

**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN
TEKANAN DARAH PADA MAHASISWA FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA
MANDALA SURABAYA ANGGKATAN 2014 -2016**

SKRIPSI



OLEH
Antonius I Nyoman Ellan Bernadi
NRP: 1523014089

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA
2017**

**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN
TEKANAN DARAH PADA MAHASISWA FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA
MANDALA SURABAYA
ANGKATAN 2014-2016**

SKRIPSI

Diajukan Kepada
Program Studi Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Kedokteran



OLEH
Antonius I Nyoman Ellan Bernadi
NRP: 1523014089

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA**

2017

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini

Nama : Antonius I Nyoman Ellan Bernadi

NRP : 1523014089

menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul:

**“Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah
Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik
Widya Mandala Surabaya Angkatan 2014 – 2016”**

Benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Apabila di kemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut merupakan hasil plagiat dan/atau hasil manipulasi data, saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf pada pihak-pihak terkait.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran.

Surabaya, 17 November 2017

Yang membuat pernyataan,



Antonius I Nyoman Ellan Bernadi

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN
TEKANAN DARAH PADA MAHASISWA FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA
MANDALA SURABAYA ANGKATAN 2014 - 2016**

OLEH:

Antonius I Nyoman Ellan Bernadi
NRP:1523014089

Telah dibaca, disetujui, dan diterima untuk diajukan ke tim penguji skripsi

Pembimbing I : J.F. Tri Arimanto Yuwana, dr.,
SpKJ(K), PGD. PallMed


()

Pembimbing II : George Nicolaus Tanudjaja, dr.,
MS., PA(K)


()

Surabaya, 10 November 2017

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA
ILMIAH**

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya :

Nama : Antonius I Nyoman Ellan Bernadi

NRP : 1523014089

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya yang berjudul:

**“Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah
Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik
Widya Mandala Surabaya Angkatan 2014 – 2016”**

untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (Digital Library Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya

Surabaya, 17 November 2017

Yang membuat pernyataan,



Antonius I Nyoman Ellan Bernadi

PENGESAHAN KELULUSAN

Skripsi yang ditulis oleh Antonius I Nyoman Ellan Bernadi NRP. 1523014089 telah diuji dan disetujui oleh Tim Penguji Skripsi pada tanggal 18 Desember 2017 dan telah dinyatakan lulus.

Tim Penguji

1. Ketua : Soetjipto, dr., SpKJ(K)

2. Sekretaris : Hadi Susila Kawilarang, dr., SpJP

3. Anggota : J.F. Tri Arimanto Yuwana, dr.,
SpKJ(K), PGD. PallMed

4. Anggota : George Nicolaus Tanudjaja, dr.,
MS., PA(K)

Mengesahkan
Program Studi Kedokteran,



Prof. W. F. Maramis, dr., SpKJ(K)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena berkat kuasa dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dibuat dengan bantuan banyak pihak yang dengan rela mengeluarkan tenaga, waktu dan pikirannya sehingga penyusunan skripsi ini dapat terlaksana.

Oleh sebab itu penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada yang terhormat:

1. J.F. Tri Arimanto Yuwana, dr., Sp.KJ(K), PGD. PallMed selaku pembimbing I yang telah memberikan motivasi, saran, serta pengarahan sehingga skripsi ini dapat disusun dengan baik.
2. George Nicolaus Tanudjaja, dr.,MS.,PA(K) selaku pembimbing II yang telah memberikan motivasi, saran, serta pengarahan sehingga skripsi ini dapat disusun dengan baik.
3. Soetjipto, dr., SpKJ(K) selaku penguji I yang telah memberikan saran dan pengarahan sehingga skripsi ini dapat disusun dengan baik.
4. Hadi Susila Kawilarang, dr., SpJP selaku penguji II yang telah memberikan saran dan pengarahan sehingga skripsi ini dapat disusun dengan baik.

5. Dyana Sarvasti, dr.,SpJP(K),FIHA dan Steven, dr., MKed.Trop selaku dosen Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah memberikan saran, serta pengarahan tentang skripsi sehingga proposal skripsi ini dapat disusun dengan baik.
6. Keluarga penulis yang selalu memberikan dukungan, motivasi, dan doa sehingga skripsi ini dapat disusun dengan baik.
7. Henry Asaleo, Samsara Vrinda, Albert Widakdo yang saling membantu dalam pelaksanaan penelitian.
8. Teman-teman mahasiswa angkatan 2014 yang senantiasa memberikan kritik dan saran yang membangun sehingga skripsi ini dapat disusun dengan baik.
9. Kakak-kakak angkatan 2013 yang telah memberikan motivasi dan saran yang bermanfaat kepada penulis sehingga skripsi ini dapat disusun dengan baik.

