

**LITERATURE REVIEW  
HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN HIPERTENSI  
PADA LANSIA**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Disusun oleh:  
ARIEF BUDI PRASETYA  
1710201092**



**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2021**

**LITERATURE REVIEW  
HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN HIPERTENSI  
PADA LANSIA**

**NASKAH PUBLIKASI**

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan Program  
Studi Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
di Universitas 'Aisyiyah  
Yogyakarta



Disusun oleh:

**ARIEF BUDI PRASETYA**  
1710201092



**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2021**

# **HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN HIPERTENSI PADA LANSIA**

## **NASKAH PUBLIKASI**

**Disusun oleh:**

**ARIEF BUDI PRASETYA**

**1710201092**

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui Untuk Dipublikasikan

Program Studi Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Oleh:

Pembimbing : TIWI SUDYASIH, S.Kep.Ns., M.Kep  
19 Agustus 2021 11:38:18



# HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN HIPERTENSI PADA LANSIA: *LITERATURE REVIEW*

Arief Budi Prasetya<sup>1</sup>, Tiwi Sudyasih<sup>2</sup>

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Jalan Siliwangi No.63 Nogotirto Gamping Sleman

Yogyakarta 55292, Indonesia.

## INTISARI

**Latar Belakang:** Hipertensi menjadi salah satu masalah utama kesehatan masyarakat di dunia. Hipertensi sering disebut sebagai *Silent Of Killer Death* (pembunuh diam-diam) karena penyakit yang mematikan. Angka penderita hipertensi saat ini semakin meningkat dan mengawatirkan, banyak peneliti yang menyimpulkan bahwa salah satu penyebab hipertensi adalah kualitas tidur.

**Tujuan:** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kualitas tidur dengan hipertensi berdasarkan penelusuran literature

**Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode *Cross Sectional* dan *literature review* atau studi pustaka. Bahan analisa terdiri dari empat jurnal dalam bahasa Inggris dan bahasa Indonesia. Dengan metode pencarian electronic data base berupa *google scholar* dan *pubmed*.

**Hasil:** Penelitian menggunakan 1 jurnal internasional dan 3 jurnal nasional berdasarkan penelusuran *literature review* terdapat beberapa hal terkait penelitian hubungan kualitas tidur dengan hipertensi pada lansia. Tempat penelitian dari artikel dilakukan di tempat yang berbeda.

**Kesimpulan:** Terdapat hubungan kualitas tidur dengan hipertensi pada lansia yang di tunjukkan oleh hasil uji statistic dari literatur-literatur yang direview yang masing-masing menunjukkan nilai  $p < 0,05$ .

**Kata Kunci** : Kualitas Tidur, Hipertensi, Lansia.

**Daftar Pustaka** : 30 jurnal, 3 buku, 5 website

**Halaman** : 73 halaman, 17 tabel, 2 gambar, 4 lampiran

---

<sup>1</sup>Judul Skripsi

<sup>2</sup>Mahasiswa Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

<sup>3</sup>Dosen Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

# THE CORRELATION BETWEEN SLEEP QUALITY AND HYPERTENSION IN THE ELDERLY: *LITERATURE REVIEW*

Arief Budi Prasetya<sup>1</sup>, Tiwi Sudyasih<sup>2</sup>

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Jalan Siliwangi No.63 Nogotirto Gamping Sleman

Yogyakarta 55292, Indonesia.

## ABSTRACT

**Background:** Hypertension is one of the main public health problems in the world. Hypertension is often referred to as the Silent Killer because of a deadly disease. The number of people with hypertension is currently increasing and worrying, many researchers conclude that one of the causes of hypertension is sleep quality.

**Objective:** The objective of this study was to determine the correlation between sleep quality and hypertension based on literature searches.

**Method:** This research was a quantitative research with cross sectional method and literature review or literature study. The Analysis Material consisted of four journals in English and Indonesian with electronic database search methods in the form of Google Scholar and Pubmed.

**Result:** The study used 1 international journal and 3 national journals based on literature review, there were several issues related to the correlation between sleep quality and hypertension in the elderly. The location of the researches of the article was carried out in a different place.

**Conclusion:** There was a correlation between sleep quality and hypertension in the elderly, which was shown by the statistical test results from the reviewed literature, each showing a p value  $< 0.05$ .

Keywords : Sleep Quality, Hypertension, Elderly.

References : 30 Journals, 3 Books, 5 Websites

Pages : 73 Pages, 17 Tables, 2 Figures, 4 Appendices

---

<sup>1</sup> Title

<sup>2</sup> Student of Nursing Study Program, Faculty of Health Sciences, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

<sup>3</sup> Lecturer of Nursing Study Program, Faculty of Health Sciences, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

## PENDAHULUAN

Lanjut usia adalah seseorang yang telah menginjak usia 60 tahun ke atas, berdasarkan Undang-Undang No. 13 tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia. Kategori lanjut usia menurut WHO terdiri dari usia pertengahan 45-59 tahun, lanjut usia 60-74 tahun, lanjut usia tua 75-90 tahun, usia sangat tua diatas 90 tahun. Secara global populasi lanjut usia di prediksi akan terus mengalami kenaikan, Data dari *World Population Prospect* Tahun 2017 menyebutkan bahwa populasi lanjut usia (lebih dari 60 tahun) diprediksi mengalami kenaikan dari 962 juta di seluruh dunia pada tahun 2017 menjadi 2,1 miliar lansia di tahun 2050, dan 3,1 miliar lansia pada tahun 2100 (United Nations, 2017). Peningkatan populasi lansia akan terus berkembang dan dikhawatirkan terjadi ledakan Lansia imbas ledakan pada tahun 60-an, jumlah lansia di indonesia saat ini mencapai 8,40% dari total penduduk atau berjumlah 18,96 juta jiwa, dan jumlah lansia di DIY mencapai 552.200 jiwa. (BPS DIY,2019).

