

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan
Skripsi, Februari 2026
Helen Dina Puspitasari
011221060

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN TEKANAN DARAH PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

ABSTRAK

Latar Belakang: Tekanan darah tinggi merupakan masalah kesehatan dunia dengan 1,4 miliar kasus dan prevalensi 30,8% usia ≥ 18 tahun di Indonesia. Mahasiswa tingkat akhir memiliki faktor risiko IMT, kualitas tidur, dan konsumsi kopi yang memengaruhi tekanan darah. Penelitian ini bertujuan mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan tekanan darah pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Ngudi Waluyo.

Metode: Desain penelitian *cross sectional*. Sampel berjumlah 83 mahasiswa semester 7 melalui teknik *proportional stratified random sampling*. Instrumen meliputi *sphygmomanometer* dan timbangan digital, *microtoise*, serta kuesioner PSQI (validitas 0,474–0,607; reliabilitas 0,83) dan kebiasaan konsumsi kopi (validitas $>0,361$; reliabilitas $>0,908$). Analisa data menggunakan korelasi *Spearman Rank* dan regresi logistik ordinal.

Hasil: IMT merupakan faktor yang paling berhubungan dengan tekanan darah pada mahasiswa tingkat akhir ($p=0,001$; OR= 0,006)

Simpulan: IMT normal memiliki peluang 99,4% lebih rendah mengalami peningkatan tekanan darah dibandingkan obesitas.

Saran: Mahasiswa dianjurkan menerapkan gaya hidup sehat, memperbaiki kualitas tidur, dan mengontrol konsumsi kopi guna mencegah peningkatan tekanan darah usia muda.

Kata Kunci : IMT, Kualitas Tidur, Konsumsi Kopi, Tekanan Darah

Daftar Pustaka : 55 (2020-2025)

Ngudi Waluyo University
Nursing Study Program, Faculty of Health
Thesis, February 2026
Helen Dina Puspitasari
011221060

FACTORS ASSOCIATED WITH BLOOD PRESSURE AMONG FINAL-YEAR STUDENTS OF NGUDI WALUYO UNIVERSITY

ABSTRACT

Background: High blood pressure is a global health problem with 1.4 billion cases and a prevalence of 30.8% among individuals aged ≥ 18 years in Indonesia. Final-year students have risk factors such as BMI, sleep quality, and coffee consumption that influence blood pressure. This study aimed to determine factors associated with blood pressure among final-year students at Ngudi Waluyo University.

Methods: This study used a cross-sectional design. The sample consisted of 83 seventh-semester students selected using proportional stratified random sampling. Instruments included a sphygmomanometer, digital scale, microtoise, the PSQI questionnaire (validity 0.474–0.607; reliability 0.83), and coffee consumption questionnaire (validity >0.361 ; reliability >0.908). Data were analyzed using Spearman Rank correlation and ordinal logistic regression.

Result: BMI was the most associated factor with blood pressure among final-year students ($p = 0.001$; OR = 0.006).

Conclusion: Normal BMI had a 99.4% lower likelihood of increased blood pressure compared to obesity.

Recommendation: Students are encouraged to adopt a healthy lifestyle, improve sleep quality, and control coffee consumption to prevent increased blood pressure at a young age.

Keywords : BMI, Sleep Quality, Coffee Consumption, Blood Pressure

Bibliography : 55 (2020-2025)