Penulis sadar bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna oleh sebab itu semua kritik dan saran dapat membantu peneliti agar dapat menjadi lebih baik. Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih dan semoga penulisan skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Surabaya, 16 November 2017

DAFTAR ISI

Halaman Sampul Dalam.....	i
Surat Pernyataan Keaslian Penelitian	ii
Halaman Persetujuan Skripsi.....	iii
Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah	iv
Pengesahan Kelulusan	v
Kata Pengantar	vi
Daftar Isi.....	viii
Daftar Lampiran	xii
Daftar Tabel.....	xiii
Daftar Gambar	xiv
Daftar Singkatan.....	xv
Ringkasan	xvii
Abstrak.....	xx
<i>Abstract</i>	xxi

Bab 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	3
1.3 Rumusan Masalah.....	3
1.4 Tujuan Penelitian	4
1.4.1 Tujuan umum	4
1.4.2 Tujuan khusus	4
1.5 Manfaat Penelitian	5
1.5.1 Manfaat teoritis	5
1.5.1.1 Bagi peneliti	5
1.5.1.2 Bagi peneliti lain	5
1.5.2 Manfaat praktis.....	5
1.5.2.1 Bagi mahasiswa Fakultas Kedokteran	5
1.5.2.2 Bagi institusi.....	6

Bab 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Kajian Teoritik	7
2.1.1 Definisi tidur	7
2.1.2 Fisiologi tidur-terjaga.....	8
2.1.3 Mekanisme tidur.....	9
2.1.3.1 Tidur gelombang lambat	9
2.1.3.2 Tidur REM	11
2.1.4 Fungsi fisiologis tidur	13

2.1.5	Kualitas tidur	14
2.1.6	<i>Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)</i>	15
2.1.7	Faktor-faktor yang memengaruhi kualitas tidur	17
2.1.8	Pengertian tekanan darah	19
2.1.9	Klasifikasi tekanan darah	23
2.1.10	Regulasi tekanan darah	24
2.1.10.1	Sistem saraf otonom	25
2.1.10.2	Sistem renin-angiotensin-aldosteron	28
2.1.11	Faktor-faktor yang memengaruhi tekanan darah	30
2.1.11.1	Usia	30
2.1.11.2	Genetik	30
2.1.11.3	Jenis kelamin	31
2.1.11.4	Obesitas	31
2.1.11.5	Alkohol	32
2.1.11.6	Rokok	32
2.1.11.7	Kafein	32
2.1.11.8	Aktivitas fisik	33
2.1.11.9	Obat-obat	34
2.1.11.10	Stres	35
2.1.11.11	<i>Dark chocolate</i>	35
2.1.12	Pengukuran tekanan darah	35
2.2	Kaitan Antar Variabel	38
2.3	Dasar Teori	39

Bab 3	KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS	
	PENELITIAN	40
3.1	Kerangka Konseptual	40
3.2	Hipotesis Penelitian	40

Bab 4	METODE PENELITIAN	41
4.1	Desain Penelitian	41
4.2	Identifikasi Variabel Penelitian	41
4.3	Definisi Operasional	42
4.4	Populasi, Sampel, Dan Teknik Pengambilan Sampel	44
4.4.1	Populasi	44
4.4.2	Sampel	44
4.4.3	Teknik pengambilan sampel	45
4.4.4	Kriteria inklusi	46
4.4.5	Kriteria eksklusi	46
4.5	Lokasi Dan Waktu Penelitian	47
4.5.1	Lokasi penelitian	47