Peningkatan itu dikhawatirkan akan menambah beban atau *dependency ratio*. Upaya pemerintah tentang hal tersebut yaitu dengan adanya Peraturan Pemerintah No 43 tahun 2004 tentang pelaksanaan upaya peningkatan kesejahteraan lanjut usia. Upaya tersebut meliputi pelayanan keagamaan, mental, spiritual, pelayanan kesehatan dan pelayanan umum, kemudahan dalam penggunaan fasilitas umum pada lansia. Berbagai program guna meningkatkan akses lansia pada pelayanan kesehatan yang bermutu telah di luncurkan Kemenkes ditingkatkannya program jaminan kesehatan masyarakat (Jamkesmas) pada lansia terlantar di panti jompo atau di panti sosial; terpenuhinya pelayanan Posyandu Lansia serta tersedianya Puskesmas Ramah atau Santun Lansia dan Layanan Geriatri Terpadu di beberapa rumah sakit (Depkes, 2012).

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi perhatian Badan Kesehatan Dunia (WHO). Prevalensi hipertensi pada pada negara berkembang lebih tinggi dibandingkan dengan prevalensi di Negara maju (WHO, 2015). Data angka kejadian kesehatan di Amerika menyebutkan bahwa 1 dari 4 orang dewasa menderita penyakit hipertensi. Apabila penyakit ini tidak terkontrol, maka akan menyerang organ target, dan dapat menyebabkan serangan jantung, stroke, gangguan ginjal, serta kebutaan (Hasanah, dkk, 2016).

Prevalensi hipertensi di Indonesia cenderung tinggi. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun (2013) penyakit terbanyak yang diderita lanjut usia adalah hipertensi, dengan prevalensi 45,9% pada usia 55-64 tahun, 57,6% pada usia 65,74% dan 63,8% pada usia  $\geq 75$  tahun. Prevalensi hipertensi pada penduduk umur lebih dari 18 tahun

sekitar 25,8% dan meningkat sekitar 34,1% pada tahun 2018 (Kemenkes, 2018). peringkat puncak kasus penderita hipertensi yaitu Kalimantan Selatan (44.1%), sedangkan kasus terendah di Papua sebesar (22,2%). jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian (Riskesmas 2018).

*World Health Organization* (WHO) memperkirakan pada tahun 2025, akan terjadi peningkatan angka kejadian hipertensi menjadi 29,2% dari 927 juta penderita hipertensi. Di Negara maju menyumbang angka 333 juta penderita, dan 639 sisanya adalah Negara yang sedang berkembang salah satunya Indonesia (WHO, 2015). Hipertensi merupakan salah satu masalah utama kesehatan masyarakat di dunia. Hipertensi dapat di artikan sebagai *Silent Of Killer Death* (pembunuh diam-diam) karena penyakit yang mematikan. Angka penderita hipertensi saat ini semakin meningkat dan mengkhawatirkan, banyak peneliti yang menyimpulkan bahwa salah satu penyebab hipertensi adalah kualitas tidur (WHO, 2015).

Berdasarkan hasil penelitian dari Santi Martini 2018, kualitas tidur mempunyai pengaruh yang tinggi terhadap kejadian hipertensi dibandingkan dengan variabel lain yaitu umur dan jenis kelamin. Bahkan risiko mengalami hipertensi pada orang yang mempunyai pola tidur buruk 9,022 kali lebih besar dibandingkan orang yang mempunyai pola tidur baik. Keadaan ini akibat dari penurunan aktivitas simpatis pada saat tidur. jika tidur mengalami gangguan, maka tidak terjadi penurunan tekanan darah saat tidur sehingga akan menambah risiko terjadinya hipertensi. Setiap 5% penurunan normal yang seharusnya terjadi dan tidak dialami oleh seseorang, maka kemungkinan 20% akan terjadi peningkatan tekanan darah, hal ini juga di pengaruhi oleh peningkatan usia seseorang (Santi, 2018).

Seiring dengan pertambahan usia maka akan terjadi penurunan kondisi fisik/biologis, dan kondisi psikologis. Penurunan kondisi psikologis yang terjadi seperti penurunan kualitas atau gangguan tidur, lebih dari setengah populasi lansia mengalami masalah dengan kualitas tidur (Andri et al., 2019). Hasil data epidemiologi (2008), didapatkan angka prevalensi gangguan kualitas tidur pada lansia di Indonesia sekitar 49% atau 9,3 juta lansia. Angka prevalensi gangguan kualitas tidur di Jawa dan Bali sekitar 44% dari total lansia. Menurut hasil penelitian dari Setiyorini tahun 2010 didapatkan hasil 26 responden lansia memiliki kualitas tidur yang buruk dengan hipertensi stage 2 yaitu sebesar (86,70%) sedangkan sebagian kecil responden memiliki kualitas tidur baik dengan hipertensi stage 2 sebanyak 4 responden lansia (13,30%), *National Heart, Lung, and Blood Institut* dari *United States department of Health and Human Services* pada tahun 2009 menginformasikan bahwa kurang tidur atau kualitas tidur yang buruk dapat memicu peningkatan resiko tekanan darah tinggi, penyakit jantung, dan kondisi medis lainnya hal ini juga membuat Kementerian Kesehatan Menyusun perundang-undangan guna meningkatkan pelayanan Kesehatan pada pasien hipertensi (Asmarita 2014; Meliansyah, 2018).

