

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan
Skripsi, Februari 2023
Bagas Adi Kuncoro
020118A008

“Hubungan Antara Penggunaan Gadget dan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Remaja di Desa Gogik Tahun 2022”

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang paling umum dan paling banyak disandang masyarakat. Hipertensi menjadi salah satu faktor resiko terjadinya penyakit lain seperti gagal ginjal, diabetes, stroke, dan jantung. Hipertensi umumnya terjadi pada usia lanjut, akan tetapi sekarang hipertensi dapat menyerang siapa saja. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018) prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%. Jumlah penderita hipertensi berusia >15 tahun pada 2021 di Jawa Tengah sebanyak 8.700.512 orang dan di Kabupaten Semarang peningkatan kejadian hipertensi dari tahun 2015 hingga tahun 2021, yaitu sebanyak 41.134 kasus menjadi 44.743 kasus. Banyak faktor yang dapat mengakibatkan terjadinya hipertensi salah satunya adalah kualitas tidur. Kualitas tidur dapat digambarkan dengan lama waktu tidur, dan keluhan-keluhan yang dirasakan saat tidur atau sehabis bangun tidur. Kualitas tidur dapat dipengaruhi oleh gaya hidup seperti penggunaan gadget yang berlebihan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara penggunaan gadget dan kualitas tidur dengan tekanan darah pada remaja di Desa Gogik. Penelitian ini merupakan penelitian *analitik observational* dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah remaja yang bertempat tinggal di Desa Gogik pada tahun 2022 yang berjumlah 130 orang dengan menggunakan kuota sampling. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)* dengan cara wawancara. Analisa menggunakan Chi Square Test dan Kolmogorov-smirnov. Hasil penelitian antara penggunaan gadget dengan kualitas tidur menunjukkan nilai signifikansi $p\text{-value } 0,983 > \alpha = 0,05$, kualitas tidur dengan tekanan darah menunjukkan $p\text{-value } 0,000 < \alpha = 0,05$, dan antara penggunaan gadget dengan tekanan darah $p\text{ value } 0,557 > \alpha = 0,05$. Kesimpulan dari penelitian ini adalah tidak terdapat hubungan antara penggunaan gadget dengan kualitas tidur, terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan tekanan darah, dan tidak terdapat hubungan antara penggunaan gadget dengan tekanan darah.

Kata Kunci : Gadget, Kualitas Tidur, Tekanan Darah

Ngudi Waluyo University
Public Health, Faculty of Health
Skripsi, Februari 2023
Bagas Adi Kuncoro
020118A008

"The Relationship Between Gadget Use and Sleep Quality with Blood Pressure Adolescents in Gogik Village 2022"

ABSTRACT

Hypertension is one of the most common cardiovascular diseases and is widely carried by the community. Hypertension is a risk factor for other diseases such as kidney failure, diabetes, stroke and heart disease. Hypertension generally occurs in old age, but now hypertension can affect anyone. Based on Basic Health Research (Riskesdas 2018) the prevalence of hypertension in Indonesia is 34.1%. The number of hypertension sufferers aged > 15 years in 2021 in Central Java is 8,700,512 people and in Semarang Regency the increase in the incidence of hypertension from 2015 to 2021, namely as many as 41,134 cases to 44,743 cases. Many factors can lead to hypertension, one of which is the quality of sleep. Sleep quality can be described by the length of time you sleep, and the complaints you feel while sleeping or after waking up. Sleep quality can be affected by lifestyle such as excessive use of gadgets. This study aims to analyze the relationship between gadget use and sleep quality and blood pressure in adolescents in Gogik Village. This research is an observational analytic study using a cross-sectional approach. The sample in this study is adolescents who live in Gogik Village in 2022, totaling 130 people using a sampling quota. The data collection tool used the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) questionnaire by means of interviews. Analysis using Chi Square Test and Kolmogorov-Smirnov. The results of the study between gadget use and sleep quality showed a significant p-value of $0.983 > \alpha = 0.05$, sleep quality and blood pressure showed a p-value of $0.000 < \alpha = 0.05$, and between gadget use and blood pressure p value $0.557 > \alpha = 0.05$. The conclusion of this study is that there is no relationship between gadget use and sleep quality, there is a significant relationship between sleep quality and blood pressure, and there is no relationship between gadget use and blood pressure.

Keywords: Gadgets, Sleep Quality, Blood Pressure