4.5.2	Waktu penelitian	47
4.6	Kerangka Kerja Penelitian	48
4.7	Prosedur Pengumpulan Data	49
4.8	Validitas Dan Reliabilitas Alat Ukur	49
4.9	Teknik Analisis Data.....	50
4.10	Kelaikan Etik.....	51
4.10.1	<i>Information for consent</i>	51
4.10.2	<i>Informed consent</i>	52
4.10.3	<i>Anonymity</i>	52
4.10.4	<i>Confidentiality</i>	52
Bab 5 Pelaksanaan Dan Hasil Penelitian		53
5.1	Karakteristik Dan Lokasi Penelitian	53
5.2	Pelaksanaan Penelitian	54
5.3	Hasil Dan Analisis Penelitian	55
5.3.1	Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin	55
5.3.2	Distribusi responden berdasarkan kualitas tidur.....	56
5.3.3	Distribusi responden berdasarkan tekanan darah	57
5.3.4	Distribusi responden berdasarkan tekanan darah sistolik	58
5.3.5	Distribusi responden berdasarkan tekanan darah diastolik... ..	59
5.3.6	Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin dan kualitas tidur	61
5.3.7	Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin dan tekanan darah.....	61
5.3.8	Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin dan tekanan darah sistolik	62
5.3.9	Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin dan tekanan darah diastolik	62
5.3.10	Analisis responden berdasarkan kualitas tidur dan tekanan darah.....	63
5.3.11	Analisis responden berdasarkan kualitas tidur dan tekanan darah sistolik	64
5.3.12	Analisis responden berdasarkan kualitas tidur dan tekanan darah diastolik	65
5.3.13	Analisis responden berdasarkan kualitas tidur dengan tekanan darah pada responden laki-laki.....	66
5.3.14	Analisis responden berdasarkan kualitas tidur dengan tekanan darah sistolik pada responden laki-laki	67
5.3.15	Analisis responden berdasarkan kualitas tidur dan tekanan darah diastolik pada responden laki-laki	68

5.3.16	Analisis responden berdasarkan kualitas tidur dengan tekanan darah pada responden perempuan	69
5.3.17	Analisis responden berdasarkan kualitas tidur dan tekanan darah sistolik pada responden perempuan	70
5.3.18	Analisis responden berdasarkan kualitas tidur dan tekanan darah diastolik pada responden perempuan	71
Bab 6 PEMBAHASAN		72
6.1	Pembahasan Karakteristik Demografi	72
6.1.1	Pembahasan karakteristik kualitas tidur pada mahasiswa Fakultas Kedokteran UKWMS angkatan 2014-2016	72
6.1.2	Pembahasan karakteristik tekanan darah pada mahasiswa Fakultas Kedokteran UKWMS angkatan 2014-2016	74
6.1.3	Pembahasan karakteristik tekanan darah sistolik dan diastolik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran UKWMS angkatan 2014-2016	76
6.2	Pembahasan Hasil Penelitian	78
6.2.1	Pembahasan hasil analisis hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah, tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik	78
6.2.2	Pembahasan hasil analisis hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah, tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik berdasarkan jenis kelamin	80
Bab 7 KESIMPULAN DAN SARAN		81
7.1	Kesimpulan	81
7.2	Saran	82
7.2.1	Bagi mahasiswa Fakultas Kedokteran	82
7.2.2	Bagi penelitian selanjutnya	82
Daftar pustaka		83
Lampiran		92

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1 : Lembar Kuesioner PSQI	92
Lampiran 2 : <i>Information For Consent</i>	101
Lampiran 3 : Permohonan Kesiediaan Responden Penelitian	103
Lampiran 4 : Surat Pernyataan Sebagai Responden	105
Lampiran 5 : Surat Ijin Penelitian.....	106
Lampiran 6 : Surat Komite Etik	107
Lampiran 7 : Sertifikat Kalibrasi	108
Lampiran 8 : Hasil Uji Korelasi Seluruh Responden	110
Lampiran 9 : Hasil Uji Korelasi Responden Laki-Laki.....	112
Lampiran 10 : Hasil Uji Korelasi Responden Perempuan	114
Lampiran 11 : Hasil Uji Komparasi Kualitas Tidur Berdasarkan Jenis Kelamin.....	116