Berdasarkan peraturan dari Menteri Kesehatan Nomor 4 Tahun 2019 tentang Standar Teknis Pemenuhan Mutu Pelayanan Dasar pada Standar Pelayanan Minimal Bidang Kesehatan Pasal 2 (Ayat 3) yang berbunyi pelayanan kesehatan penderita hipertensi termasuk kedalam jenis pelayanan dasar pada SPM kesehatan Daerah/Kabupaten/Kota. Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 75 Tahun 2014 tentang Puskesmas menyebutkan bahwa Puskesmas adalah fasilitas pelayanan kesehatan yang menyelenggarakan upaya kesehatan masyarakat dan upaya kesehatan perseorangan tingkat pertama, dengan lebih mengedepankan

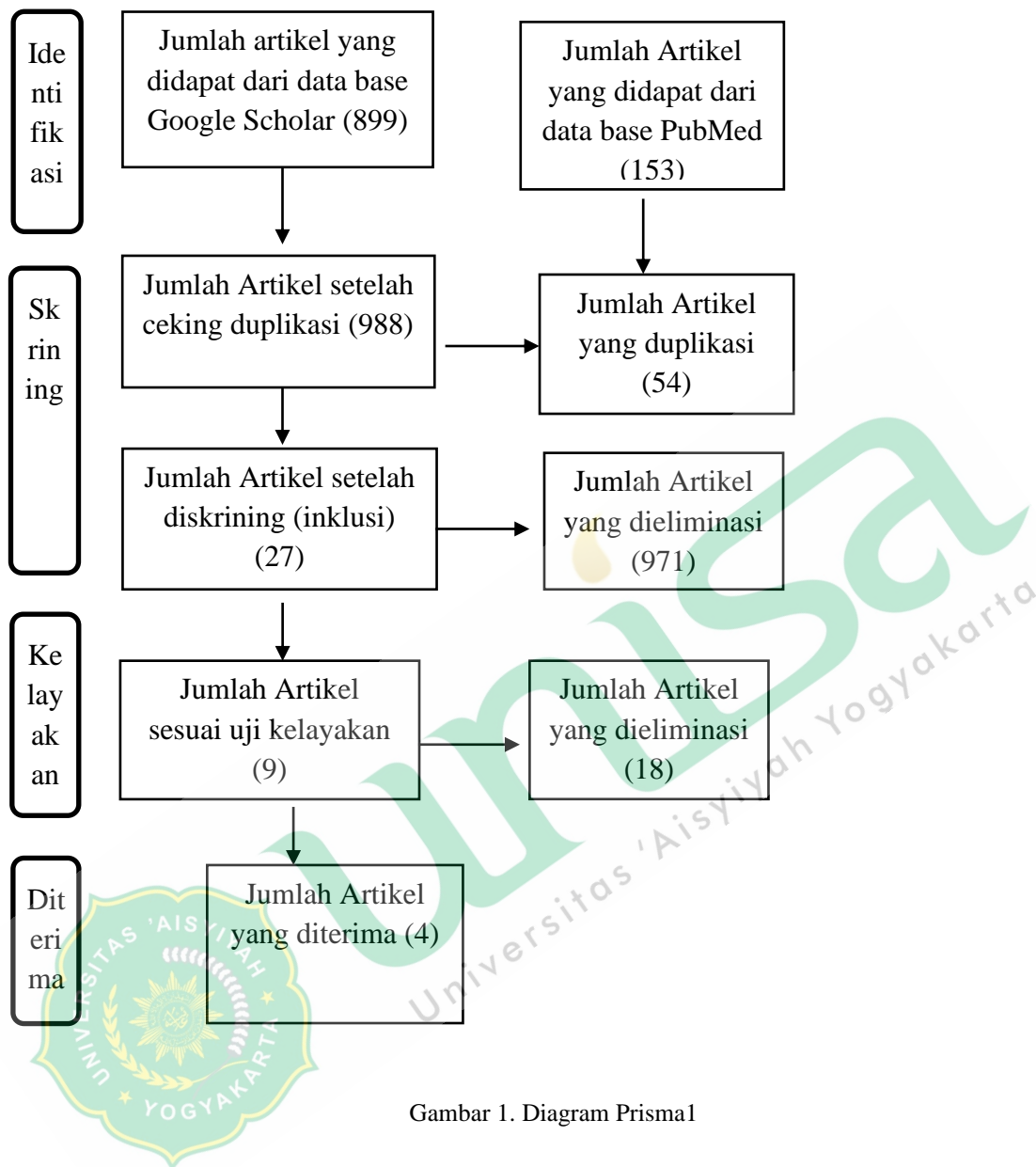
upaya promotif dan preventif, untuk mencapai derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya di wilayah kerjanya (Permenkes, 2014).

Sebagai upaya peningkatan derajat Kesehatan masyarakat dikarenakan Selama ini masyarakat kurang menaruh perhatian bahaya pola tidur yang buruk terhadap hipertensi. Selain angka kejadian hipertensi cukup tinggi, hipertensi dapat menimbulkan komplikasi yang fatal. Hipertensi dapat mengakibatkan komplikasi pembesaran jantung, penyakit jantung coroner, dan pecahnya pembuluh darah di otak yang menyebabkan kelumpuhan dan kematian (Shadine, 2010). Sesungguhnya masyarakat mempunyai peranan yang sangat penting dalam membentuk budaya dan perilaku sehat, seperti meningkatkan kualitas tidur yang baik, sebagai upaya menurunkan angka kejadian hipertensi, Masih banyaknya anggota masyarakat yang memiliki kualitas tidur yang buruk dan tidak mengetahui kualitas tidur termasuk salah satu faktor resiko terhadap kejadian hipertensi, masalah lain yang sering dijumpai di masyarakat adalah sikap, perilaku serta pendidikan rendah yang juga dapat memperngaruhi keterlambatan manajemen hipertensi (Setyorini, 2016). juga jarangya penelitian terutama di Indonesia yang meneliti faktor resiko kualitas tidur terhadap hipertensi sedangkan pemahaman faktor resiko pada pasien ini sangat penting, Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti merasa perlu melakukan penelitian ini dan mengetahui hubungan kualitas tidur dengan hipertensi pada lansia.

## METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah literature review dengan menggunakan artikel yang sudah terpublikasi jurnal. Strategi pencarian literature menggunakan format PICOST. *Keyword* yang digunakan adalah “kualitas tidur, hipertensi, dan lansia”. Penelusuran literature menggunakan database google scholar dan pubmed dari rentang tahun 2018-2021. Penilaian kualitas literature menggunakan *JBI critical Appraisal* dengan study *cross Sectional*. Hasil penelusuran didapatkan 899 artikel dari data base *google scholar* dan 153 artikel dari data base *pubmed*, setelah dilakukan ceking duplikasi terdapat 54 artikel yang duplikasi sehingga tersisa 988 artikel. Dari 988 artikel sebanyak 971 dieliminasi sehingga artikel yang sesuai inklusi adalah 27 dan dilakukan uji kelayakan terdapat 18 yang dieliminasi dan hasil akhir yang sesuai adalah 9 artikel, dan terdapat 4 artikel yang diterima untuk dilakukan *literature review*.





Gambar 1. Diagram Prisma1

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Hasil Pencarian *Literature Review*

Berdasarkan hasil penelusuran literature dari dua database yaitu *google scholar* dan *PubMed* dengan menggunakan kata kunci “Kualitas Tidur” DAN “Hipertensi” DAN “Lansia”, didapatkan 4 jurnal yang sesuai dengan topik dan tujuan penelitian ini. 4 jurnal tersebut sebelumnya telah diseleksi menggunakan uji kelayakan JBI *Critical Appraisal Tools Study Cross Sectional*, dengan setiap jawaban ya diberikan skor 1 dan tidak diberikan skor 0, kemudian hasil tersebut dijumlahkan dimana jurnal yang diterima harus memenuhi syarat minimal 50%, selengkapnya sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Penelitian

| No. | Judul/Penu-<br>lis/Tahun  | Negara/<br>tempat<br>penelitian                  | Bahasa    | Tujuan<br>penelitian   | Jenis<br>Penelitian/study/<br>variabel  | Metode<br>pengumpul-<br>an data   | Populasi dan<br>jumlah<br>sample   | Hasil   |
|-----|---|--|-----------|--|---|---|--|---|
| 1   | Kualitas Tidur Berhubungan Dengan Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia, et al., (Harsismanto, et al., 2020). | Panti Sosial Tresna Werdha, Bengkulu, Indonesia. | Indonesia | Mengetahui hubungan kualitas tidur dengan perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha (PTSW) Provinsi Bengkulu. | Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif berupa survey analitik dengan desain penelitian <i>cross sectional</i> . Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan <i>survey analitik</i> menggunakan desain penelitian <i>cross sectional</i> . Variabel independen dalam penelitian ii adalah Kualitas Tidur, sedangkan variabel dependen adalah tekanan darah pada lansia hipertensi. | Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini yaitu data primer dan data sekunder, data primer berupa kualitas tidur lansia dengan hipertensi menggunakan kuisioner dan hasil pengukuran tekanan darah lansia sistolik dan diastolik menggunakan tensimeter, data yang di peroleh diuji menggunakan uji <i>chi</i> | Sampel dalam penelitian ini berjumlah 22 pasien lansia dengan hipertensi diambil dengan tehnik <i>total sampling</i> , sampel ini diambil di Panti Sosial Tresna Wedha (PTSW) patda tahun 2020 dari bulan Januari sampai dengan Juni sebanyak 22 orang dari 87 lansia. | Bedasarkan data penelitian diketahui bahwa umur responden penderita hipertensi di panti sosial tesna wherda (PSTW) Tahun 2019. dari 22 orang responden 1 orang responden (4,5% berumur <65 tahun dan 21 Orang responden (95,5%) berumur >65 tahun. Peningkatan tekanan darah pada lansia ini mayoritas pada usia >60 tahun, hal ini menunjukkan bahwa lansia memiliki prevelensi lebih besar mengalami resiko hipertensi.berdasarkan uji <i>continuity correction<sup>b</sup></i> didapatkan <i>p value</i> =0,000 < $\alpha$ =0,05. Hal ini menunjukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi di |



|   |  |                                       |           |   |  |   |  |   |
|---|--|---------------------------------------|-----------|---|--|---|--|---|
|   |  |                                       |           |   |  |   | <i>square</i> untuk melihat hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. | Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) tahun 2019.   |
| 2 | Hubungan Kualitas Tidur Dengan Hipertensi Pada Lansia Di Desa Tambun Kecamatan Likupang Barat, (Rahela Sambeka, et al., 2018). | Desa Tambun Kecamatan Likupang Barat. | Indonesia | Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tekanan darah dengan kualitas tidur pada lansia di Desa Tambun, Kecamatan Likupang Barat, Tahun 2018. | Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian survey analitik dengan desain penelitian <i>cross sectional</i> . Analisis yang di pakai dalam menguji hipotesis ini yaitu menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat. Uji yang digunakan adalah uji <i>chi square</i> . | Analisis ini menggunakan data primer, dimana pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuisisioner PSQI dan alat pengukur tekanan darah tensimeter digital. | Populasi pada penelitian ini adalah seluruh lansia berumur >60 tahun.                  | Hasil menunjukkan dari 76 responden menunjukkan bahwa responden yang memiliki kualitas tidur buruk sebanyak 64,5% dan responden yang memiliki kualitas tidur baik sebanyak 35,5%. respon yang menderita hipertensi dalam penelitian ini sebanyak 72,4% dan responden yang tidak menderita hipertensi adalah sebanyak 27,6%. Berdasarkan hasil uji statistik <i>chi square</i> antara kualitas tidur dengan hipertensi didapatkan hasil dengan menunjukkan nilai $p=0,0015$ dengan tingkat kesehatan 0,05 sehingga $H_0$ ditolak dan dikatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakana antara |

kualitas tidur dengan hipertensi pada lansia di Desa Tambun Kecamatan Likupang Barat Kabupaten Minahasa Utara.

