

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi SI Keperawatan, Fakultas Kesehatan
Skripsi, Agustus 2024
Labib Munif Mufriani
011201036

**“HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR
PADA PENDERITA HIPERTENSI DI KLINIK KURNIA MEDIKA
BANYUBIRU”**

ABSTRAK

Latar Belakang: Stres adalah keadaan yang sering terjadi pada tubuh baik fisik maupun emosional apabila ada perubahan dari lingkungan yang mengharuskan tubuh maupun pikiran untuk menyesuaikan diri. Seseorang yang mengalami stres berkepanjangan akan meningkatkan aktivitas saraf simpatis sehingga terjadi peningkatan tekanan darah. Stres salah satu penyebab terganggunya kualitas tidur dikarenakan ketika stres terjadi peningkatan hormon epinefrin, nonepinefrin, serta kortisol mempengaruhi susunan syaraf pusat. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan kualitas tidur pada penderita hipertensi di Klinik Kurnia Medika Banyubiru.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling* dengan total populasi 90 orang dan jumlah sampel sebanyak 63 orang. Analisa data penelitian ini menggunakan uji *spearman rank*. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner tingkat stres DASS-42 dan kualitas tidur PSQI.

Hasil: Dari hasil analisa univariat, tingkat stres sedang sebanyak 19 orang (30,2) dan kualitas tidur buruk sebanyak 28 (44,4%) menjadi kategori yang paling banyak dialami oleh responden. Analisa data menggunakan uji *spearman rank* diperoleh nilai $p = 0,000 < \alpha = 0,05$ maka H_0 ditolak yang berarti terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kualitas tidur pada penderita hipertensi di Klinik Kurnia Medika Banyubiru. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,562 yang diinterpretasikan bahwa kekuatan korelasi dikategorikan sedang.

Simpulan: Berdasarkan hasil di simpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kualitas tidur pada penderita hipertensi di Klinik Kurnia Medika Banyubiru.

Kata Kunci: Hipertensi, Tingkat Stres, dan Kualitas Tidur

Daftar Pustaka: 2015-2023

Ngudi Waluyo University
Study Program of S1 Nursing, Faculty of Health
Final Project, August 2024
Labib Munif Mufriani
011201036

***“THE CORRELATION BETWEEN STRESS LEVEL AND SLEEP QUALITY
IN HYPERTENSION PATIENT AT KURNIA MEDIKA BANYUBIRU CLINIC”***

ABSTRACT

Background: Stress is a condition that often occurs in the body both physically and emotionally when there is a change in the environment that requires a person's body and mind to be able to adjust. A person who experiences prolonged stress will increase sympathetic nerve activity so that blood pressure increases. Stress is also one of the causes of disturbed sleep quality because when stressed there is an increase in the hormones epinephrine, norepinephrine, and cortisol which affect the central nervous system. Therefore, this study aims to determine the relationship between stress levels and sleep quality in hypertension patients at the Kurnia Medika Banyubiru Clinic.

Method: This study uses a quantitative research design with an analytical observational research type with a *cross-sectional* approach. The sampling technique in this study used *purposive sampling* with a total population of 90 people and a sample size of 63 people. Data analysis of this study used the *Spearman rank* test. The research instrument used the DASS-42 stress level questionnaire and PSQI sleep quality

Results: From the results of univariate analysis, moderate stress levels of 19 people (30.2) and poor sleep quality of 28 (44.4%) were the categories most experienced by respondents. Data analysis using the Spearman rank test obtained a value of $p = 0.000 < \alpha = 0.05$, so H_0 was rejected, which means there is a relationship between stress levels and sleep quality in hypertension patients at the Kurnia Medika Banyubiru Clinic. The correlation coefficient value is 0.562 which is interpreted that the strength of the correlation is categorized as moderate.

Conclusion: Based on the results, it is concluded that there is a relationship between stress levels and sleep quality in hypertension patients at the Kurnia Medika Banyubiru Clinic.

Keywords: Hypertension, Stress Levels, and Sleep Quality

References: 2015-2023