupun pada pasien anak dan remaja.(Susan, 2008).

Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2004, prevalensi hipertensi di Indonesia pada orang yang berusia di atas 35 tahun lebih dari 15,6%, sedangkan di wilayah Sulawesi Utara, hipertensi di derita oleh hampir satu di antara tiga penduduk umur >18 tahun (31,2%). Hipertensi tertinggi didapatkan di Kota Tomohon yakni empat di antara sepuluh penduduk (41,6%) dan terendah di Kota Bitung sekitar satu diantara lima penduduk (22,5%).

Riset Kesehatan Dasar tahun 2013, prevalensi hipertensi pada umur 18 tahun di Indonesia yang didapat melalui jawaban pernah didiagnosis tenaga kesehatan atau sedang minum obat hipertensi sebesar 9,5%. Hipertensi merupakan penyebab kematian nomor tiga setelah stroke dan tuberkulosis, sebesar 6,8 % dari proporsi penyebab kematian pada semua umur di Indonesia. Data yang

diperoleh dari Puskesmas Bahu Manado pada periode Januari 2014-Maret 2014 ada 207 pasien, rata-rata perbulan sebanyak 69 pasien hipertensi dengan gangguan tidur.

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan Tekanan Darah Sistolik dengan Kualitas Tidur Pasien Hipertensi di Puskesmas Bahu Manado".

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode survei analitik, dengan pendekatan *cross sectional* dimana semua data yang menyangkut variable penelitian dikumpulkan dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat.

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Bahu Manado. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 23 Juni –11 Juli 2014. Pada penelitian ini populasinya adalah seluruh pasien penderita hipertensi yang berkunjung di Puskesmas Bahu Manado. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Accidental sampling* yaitu mengambil responden sebagai sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel bila orang yang kebetulan ditemui cocok yang memenuhi kriteria inklusi dan eklusi.

Kriteria Inklusi pada penelitian ini ialah Pasien yang terdiagnosis Hipertensi yang berkunjung di Puskesmas Bahu Manado dan Bersedia untuk diteliti. Kriteria eksklusi pada penelitian ini ialah Pasien hipertensi dengan kondisi kritis, pasien penderita hipertensi dengan komplikasi penyakit lain. Instrumen penelitian menggunakan tensi digital Polygreen / ditera digunakan oleh peneliti untuk mengukur tekanan darah, Lembar observasi data sosiodemografik diisi oleh peneliti dan pengukuran tekanan darah di isi oleh peneliti berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah, Kuesioner PSQI digunakan untuk mengukur kualitas tidur terdiri dari tujuh komponen yang menggambarkan tentang kualitas tidur secara subyektif, waktu mulainya tidur, lamanya tidur, efisiensi tidur, gangguan tidur, kebiasaan penggunaan obat-obatan dan aktivitas yang dapat mengganggu tidur serta aktivitas sehari-hari terkait dengan tidur. Prosedur pengumpulan data ialah Pengumpulan data dimulai dengan membuat surat izin penelitian di bagian akademik Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado dan ditujukan kebagian tata usaha Puskesmas Bahu Manado. Sebelum dibawa ke penanggung jawab di Puskesmas Bahu harus ditandatangani/ mendapat persetujuan, sesudah mendapat persetujuan dibawa ke penanggung jawab. Setelah mendapat izin dari Puskesmas Bahu

Manado untuk penelitian, maka pengumpulan data akan dilakukan.

Data yang dikumpulkan dari hasil pengukuran tekanan darah yang telah dicatat oleh peneliti, kemudian diolah dengan tahap-tahap : editing, coding, cleaning, tabulating. Analisis data menggunakan analisis data univariat , analisis bivariat. Etika penelitian ialah : Prinsip manfaat, prinsip menghargai hak asasi manusia (*respect human dignity*), prinsip keadilan (*right to justice*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 5 : Distribusi Frekuensi responden menurut Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	n	%
Laki-laki	31	51,7
Perempuan	29	48,3
Jumlah	60	100

Sumber : Data primer Juli 2014

Tabel 6 : Distribusi Frekuensi responden menurut Umur di Puskesmas Bahu Manado tahun 2014

Umur	n	(%)
30 – 49 tahun	34	56,7
50 – 64 tahun	25	41,7
> 65	1	1,7
Jumlah	60	100

Sumber : Data primer Juli 2014

Tabel 7 : Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tekanan Darah

Tekanan Darah Sistolik	n	%
Pre Hipertensi	16	26,7
Hipertensi Stage 1	44	73,3

Jumlah	60	100
--------	----	-----

Sumber : Data primer Juli 2014

Tabel 8 : Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kualitas Tidur

Kualitas Tidur	n	%
Cukup Baik	29	48.3
Buruk	31	51.7
Jumlah	60	100

Sumber : Data primer Juli 2014

Tabel 9: Hubungan Antara Tekanan Darah Sistolik dengan Kualitas Tidur

Tekanan Darah	Kualitas Tidur		Total (%)	P
	Cukup Baik	Buruk		
	n (%)	n (%)		
Pre Hiperten si	2 (12,5 %)	14 (87,5 %)	16 (100 %)	0,001
Hiperten si Stage 1	29 (65,9 %)	15 (34,1 %)	44 (100 %)	