|   |  |                          |   |   |   |   |   |
|---|--|--------------------------|---|---|---|---|---|
| 3 | <p>Hubungan Kualitas Tidur Dengan Peningkatan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Guntung Payung tahun (Rusdiana, 2019).</p> | <p>Wilayah Indonesia</p> | <p>Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kualitas tidur dengan peningkatan tekanan darah pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Guntung Payung.</p> | <p>Jenis penelitian yang di gunakan dalam penelitian ini adalah korelasional dengan pendekatan <i>cross sectional</i>. Variabel yang di gunakan dalam penelitian ini yaitu variabel independen adalah kualitas tidur dan variabel dependen dalam penelitian ini adalah peningkatan tekanan darah pada penderita hipertensi.</p> | <p>Metode penelitian yang di gunakan adalah korelasional, dengan desain pendekatan <i>cross sectional</i>. tehnik pengambil sampel menggunakan <i>purposive random sampling</i>. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner sebanyak 20 pertanyaan.</p> | <p>Populasi pendeita hipertensi tahun 2018 di Wilayah Puskesmas Guntung Payung sebanyak 378 orang, sampel dalam penelitian ini sebanyak 79 orang.</p> | <p>Hasil uji statistik dengan uji <i>Chi square</i> di dapatkan nilai <math>p\text{-value} = 0,000 &lt; \alpha</math> 0,05 maka <math>H_0</math> di tolak dan <math>H_a</math> di terima artinya secara statistik ada hubungan kualitas tidur dengan peningkatan tekanan darah pada pasien hipertensi di Wilayah kerja Puskesmas Guntung Payung Tahun 2019. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa distribusi tabulasi silang kualitas tidur buruk mayoritas mengalami peningkatan tekanan darah sedang sebanyak 24,1% sedangkan pasien dengan kualitas tidur baik mayoritas mengalami peningkatan tekanan darah ringan sebanyak 40,5%.</p> |
|---|--|--------------------------|---|---|---|---|---|

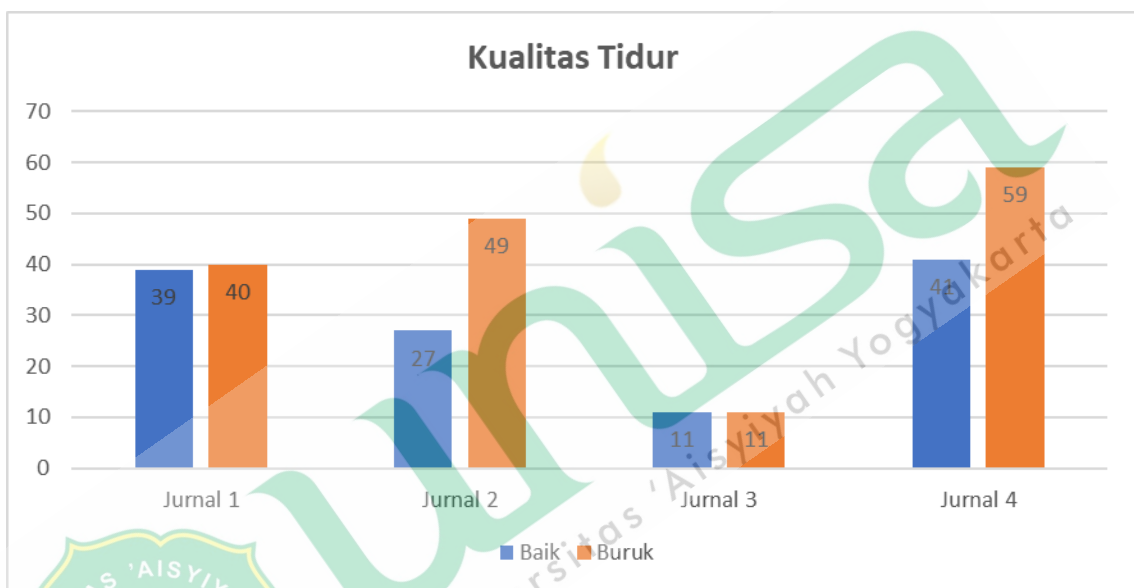


|   |   |   |          |  |   |   |  |   |
|---|---|---|----------|--|---|---|--|---|
| 4 | <i>The realitonship between sleep disturbances and qualty of life in elderly patients with hypertension,</i> (Izabella Uchmanowicz et al., 2019). | Klinik Angiologi, Hipertensi, dan Diabetologi, di Rumah Sakit Klinik Universitas di Wiroclaw. | Polandia | Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi efek dari insomnia dan kantuk siang hari pada kualitas hidup (QOL) pada pasien hipertensi lansia. | Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasional dengan studi <i>cross setional</i> . | Metode dalam pengumpulan data ini dengan menggunakan instrumen berupa kisioner standar seperti Epworth Sleepiness Scale (ESS), dan (AIS) Athens Skala Insomnia. | Sampel dalam penelitian ini berjumlah 100 pasien hipertensi di klinik angiologi. | Hasil dari penelitian ini menunjukkan lebih dari separuh pasien mengalami insomnia dengan skor AIS=6, dan 39%, mengalami kantuk di siang hari. Kantuk di siang hari di kaitkan secara negatif dengan persepsi QOL, ( $r = 0,478$ , $p = 0,001$ ). aktivitas pekerjaan ( $p = 0,011$ ). kelebihan berat badan ( $p = 0,0042$ ), dan durasi lama penyakit ( $p = 0,049$ ). di antara pasien hipertensi. |
|---|---|---|----------|--|---|---|--|---|



Berdasarkan hasil penelusuran *literature review* terlihat pada table 4.1 di dapatkan 4 jurnal dengan 1 jurnal internasional dan 3 jurnal nasional dengan menggunakan bahasa Inggris dan bahasa Indonesia dan penelitian dilakukan secara global. Tujuan pada keempat jurnal ini yaitu untuk mengetahui Hubungan kualitas tidur dengan hipertensi pada lansia. Analisi dari keempat jurnal menggunakan study kelayakan *cross sectional*. Subjek yang digunakan pada penelitian ini adalah lansia. Hasil analisis jurnal berdasarkan ke empat jurnal diatas, dapat ditemukan beberapa hal terkait penelitian tentang hubungan kualitas tidur dengan hipertensi pada lansia. Tempat penelitian dari artikel dilakukan di tempat yang berbeda.

