



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

SKRIPSI

**Oleh :
Labib Munif Mufriani
011201036**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
UNGARAN
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

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

Oleh :

LABIB MUNIF MUFRIANI
011201036

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing dan telah
diperkenankan untuk diujikan

Ungaran, 6 Agustus 2024

Pembimbing

Ns. Yunita Galih Yudanari, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0612067804

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

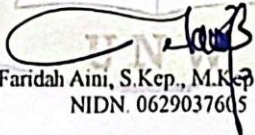
Skripsi Berjudul :
**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DENGAN DERAJAT
HIPERTENSI DI KLINIK KURNIA MEDIKA
BANYUBIRU**

Oleh :
LABIB MUNA MUFRIANA
011201035

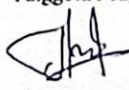
Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo

★ Hari : Selasa
★ Tanggal : 27 februari 2024

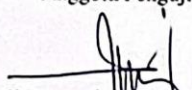
Tim Penguji:
Ketua/Pembimbing Utama


Ns. Faridah Aini, S.Kep., M.Kep., Sp.KMB.
NIDN. 0629037605

Anggota/Penguji 1


Ns. Sukarno, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0624128204


Anggota/Penguji 2


Ns. Puji Purwaningsih, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0613027601

Mengesahkan
Ketua Program Studi S1 Keperawatan


Dr. Abdul Wahid, M.Kep., Ns. Sp.Kep.J.
NIDN : 0602027901

Mengesahkan
Dekan Fakultas Kesehatan


Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep.
NIDN : 0627097501



PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : Labib Munif Mufriani

NIM : 011201036

Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo

Dengan ini menyatakan bahwa :

Skripsi berjudul "Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur Penderita Hipertensi Di Klinik Kurnia Medika" adalah :

1. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
2. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah di publikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
3. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari saya terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Pembimbing



Ns. Yunita Galih Yudanari, S.Kep., M.Kep

NIDN : 0612067804

Ungaran, 6 Agustus 2024

Yang membuat pernyataan



Labib Munif Mufriani

011201036

KESEDIAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Labib Munif Mufriani

NIM : 011201036

Program Studi : SI Keperawatan

Menyatakan memberi kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk meyimpan, mengalih media, merawat dan mempublikasikan skripsi saya dengan judul **“Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur Penderita Hipertensi Di Klinik Kurnia Medika”** untuk kepentingan akademis.

Ungaran, 6 Agustus 2024



Labib Munif Mufriani

011201036

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Data Pribadi

Nama : Labib Munif Mufriani
Tempat tanggal lahir : Kab. Semarang, 18 Juli 2002
Jenis kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Srumbung jurang Rt 02/ Rw 06 Kec. Bergas
Email : mfrnlabibmunif@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. TK PGRI Samban : Tahun 2007- 2009
2. SD Negeri Samban 1 : Tahun 2009 - 2014
3. SMP Negeri 1 Bandungan : Tahun 2014-2017
4. SMA Negeri 1 Tuntang : Tahun 2017- 2019
5. Universitas Ngudi Waluyo : Tahun 2020 – 2024

C. Data Orang Tua

Nama ayah : Akhmad Dimhari
Nama ibu : Zuismi
Pekerjaan : Wiraswasta
Alamat : Srumbung jurang Rt 02/ Rw 06 Kec. Bergas

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

PRAKATA

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Alhamdulillah, segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, atas segala Rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur Pada Penderita Hipertensi Di Klinik Kurnia Medika Banyubiru”**. Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak mengalami hambatan, namun berkat bantuan, bimbingan, dan dukungan dari banyak pihak sehingga penulis dapat terselesaikan dengan baik.

Untuk itu melalui kesempatan ini ijin penulis menyampaikan ucapan rasa terimakasih yang sebesar-beasnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum, selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Bapak Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Bapak Dr. Abdul Wakhid, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.J, selaku ketua program Studi SI Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo
4. Ibu Ns. Yunita Galih Yudanari, S.Kep., M.Kep selaku pembimbing utama yang telah banyak meluangkan waktu, pikiran, memberikan arahan serta motivasi dalam penyusunan skripsi ini.

5. Seluruh dosen, staf, karyawan dan karyawan di Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo atas segala ilmu dan pengarahan yang telah diberikan kepada penulis.
6. Kedua orang tua penulis, Bapak Akhmad dan Ibu Zuismi, untuk beliau berdua terimakasih atas segala kasih sayang yang telah senantiasa mendoakan dan selalu memberikan motivasi, semangat, bantuan serta material selama ini.
7. Kembaran penulis tercinta, terimakasih atas segala doa dan segala dukungan.
8. Seluruh keluarga besar tersayang yang senantiasa mendoakan dan memberikan semangat.
9. Rekan-rekan yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu terimakasih atas doa, bantuan, motivasi dan semangatnya.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari masih banyak kekurangan, karena itu segala kritik dan saran sangat penulis harapkan guna melengkapi segala kekurangan dan keterbatasan dalam penyusunan skripsi ini. Akhir kata semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca. Aamiin.

Wassalamu'alaikum, Wr.Wb.

Ungaran, Agustus 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	1
HALAMAN PERSETUJUAN	2
HALAMAN PENGESAHAN	3
PERNYATAAN ORISINALITAS	4
KESEDIAAN PUBLIKASI	5
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	6
ABSTRAK	7
ABSTRACT	8
PRAKATA	9
DAFTAR ISI	11
DAFTAR GAMBAR	13
DAFTAR TABEL	14
DAFTAR LAMPIRAN	15
BAB I <u>P</u> ENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB II <u>T</u> INJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
A. Hipertensi	Error! Bookmark not defined.
B. Stres.....	Error! Bookmark not defined.
C. Tidur	Error! Bookmark not defined.
D. Kerangka Teori.....	Error! Bookmark not defined.
E. Kerangka Konsep	Error! Bookmark not defined.
F. Hipotesis Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III <u>M</u> ETODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A. Desain Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
B. Lokasi Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
C. Populasi dan Sampel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Variabel Penelitian	Error! Bookmark not defined.

E. Definisi Operasional.....	Error! Bookmark not defined.
F. Etika Penelitian	Error! Bookmark not defined.
G. Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
H. Teknik Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
I. Instrumen Atau Alat Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
J. Pengolahan Data.....	Error! Bookmark not defined.
K. Analisa Data.....	Error! Bookmark not defined.
BAB IV_HASIL DAN PEMBAHASAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Analisis Univariat.....	Error! Bookmark not defined.
B. Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
C. Keterbatasan Peneliti.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V_KESIMPULAN DAN SARAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
B. Saran.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori**Error! Bookmark not defined.**

Gambar 2. 2 Kerangka Teori**Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR TABEL

- Tabel 3. 1 Definisi Operasional..... **Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4. 1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia, jenis kelamin pada penderita hipertensi Klinik Kurnia Medika Banyubiru.....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4. 2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat stres pada penderita hipertensi di Klinik Kurnia Medika Banyubiru.....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4. 3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan kualitas tidur pada penderita hipertensi di Klinik Kurnia Medika Banyubiru.....**Error! Bookmark not defined.**
- Tabel 4. 4 Hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur pada penderita hipertensi di Klinik Kurnia Medika Banyubiru**Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan . **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 2 Surat Balasan Studi Pendahuluan...**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 3 Surat Permohonan Penelitian dan Mencari Data. **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 4 Surat Keterangan Selesai Penelitian **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 5 Surat Keterangan Ethical Clearance **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 6 Surat Keterangan Cek Plagiasi**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 7 Permohonan Menjadi Responden. **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 8 Persetujuan Keikutsertaan Penelitian **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 9 Kuesioner Penelitian (DASS-42) ...**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 10 Kuesioner Penelitian (PSQI)**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 11 Tabulasi data penelitian**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 12 Hasil Analisa Data**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 13 Dokumentasi Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 14 Lembar Konsultasi Bimbingan.....**Error! Bookmark not defined.**