Sumber : Data primer Juli 2014

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Bahu Manado pada tanggal 23 Juni 2014 – 11 Juli 2014 tentang hubungan tekanan darah sistolik dengan kualitas tidur pasien hipertensi di Puskesmas bahu Manado. Dengan menggunakan 60 sampel pasien hipertensi.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang diteliti berjenis kelamin laki-laki

dengan jumlah 31 (51,7%) dan perempuan 29 (48,3) orang, kemudian hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa sebagian besar kelompok umur responden adalah 30-49 tahun dimana rentang umur ini adalah rentang umur dewasa tetapi sudah mendekati lansia, hal ini didukung oleh asumsi peneliti dimana jika semakin berumur responden semakin berpeluang mendapat penyakit salah satunya penyakit hipertensi. Usia responden juga dianggap berpengaruh dengan kualitas tidur, dimana perubahan paling nyata dari tidur responden yang mendekati lansia adalah tidur menjadi ringan dan tidak berkualitas. Sebagian besar responden yang mendekati lansia mengeluhkan perubahan kualitas tidur itu membuat mereka terbangun lebih pagi tapi merasa mengantuk di siang hari.

Selain faktor penuaan, peneliti juga memiliki asumsi bahwa kualitas tidur responden juga dipengaruhi oleh kesehatan fisik. Orang yang menderita penyakit hipertensi tentunya akan mengkonsumsi obat-obatan tertentu, sehingga responden bisa mengalami insomnia. Kelebihan dari penelitian ini yang berkaitan dengan karakteristik responden adalah peneliti dapat lebih muda menggali informasi dengan menggunakan kuesioner kepada responden di karenakan umur dari responden yang sudah dewasa sehingga pertanyaan yang diberikan akan sangat mudah di mengerti oleh

responden. Penelitian ini juga masih memiliki kekurangan dimana responden memberikan data yang tidak akurat atau memberikan data yang bukan dari apa yang mereka alami. Hal ini karena anggapan dari responden bahwa penelitian ini tidak memberi keuntungan pada mereka.

Dari hasil uji dengan *chi square test* pada tingkat kemaknaan 95% diperoleh taraf signifikansi atau nilai p sebesar 0,001 yakni lebih kecil dibandingkan $\alpha = 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tekanan darah sistolik dengan kualitas tidur pada pasien hipertensi.

Bisa disimpulkan tekanan darah sistolik berpengaruh pada kualitas tidur pasien hipertensi, Kualitas tidur pasien hipertensi ini dapat juga dipengaruhi oleh faktor penyakit lain dan lingkungan, namun seberapa besar hubungan itu belum diketahui, maka saran peneliti untuk peneliti selanjutnya agar dapat menjadi permulaan untuk lebih banyak lagi penelitian tentang hubungan tekanan darah dengan kualitas tidur pasien hipertensi dan untuk Institusi Pendidikan khususnya bidang kesehatan agar penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan penelitian selanjutnya, agar supaya pasien tekanan darah hipertensi stede I dan mengalami kualitas tidur buruk sebaiknya mengontrol kegiatan sehari-hari agar tidak beraktifitas lebih agar

dapat mencapai tekanan darah dan kualitas tidur yang baik, dan dapat mengurangi komplikasi penyakit lain.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian disimpulkan bahwa Pasien hipertensi di Puskesmas Bahu Manado sebagian besar memiliki tekanan darah sistolik hipertensi stede I berjumlah 44 orang responden yaitu 73,3%, kualitas tidur pasien hipertensi sebagian besar buruk berjumlah 31 orang responden yaitu 51,7%, terdapat hubungan tekanan darah sistolik dengan kualitas tidur pasien hipertensi di Puskesmas Bahu Manado. $p = 0,001$ ($p < 0,05$)

DAFTAR PUSTAKA

- Kowalski, E. R. (2010). Terapi Hipertensi : Program 8 Minggu Menurunkan Tekanan Darah Tinggi dan Mengurangi Resiko Serangan Jantung dan Stroke Secara Alami. Bandung : Qanita.
- Wallymahmed, M. (2008). *Blood Pressure Measurement*. Nursing

Standard, 45. Jakarta : PT. Agro
Media Pustaka.

Mukhtar. (2007). Data Kematian
Akibat Hipertensi di Amerika.
Bandung:Familia.