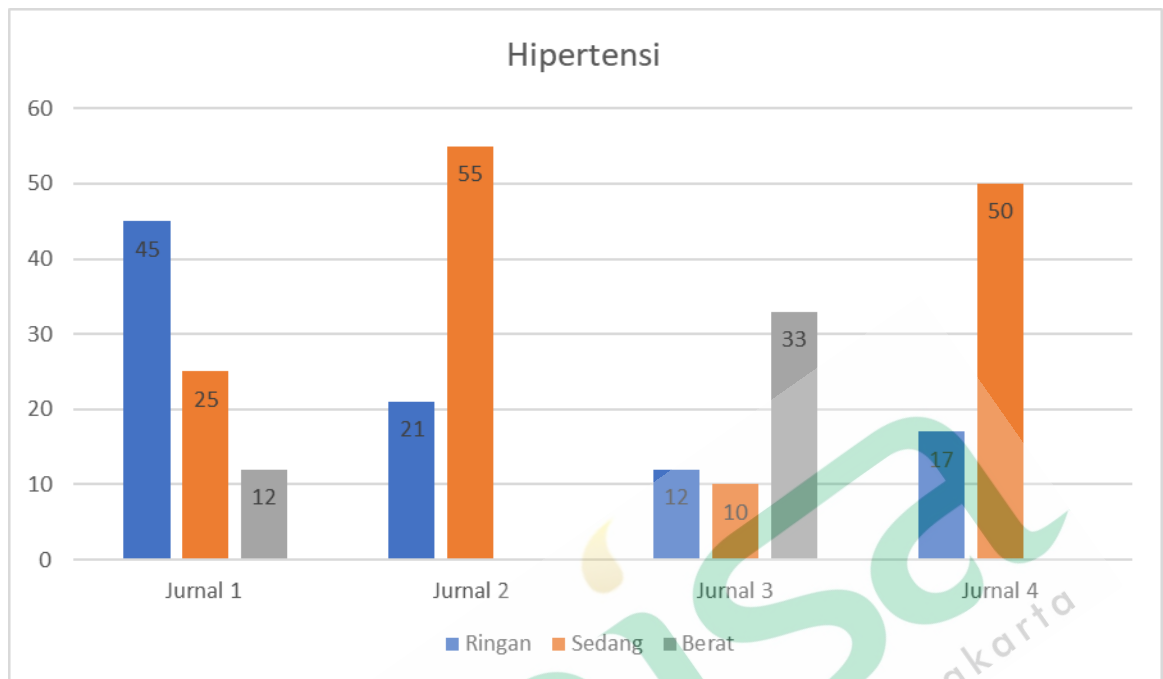
## 2. Distribusi Kualitas Tidur



Gambar 2. Distribusi Kualitas Tidur

Berdasarkan gambar 2 di atas di dapatkan hasil dari ke 4 jurnal menunjukkan bahwa  $\geq 50\%$  responden mengalami kualitas tidur yang buruk, dan  $\leq 50\%$  data dari ke 4 jurnal menunjukkan responden dengan kualitas tidur baik.

3. Distribusi Hipertensi



Gambar 3. Distribusi Hipertensi

Berdasarkan gambar 3 diatas dapat dijelaskan bahwa dari ke 4 jurnal, responden mengalami hipertensi dengan 3 kategori, pada jurnal pertama didapatkan 45 responden mengalami kenaikan darah ringan, dan 25 responden mengalami tekanan darah sedang, kemudian 12 responden mengalami hipertensi stage berat, dari jurnal 2 didapatkan data bahwa lebih banyak responden yang mengalami hipertensi berkategori sedang dengan sebanyak 55 responden, pada jurnal 3 dan 4 di dapatkan hasil yang menunjukkan angka penderita hipertensi lebih tinggi pada hipertensi berkategori berat dengan persentase > 50%.

4. Hubungan Kualitas Tidur Dengan Hipertensi

Tabel 2. Hubungan Kualitas Tidur Dengan Hipertensi Jurnal 1

| Kualitas Tidur | Peningkatan Tekanan Darah |      |        |      |       |      | Jumlah | %    | p-value |
|----------------|---------------------------|------|--------|------|-------|------|--------|------|---------|
|                | Ringan                    | %    | Sedang | %    | Berat | %    |        |      |         |
| <b>Buruk</b>   | 10                        | 12,7 | 19     | 24,1 | 10    | 12,7 | 39     | 49,4 | 0,000   |
| <b>Baik</b>    | 32                        | 40,5 | 6      | 7,6  | 2     | 2,5  | 40     | 50,6 |         |
| <b>Total</b>   | 42                        | 53,2 | 25     | 31,6 | 12    | 15,2 | 79     | 100  |         |

Table 2. diatas menunjukkan bahwa distribusi tabulasi silang kualitas tidur dengan peningkatan tekanan darah yaitu pasien dengan kualitas tidur buruk mayoritas mengalami peningkatan tekanan darah sedang sebanyak 24,1%, sedangkan pasien dengan kualitas tidur baik mayoritas mengalami peningkatan tekanan darah ringan sebanyak (40,5).