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 : Klasifikasi Tekanan Darah berdasarkan JNC 7 2004	24
Tabel 4.1 : Definisi Operasional Variabel, Alat Ukur, Cara Pengukuran Klasifikasi, dan Skala Data	42
Tabel 5.1 : Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Kualitas Tidur	61
Tabel 5.2 : Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Tekanan Darah.....	61
Tabel 5.3 : Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Tekanan Darah Sistolik.....	62
Tabel 5.4 : Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Tekanan Darah Diastolik	62
Tabel 5.5 : Distribusi Responden Berdasarkan Kualitas Tidur dan Tekanan Darah.....	63
Tabel 5.6 : Distribusi Responden Berdasarkan Kualitas Tidur dan Tekanan Darah Sistolik.....	64
Tabel 5.7 : Distribusi Responden Berdasarkan Kualitas Tidur dan Tekanan Darah Diastolik	65
Tabel 5.8 : Distribusi Responden Berdasarkan Kualitas Tidur dan Tekanan Darah pada Responden Laki-Laki	66
Tabel 5.9 : Distribusi Responden Berdasarkan Kualitas Tidur dan Tekanan Darah Sistolik pada Responden Laki-Laki ..	67
Tabel 5.10 : Distribusi Responden Berdasarkan Kualitas Tidur dan Tekanan Darah Diastolik pada Responden Laki-Laki	68
Tabel 5.11 : Distribusi Responden Berdasarkan Kualitas Tidur dan Tekanan Darah pada Responden Perempuan ..	69
Tabel 5.12 : Distribusi Responden Berdasarkan Kualitas Tidur dan Tekanan Darah Sistolik pada Responden Perempuan.....	70
Tabel 5.13 : Distribusi Responden Berdasarkan Kualitas Tidur dan Tekanan Darah Diastolik pada Responden Perempuan.....	71

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3.1 : Kerangka Konseptual	40
Gambar 4.1 : Kerangka Kerja Penelitian	48
Gambar 5.1 : Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	56
Gambar 5.2 : Distribusi Responden Berdasarkan Kualitas Tidur	57
Gambar 5.3 : Distribusi Responden Berdasarkan Tekanan Darah ...	58
Gambar 5.4 : Distribusi Responden Berdasarkan Tekanan Darah Sistolik	59
Gambar 5.5 : Distribusi Responden Berdasarkan Tekanan Darah Diastolik	60

DAFTAR SINGKATAN

ACE	: <i>Angiotensin Converting Enzyme</i>
cm	: <i>Centimeters</i>
CO	: <i>Cardiac Output</i>
EEG	: <i>Electroencephalogram</i>
FK	: <i>Fakultas Kedokteran</i>
IMT	: <i>Indeks Massa Tubuh</i>
JNC	: <i>Joint National Committee</i>
kg	: <i>Kilogram</i>
m	: <i>Meter</i>
mg	: <i>Miligram</i>
ml	: <i>Mililiter</i>
mmHg	: <i>Milimeter Hydrargyrum</i>
NREM	: <i>Non-Rapid Eye Movement</i>
NO	: <i>Nitric Oxide</i>
OAINS	: <i>Obat Anti-Inflamsi Non Steroid</i>
PSQI	: <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>
pH	: <i>Potential of Hydrogen</i>
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>

RVLM : *Rostral Ventrolateral Medulla*
TPR : *Total Peripheral Resistance*
UKWMS : Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

RINGKASAN

HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN TEKANAN DARAH PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA ANGGARAN 2014 – 2016

Nama: Antonius I Nyoman Ellan Bernadi
NRP: 1523014089

Tidur didefinisikan sebagai suatu keadaan tak sadar yang dapat dibangunkan dengan pemberian rangsang sensorik atau dengan rangsang lainnya. Mahasiswa tampaknya menjadi kelompok yang berisiko untuk mengalami kesulitan tidur. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Emer R. McGrath *et al.*, 2014 menyebutkan bahwa kualitas tidur yang buruk berhubungan dengan peningkatan risiko hipertensi dan penyakit kardiovaskuler. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar 2013 prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat melalui pengukuran pada umur ≥ 18 tahun sebesar 25,8%. Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui hubungan antara kualitas tidur dengan tekanan darah pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya angkatan 2014-2016.

Penelitian ini menggunakan studi observasional dengan desain analitik dan metode penelitian yang dilakukan secara *cross sectional*. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 120 mahasiswa. Penelitian

ini dilaksanakan mulai tanggal 15-30 Agustus 2017 dengan pengambilan data dilakukan di ruang OSCE 7 dan 8 lantai 2 gedung bagian timur kampus Pakuwon City. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *simple random sampling*, yaitu dengan pemberian nomor urut kemudian dilakukan undian.

Karakteristik sampel didapatkan bahwa 40 (33,3%) mahasiswa dengan jenis kelamin laki-laki dan 80 (66,7%) mahasiswa dengan jenis kelamin perempuan. Berdasarkan kualitas tidur didapatkan 64 (53,3%) mahasiswa memiliki kualitas tidur yang baik dan 56 (46,7%) mahasiswa memiliki kualitas tidur yang buruk. Dari 120 mahasiswa didapatkan 75 (62,5%) mahasiswa memiliki tekanan darah kategori normal, 42 (35,0%) mahasiswa memiliki tekanan darah kategori prehipertensi dan 3 (2,5%) mahasiswa memiliki tekanan darah kategori hipertensi stage 1. Pada penelitian ini tidak didapatkan mahasiswa dengan tekanan darah kategori hipertensi stage 2. Pada responden laki-laki tekanan darah terbanyak adalah kategori prehipertensi dan pada responden perempuan tekanan darah terbanyak adalah kategori normal.

Berdasarkan hasil penelitian ini, didapatkan hubungan signifikan dengan arah hubungan positif antara kualitas tidur dengan tekanan darah, tekanan darah sistolik, dan tekanan darah diastolik. Kemudian

dilakukan uji korelasi antara kualitas tidur dengan tekanan darah berdasarkan jenis kelamin. Pada responden laki-laki tidak didapatkan hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan tekanan darah, tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik, sedangkan pada responden perempuan didapatkan hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan tekanan darah, tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik dengan arah hubungan positif. Berdasarkan hasil penelitian ini, mahasiswa diharapkan semakin peduli terhadap kualitas tidurnya untuk mengurangi risiko peningkatan tekanan darah.

ABSTRAK

Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Angkatan 2014-2016

Antonius I Nyoman Ellan Bernadi
1523014089

Tekanan darah merupakan hasil kali dari curah jantung dan tahanan perifer total. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar 2013 prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat melalui pengukuran pada umur \geq 18 tahun sebesar 25,8%. Di Provinsi Jawa Timur prevalesi hipertensi sebesar 26,2%. Prevalensi hipertensi pada usia 15-24 tahun sebesar 8,7%. Penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa kualitas tidur yang buruk berhubungan dengan peningkatan risiko hipertensi dan penyakit kardiovaskuler. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan anantara kualitas tidur dengan tekanan darah pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya (FK UKWMS) angkatan 2014-2016. Penilaian kualitas tidur dilakukan dengan menggunakan kuesioner PSQI. Penelitian ini menggunakan studi observasional dengan desain analitik dan metode penelitian yang dilakukan secara *cross sectional*. Analisis penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji Korelasi *Spearman* untuk mengetahui hubungan antar variabel. Sampel yang dianalisis pada penelitian ini adalah 120 mahasiswa. Dari 120 mahasiswa, 64 (53,3%) mahasiswa memiliki kualitas tidur yang baik, 75 (62,5%) mahasiswa memiliki tekanan darah kategori normal. Hasil analisis menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara kualitas tidur dengan tekanan darah pada mahasiswa FK UKWMS angkatan 2014-2016 dengan nilai $p = 0.000$. Dari penelitian ini diharapkan mahasiswa dapat memiliki kualitas tidur yang baik untuk mengurangi risiko peningkatan tekanan darah.

Kata kunci: kualitas tidur, tekanan darah, mahasiswa.

ABSTRACT

Correlation Between The Quality Of Sleep With Blood Pressure On
The Students Of The Faculty Of Medicine Catholic University
Widya Mandala Surabaya (FK UKWMS) Force 2014 – 2016

Antonius I Nyoman Ellan Bernadi
1523014089

Blood pressure is the product of cardiac output and total peripheral resistance. Based of the result of Basic Health Research 2013 the prevalence of hypertension in Indonesia obtained through measurement at age ≥ 18 years amounted to 25.8%. In East Java, hypertension prevalence was 26.2%. The prevalence of hypertension at the age of 15 -24 years was 8.7%. Previous research mentions that poor sleep quality is associated with increased risk of hypertension and cardiovascular disease. This study was conducted to determine whether there is a correlation between the quality of sleep with blood pressure on the students of the Faculty of Medicine Catholic University Widya Mandala Surabaya (FK UKWMS) force 2014 - 2016. Sleep quality assessment was conducted using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). This research uses observational study with analytic design and research method which conducted by cross sectional. The analysis of this research was done by using Spearman Correlation test to know relationship of between variables. The samples analyzed in this study were 120 students. Of the 120 students, 64 (53.3%) students had good sleep quality, 75 (62.5%) students had blood pressure normal category. The results showed a significant positive correlation between sleep quality and blood pressure in the students of FK UKWMS force 2014 - 2016 with p value = 0.000. From this research is expected student can have good sleep quality to reduce risk of blood pressure increase.

Keywords: sleep quality, blood pressure, student.