Tabel 3. Hubungan kualitas tidur dengan peningkatan tekanan darah Jurnal 2

| Kualitas Tidur | Hipertensi |      |       |      |
|----------------|------------|------|-------|------|
|                | Ya         | %    | Tidak | %    |
| <b>Buruk</b>   | 40         | 81,6 | 9     | 18,4 |
| <b>Baik</b>    | 15         | 55,5 | 12    | 44,5 |
| <b>Total</b>   | 55         | 79   | 21    | 21   |

Berdasarkan hasil uji statistik *chi square* antara kualitas tidur dengan hipertensi, Tabel tersebut menunjukkan bahwa responden yang menderita hipertensi dengan memiliki kualitas tidur buruk berjumlah 40 (81,6%) responden dan responden yang tidak menderita hipertensi serta memiliki kualitas tidur baik berjumlah 12 (44,5%) reponden. Sedangkan responden yang tidak menderita hipertensi serta memiliki kualitas tidur buruk berjumlah 9 (18,4%) responden. Sedangkan responden yang tidak menderita hipertensi serta memiliki kualitas tidur baik berjumlah 15 (55,5%) responden Hasil uji statistik *chi square* menunjukkan bahwa nilai  $p = 0,015$  dengan tingkat kesalahan 0,05 sehingga  $H_0$  di tolak dan dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara kualitas tidur dengan hipertensi pada lansia dalam jurnal 2.

Tabel 4. Hubungan Kualitas Tidur Dengan Hipertensi jurnal 3

| Kualitas Tidur | Peningkatan Tekanan Darah |      |        |      | Jumlah | %    | p-value | C     |
|----------------|---------------------------|------|--------|------|--------|------|---------|-------|
|                | Ringan                    | %    | Sedang | %    |        |      |         |       |
| <b>Buruk</b>   | 10                        | 12,7 | 19     | 24,1 | 39     | 49,4 | 0,000   | 0,674 |
| <b>Baik</b>    | 32                        | 40,5 | 6      | 7,6  | 40     | 50,6 |         |       |
| <b>Total</b>   | 42                        | 53,2 | 25     | 31,6 | 79     | 100  |         |       |

erdasarkan tabel di atas terlihat bahwa dari hasil *uji* continuity correction<sup>b</sup> didapatkan nilai  $p \text{ value} = 0,000 < \alpha = 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang



signifikan antara kualitas tidur dengan perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) tahun 2019. penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan erat antara kualitas tidur dengan perubahan tekanan darah pada lansia.

Tabel 5. Hubungan Kualitas Tidur Dengan Hipertensi jurnal 4

| Kualitas Tidur | Peningkatan Tekanan Darah |       |        |       |       |       | Jumlah | %     | p $\alpha$ |
|----------------|---------------------------|-------|--------|-------|-------|-------|--------|-------|------------|
|                | Ringan                    | %     | Sedang | %     | Berat | %     |        |       |            |
| <b>Buruk</b>   | 14                        | 22,95 | 28     | 45,90 | 19    | 31,15 | 61     | 61,00 | 0,139      |
| <b>Baik</b>    | 3                         | 7,69  | 22     | 56,41 | 14    | 35,90 | 39     | 39,00 |            |
| <b>Total</b>   | 17                        | 17,00 | 50     | 50,00 | 33    | 33,00 | 100    | 100   |            |

Berdasarkan table di atas menunjukkan bahwa dari hasil uji data di data di dapatkan hasil nilai  $p$  value =  $0,000 < \alpha = 0,139$ . Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan perubahan tekanan darah pada lansia hipertensi dalam jurnal 5.

Berdasarkan analisis 4 jurna mengenai Hubungan kualitas tidur dengan hipertensi pada lansia, ke empat jurnal menyimpulkan bahwa terdapat hubungan kualitas tidur dengan hipertensi pada lansia. Rusdiana et al., 2019 mengemukakan hasil dari penelitiannya bahwa distribusi tabulasi silang antara kualitas tidur dengan peningkatan darah pada responden dengan kualitas tidur yang buruk mayoritas mengalami peningkatan tekanan darah sedang sebanyak 24,1%, sengangkan pada pasien yang mempunyai kualitas tidur baik mengalami peningkatan tekanan darah ringan sebanyak 40,5%.

Kualitas tidur yang buruk merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi peningkatan tekanan darah pada orang dewasa, kualitas tidur yang buruk akan menurunkan anti bodi dengan gejala lemas dan mudah Lelah yang dapat menyebabkan seseorang mengalami kejadian hipertensi disaat cemas atau mendapatkan permasalahan. Writes (2017) menunjukkan jika seseorang dengan kualitas tidur yang buruk dan memiliki durasi tidur yang pendek, kemungkinan besar akan mengalami hipertensi lebih besar dua kali dari orang tanpa hipertensi. Hubungan ini kemungkinan hasil dari mekanisme biologis, ahwa kualitas tidur dapat mengubah hormon stress kortisol dan sistem saraf simpatik, sehingga terjadi peningkatan tekanan darah, di tambah dengan seseorang mengalami stress dan kondisi kecemasan yang berlebih, contoh akibat penyakit dan masalah yang dialami. Penelitian meta analisis yang dilakukan oleh Lo et al., (2018) menyimpulkan meskipun tidak secara signifikan ada hubungan antara kualitas tidur yang buruk

dengan hipertensi, kualitas tidur yang buruk dan rendahnya jumlah waktu tidur mempengaruhi dan mengganggu irama sirkadian tubuh yang secara tidak langsung menjadi penyebab peningkatan tekanan darah.

### SIMPULAN

Berdasarkan analisa dan pembahasan dalam *literatur review* yang telah dilakukan penulis didapatkan :

1. Responden yang memiliki kualitas tidur buruk lebih banyak dari responden yang memiliki kualitas tidur baik.
2. Sebagian besar responden dalam jurnal mengalami hipertensi.
3. Terdapat hubungan kualitas tidur dengan hipertensi pada lansia yang di tunjukkan oleh hasil uji statistic dari literatur-literatur yang direview yang masing-masing menunjukkan nilai  $p < 0,05$ .

### DAFTAR PUSTAKA

- Adam, L. (2019). Determinan Hipertensi pada Lanjut Usia. *Jambura Health and Sport Journal*, Vol. 1, No. 2 p-ISSN: 2654-718X, e-ISSN: 2656-2863.
- Aidha, Z. d. (2019). Survey Hypertensi dan Pencegahan Komplikasinya di Wilayah Pesisir Kecamatan Precut Sei Tuan 2018. *Jurnal Jumantik*, Vol. 4: 101-112.
- American Heart Association Statistics Committee and Stroke Statistics Subcommittee. Heart disease and stroke statistics. (2016). *American Heart Association*.
- Chasanah, N., & Supratman, S. (2018). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia DiSurakarta. *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan*, 11(1), 10-18.
- Dina, M. &. (2019). Hubungan Kualitas Tidur dengan Kualitas Hidup pada Pasien ipertensi. *Universitas Sumatera Utara Depart Penyakit Dalam*.
- Dinkes DIY. (2013). Pola Penyakit Tidak Menular. *Profil Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta*.
- Du, Y. z., Gao, X.-x., & Wang, C.-T. (2017). Acupuncture lowering blood pressure for rsecondary prevention of stroke: a study protocol for a multicenter randomized controlled trial. *BioMed Central*, 2-10.
- Guo-yu, L. C.-m.-l.-t. (2017). Association of Socioeconomic Factors and Prevalence of Hypertension with Sleep Disorder Among The Elderly in Rural Southwest China. *Primary Health Care Research & Development*, 110-120.
- Eko Sari Ajiningtyas, S. F. (2019). Hubungan Antara Asupan Makanan, Stres, Dan Aktivitas Fisik Dengan Hipertensi Pada Usia Menopause Di Puskesmas Pangkalan Lada. *Midwifery Journal*, Volume 17 No. 1.
- European Heart Journal. (2018). 2018 ESC/ESH Guidelines for the managementof arterial hypertension. *European Society of Cardiology*, 39, 3021–3104.

- Faizal Ramadhan, A. S. (2019). Gambaran Coping Stress Pada Individu Bipolar Dewasa Wal. *Jurnal Psikologi Skiso (Sosial Klinis Industri Organisasi)*, 1 (1), 10-18.
- Grace Chiang, B. S. (2018). Determinants of Poor Sleep Quality in Elderly Patients with Diabetes Mellitus, Hyperlipidemia and Hypertension in Singapore. *Primary Health Care Research & Development*, 19: 610–615. doi: 10.1017/ S146342361800018X.
- Harsismanto, J., Andri, J., Payana, T. D., Andrianto, M. B., & Sartika, A. (2020). Kualitas Tidur Berhubungan dengan Perubahan Tekanan Darah pada Lansia. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 2(1), 1-11.
- Hasanah, dkk. (2016). HUBUNGAN OBESITAS DENGAN HIPERTENSI PADA MASYARAKAT DI WILAYAH RW 13 DUSUN MOJOSARI DESA NGENEP KECAMATAN KARANGPLOSO. *Nursing News, Volume 1(Nomor 2)*.
- Kementerian Agama RI. Al-Qur'an dan Terjemahan. Jakarta: WALI, 2012.
- Kemenkes. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar 2018. *Retrieved*.
- Meliansyah, P. A., & Huriah, T. (2018). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tingkat Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Di PSTW Budhi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta.
- Nur Afni Karim, F. O. (2018). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Derajat Hipertensi pada Pasien Rawat Jalan di Wilayah Kerja Puskesmas Tagulandang Kabupaten Sitiro. *Jurnal Keperawatan*, 6 (1).
- Perry, P. d. (2010). *Fundamental Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Perry, P. d. (2012). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Rianti A, et.al. (2019). Pola Pencegahan Primer Stroke oleh Pasien Hipertensi di Rumah Sakit Muhammadiyah. *Jurnal Keperawatatan Muhammadiyah*, 4(2), 82-89.
- Riskesdas. (2013). *Laporan hasil riset kesehatan dasa tahun 2013*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian Kesehatan RI.
- Roger V, Go A, & Lloyd-Jones D, et, al. (2011). Heart disease and stroke statistics 2011 update. *American Heart Association*(123), 18-209.
- Sarbini, D., Zulaekah, S., & Isnaenai, F. N. (2019). *Gizi GERIATRI*. Surakarta: Muhammadiyah University Press.
- Sambeka, R., Kalesaran, A. F., & Asrifuddin, A. (2018). Hubungan Kualitas Tidur dengan Hipertensi pada Lansia di Desa Tambun Kecamatan Likupang Barat Tahun 2018. *KESMAS*, 7(3).
- Scharf, E., & Ebbert, J. (2020). Endocannabinoids and Stroke Prevention:Review of Clinical Studies. *Cannabis and Cannabinoid Research*, 5(1), 1-6.

Sucipto, A. (2019). Relationships Of Stress And Sleep Patterns On Events Hypertension In Elderly. *Healthy and Active Aging*, 501-504.

Sulaiman, I. K. (2019). Hubungan Olahraga, Stress dan Pola Makan dengan Tingkat Hipertensi di Posyandu Lansia di Kelurahan Sudirejo I Kecamatan Medan Kota. *JHSP*, Vol. 1 No. 1.

wahyuni. (2012). *faktor faktor yang berhubungan dengan upaya pencegahan terjadinya stroke berulang pada penderita stroke di poliklinik saraf RSUP DR.M.Djamil Padang*. Padang: Stikes Mercubaktijaya.

Washington University. (2011). Stroke in perspective: types of stroke.

World Health Organization . (2015). Hypertention. *Hypertention*.

World Health Organization. (2010). Stroke.



unisa  
Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta