

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN PENINGKATAN TEKANAN
DARAH PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA
HARAPAN KITA INDRALAYA**



SKRIPSI

Oleh:

RARA VIKA MAHARANI

NIM: 04021282025066

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

BAGIAN KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

2024

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN PENINGKATAN TEKANAN
DARAH PADA LANSIA DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA
HARAPAN KITA INDRALAYA**



SKRIPSI

**Diajukan sebagai persyaratan untuk memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan**

Oleh:

RARA VIKA MAHARANI

NIM: 04021282025066

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

BAGIAN KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

2024

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rara Vika Maharani

NIM : 04021282025066

Dengan sebenarnya saya menyatakan bahwa skripsi ini disusun tanpa adanya tindakan plagiarism sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya. Jika ditemukan saya melakukan tindakan *plagiarisme*, saya akan bertanggung jawab sepenuhnya dan menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Sriwijaya kepada saya.

Indralaya, Agustus 2024


RARA Vika Maharani


UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
BAGIAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

NAMA : RARA VIKA MAHARANI
NIM : 04021282025066
JUDUL : HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN
PENINGKATAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI
PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA HARAPAN KITA
INDRALAYA

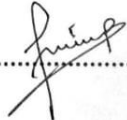
PEMBIMBING I

Jaji, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 197605142009121001


(.....)

PEMBIMBING II

Firnaliza Rizona, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198911022018032001


(.....)

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

NAMA : RARA VIKA MAHARANI
NIM : 04021282025066
**JUDUL : HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN
PENINGKATAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI
PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA HARAPAN KITA
INDRALAYA**

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya pada tanggal 25 Juli 2024 dan telah diterima guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan.

Indralaya, 25 Juli 2024


PEMBIMBING I

Jaji, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 197605142009121001


(.....)

PEMBIMBING II

Firnaliza Rizona, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198911022018032001


(.....)

PENGUJI I

Zulian Effendi, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198807072023211019

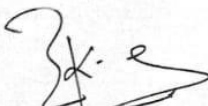

(.....)

Mengetahui,


Ketua Bagian Keperawatan

Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 197602202002122001

Koordinator Program Studi Keperawatan


Eka Yulia Fitri, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198407012008122001

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
BAGIAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**

**Skripsi, Juli 2024
Rara Vika Maharani**

**Hubungan Kualitas Tidur dengan Peningkatan Tekanan Darah pada Lansia
di Panti Sosial Tresna Werdha Harapan Kita Indralaya
xiv + 83 + 9 tabel + 2 skema + 15 lampiran**

ABSTRAK

Semakin bertambahnya usia maka semakin banyak masalah kesehatan yang muncul, salah satunya adalah hipertensi. Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah keadaan dimana tekanan darah arteri atau tekanan darah sistol lebih atau sama dengan 140 mmHg atau tekanan diastolik lebih atau sama dengan 90-99 mmHg. Hipertensi juga dapat terjadi karena kualitas tidur yang tidak baik pada lansia, sehingga hal ini dapat memudahkan para lansia mengalami kekambuhan hipertensi dikarenakan kualitas tidurnya yang buruk. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan kualitas tidur dengan peningkatan tekanan darah pada lansia. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *Cross sectional*. Populasi penelitian ini berjumlah 34 responden. Pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik *total sampling* dengan menjadikan seluruh populasi menjadi sampel penelitian yaitu sebanyak 34 responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuesioner PSQI (*Pittsburgh Sleep Quality Index*) untuk mengukur kualitas tidur, dan *sphyomanometer digital* Omron tipe HEM-7124 untuk mengukur tekanan darah. Hasil uji bivariat menggunakan uji *Exact Fisher* didapatkan *p-value* 0,031 sehingga dapat ditarik kesimpulan terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan tekanan darah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kualitas tidur yang baik didominasi oleh responden yang tekanan darahnya $\geq 140-159/90-99$ mmHg atau dikategorikan menjadi hipertensi derajat I, sedangkan kualitas tidur yang buruk didominasi oleh responden yang tekanan darahnya $\geq 160/\geq 100$ mmHg atau dikategorikan menjadi hipertensi derajat II. Saran diharapkan dapat memperhatikan waktu tidur agar kualitas tidur menjadi lebih baik untuk menghindari kekambuhan hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi, Kualitas Tidur, Lansia

Daftar Pustaka: (2006-2023)

**SRIWIJAYA UNIVERSITY
FACULTY OF MEDICINE
NURSING DEPARTMENT
NURSING STUDY PROGRAM**

***Thesis, July 2024
Rara Vika Maharani***

***The Relationship of Sleep Quality with Increased Blood Pressure in the Elderly
at Harapan Kita Indralaya Social Care Home
xiv + 83 + 9 tables + 2 schemes + 15 attachments***

ABSTRACT

The older a person gets the more health problems arise, one of which is hypertension. Hypertension or high blood pressure is a condition in which arterial or systolic blood pressure is more or equal to 140 mmHg and diastolic pressure is more or equal to 90 mmHg. Hypertension can also occur due to poor sleep quality of the elderly because it makes them experience a recurrence of hypertension more easily. The purpose of this study is to determine the relationship between sleep quality and increased blood pressure among the elderly. This is a quantitative study with a cross-sectional research design. The population of this study consisted of 14 respondents. The sample of this study was taken using a total sampling technique, so the entire population as many as 34 respondents was included as the research sample. The instruments used in this study were the PSQI (Pittsburgh Sleep Quality Index) questionnaire to measure sleep quality and an Omron digital sphygmomanometer HEM-7124 to measure blood pressure. The results of the bivariate test using Fisher's Exact test showed p-value of 0.031. so it could be concluded that there was a significant relationship between sleep quality and blood pressure. The results of this study indicated that good sleep quality was dominated by respondents whose blood pressure $\geq 140-159/90-99$ mmHg or categorized into grade 1 hypertension. In comparison, poor sleep quality was dominated by respondents whose blood pressure $\geq 160/100$ mmHg or categorized into grade II hypertension. It is suggested that the elderly pay attention to their sleep time for better sleep quality to avoid hypertension recurrence.

Key Words : Elderly, Hypertension, Sleep Quality
Bibliography : (2006-2023)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT karena berkat Rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan Kualitas Tidur dengan Peningkatan Tekanan Darah pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Harapan Kita Indralaya”. Penulis menyadari dalam penelitian skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dari berbagai pihak. Karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ibu Hikayati, S.Kep., Ners., M.Kep. selaku Ketua Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
2. Bapak Jaji, S.Kep., Ners, M.Kep. selaku pembimbing 1 dalam skripsi, yang selalu sabar membimbing, meluangkan waktunya, memberikan arahan, motivasi, saran serta masukan yang terbaik dan luar biasa dalam penyusunan laporan penelitian ini.
3. Ibu Firnaliza Rizona, S.Kep., Ners, M.Kep. selaku pembimbing II dalam skripsi, yang selalu sabar membimbing, meluangkan waktunya, memberikan arahan, motivasi, saran serta masukan yang terbaik dan luar biasa dalam penyusunan laporan penelitian ini.
4. Bapak Zulian Effendi, S.Kep., Ners., M.Kep selaku penguji yang memberikan kritik, saran, dan masukan kepada penulis dalam menyempurnakan skripsi ini.
5. Bapak, Ibu, dan Kakak tercinta, Eko Widayanto, S.Pd., Rini Dessinta, S.Pd., Bripda Riko Hijra Assidik, S.H., tiga orang yang sangat berjasa dalam hidup penulis. Terimakasih atas doa, cinta, kepercayaan dan segala bentuk yang telah diberikan, sehingga penulis merasa selalu didukung dalam keadaan

apapun, Semoga Allah SWT memberikan keberkahan di dunia serta tempat terbaik di akhirat kelak, karena telah menjadi figur keluarga terbaik bagi penulis.

6. Sahabat-sahabatku semua yang ada di Bangka (Humnah, dan Recha) maupun di Indralaya (Odillia, Diah, Kistiyana, dan Intan) yang selalu memberikan semangat, dan bantuan agar penulis tidak menyerah serta teman-teman PSIK 2020 yang selalu memberikan semangat, dan dukungan kepada penulis.
7. Pemilik NIM 04021282025055 terimakasih banyak selalu memberikan dukungan, doa, motivasi, pengertian, dan segala dukungan dalam bentuk apapun.
8. Seluruh jajaran dosen, staff administrasi Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya.
9. Seluruh Panti Sosial Tresna Werdha Harapan Kita Indralaya yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
10. *Last but not least for myself, i wanna thank me, for believing in me, for doing all this hard work, for having no days off, for never quitting, even though there has been a lot of drama, finally i did my final assignment, long story short, i survived.*

Indralaya, Januari 2024

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR SKEMA	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Konsep Lansia	9
1. Pengertian Lansia	9
2. Klasifikasi Lansia	10
3. Perubahan pada Lansia	10
4. Permasalahan pada Lansia.....	11
5. Masalah Kesehatan Lansia	12
6. Masalah fisik yang Sering Muncul pada Lansia.....	13
7. Faktor-faktor yang mempengaruhi Kesehatan pada Lansia	14
8. Tipe Lansia	14
9. Kemunduran organ Tubuh pada Lansia	15
B. Konsep Tidur	17
1. Pengertian Tidur	17
2. Fisiologi Tidur	17
3. Fungsi Tidur	18
4. Tahapan Tidur	19

5. Kualitas Tidur.....	22
6. Faktor yang mempengaruhi kualitas tidur.....	23
7. Pengukuran kualitas tidur.....	23
C. Konsep Hipertensi	24
1. Pengertian Hipertensi	24
2. Etiologi	24
3. Faktor risiko	25
4. Patofisiologi.....	28
5. Klasifikasi.....	29
6. Tanda dan gejala.....	29
7. Penatalaksanaan.....	30
8. Pemeriksaan penunjang	31
9. Komplikasi	32
D. Konsep Tekanan Darah	32
1. Definisi Tekanan Darah.....	32
2. Fisiologi tekanan darah	32
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi tekanan darah.....	33
4. Cara mengukur tekanan darah	34
5. Klasifikasi tekanan darah	35
D. Kerangka Teori.....	32
D. Penelitian Terkait.....	32
BAB III METODE PENELITIAN	39
A. Kerangka Konsep.....	39
B. Desain Penelitian.....	40
C. Hipotesis.....	40
D. Definisi Operasional.....	41
E. Populasi dan Sampel	42
F. Tempat Penelitian.....	44
G. Waktu Penelitian	44
H. Etika Penelitian.....	45
I. Alat Pengumpulan Data	47
J. Instrumen Penelitian.....	52
K. Prosedur Pengumpulan Data	53
L. Analisa Data	56

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	60
A. Hasil Penelitian	60
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	60
2. Analisis Univariat.....	60
3. Analisis Bivariat.....	62
B. Pembahasan.....	63
1. Univariat.....	63
2. Bivariat.....	69
C. Keterbatasan Penelitian.....	72
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	73
A. Kesimpulan	73
B. Saran.....	74
DAFTAR PUSTAKA	76
LAMPIRAN.....	83

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori.....	35
Skema 3.1 Kerangka Konsep	39

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi.....	29
Tabel 2.2 Klasifikasi Tekanan Darah.....	35
Tabel 2.3 Penelitian Terkait	37
Tabel 3.1 Definisi Operasional	41
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Kuesioner Kualitas Tidur	52
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin, dan Usia.....	61
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Tekanan Darah pada Lansia	61
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur pada Lansia.....	62
Tabel 4.5 Hasil Analisis Exact Fisher	62

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Persetujuan Menjadi Responden	84
Lampiran 2. Lembar Penjelasan Penelitian.....	85
Lampiran 3. Kuesioner Penelitian.....	86
Lampiran 4. Alat Ukur Tekanan Darah.....	89
Lampiran 5. Panduan <i>Sphymomanometer Digital Omron</i>	90
Lampiran 6. Surat Izin Studi Pendahuluan	94
Lampiran 7. Dokumentasi Studi Pendahuluan.....	95
Lampiran 8. Surat Izin Penelitian.....	96
Lampiran 9. Sertifikat Kelayakan Etik Penelitian.....	97
Lampiran 10. Dokumentasi Kegiatan Penelitian	98
Lampiran 11. Surat Keterangan Selesai Penelitian	99
Lampiran 12. Hasil Uji Statistik.....	100
Lampiran 13. Lembar Konsultasi.....	102
Lampiran 14. Hasil Uji Plagiarisme	106
Lampiran 15. Abstrak Lembaga Bahasa	107

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tekanan darah tinggi terkadang disebut sebagai “*silent killer*” karena dapat merusak organ vital lainnya. Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah arteri yaitu tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg, dan tekanan darah diastolic $\geq 90-99$ mmHg (Helvia, 2021). Pengukuran tekanan darah akan menghasilkan dua angka yang berbeda, angka yang tinggi diperoleh saat jantung berkontraksi (sistol), sedangkan angka yang rendah diperoleh saat jantung relaksasi (diastol) (Hasanah, 2019).

World Health Organization (WHO) memperkirakan 25% dari total penduduk Indonesia terkena dampak dari Hipertensi, Asia Tenggara sendiri saat ini berada di peringkat ketiga. Berdasarkan hasil survey kesehatan dasar, prevalensi hipertensi secara nasional sebesar 34,11%, dan prevalensi hipertensi di Sumatera Selatan sebesar 31,68% (Riskesdas, 2018), saat melakukan studi pendahuluan dari dinas kesehatan kabupaten ogan ilir, hipertensi menempati posisi pertama penyakit yang sering dijumpai karena pada tahun 2023 angka kejadian hipertensi mengalami peningkatan, karena pada tahun 2021 berjumlah 25.190 kasus, dan meningkat menjadi 29.647 kasus pada tahun 2022, berdasarkan teori berjudul “Hipertensi” milik Hasanah pada tahun 2019 menjelaskan bahwa kualitas tidur merupakan salah satu masalah visceral paling umum yang sering dikeluhkan oleh para lansia penderita tekanan darah tinggi. Hal ini bisa terjadi karena durasi tidur

yang pendek dapat menurunkan kualitas tidur dan meningkatkan tekanan darah.

Hampir setiap orang mengalami peningkatan tekanan darah seiring bertambahnya usia, dengan tekanan darah sistolik yang terus meningkat hingga usia 80 tahun dan tekanan darah diastolik yang terus meningkat hingga usia 50 hingga 60 tahun. Umumnya faktor peningkatan tekanan darah disebabkan oleh berbagai jenis masalah, seperti masalah fisik, psikis, sosial, dan keluarga (Kurniadi, 2022).

Tidur merupakan keadaan alamiah yang terjadi pada manusia dan sudah sudah menjadi sebuah kebutuhan, serotonin yang berada di otak disekresikan saat tidur dan memberikan efek menenangkan pikiran dan membuat manusia menjadi tidur. Serotonin juga dapat meningkatkan kualitas tidur dan konsentrasi, meningkatkan mood, dan mengurangi kecemasan. Kurang tidur yang berkepanjangan dapat mempengaruhi kesehatan fisik dan mental seseorang. Dari segi fisik, kurang tidur membuat mata bengkak, wajah menjadi pucat, tubuh melemah, dan daya tahan tubuh menurun sehingga membuat Anda lebih mudah terserang penyakit. Di sisi lain, dari sudut pandang psikologis, kurang tidur dapat menyebabkan perubahan mood mental, membuat tubuh lesu, memperlambat reaksi terhadap rangsangan, dan menurunkan konsentrasi. Kualitas tidur yang tidak mencukupi dapat memengaruhi daya ingat dan kemampuan kognitif. Jika hal ini dibiarkan dalam jangka waktu yang lama maka dapat mengakibatkan gangguan mental dan emosi lainnya seperti darah tinggi,

serangan jantung, stroke, dan depresi sehingga meningkatkan risiko tertular penyakit lainnya (Kurniadi 2022).

Kualitas tidur adalah salah satu masalah internal yang paling umum, biasanya sering dikeluhkan oleh para lanjut usia yang menderita tekanan darah tinggi, hal ini mungkin disebabkan oleh durasi tidur yang pendek sehingga dapat menyebabkan kualitas tidur yang buruk. Gangguan pada kualitas tidur memiliki potensi yang berhubungan dengan kondisi tekanan darah. Oleh karena itu, sangat penting menjaga dan memajemen kualitas tidur seseorang, pada manusia yang sudah memasuki fase lanjut usia, kualitas tidur yang buruk dapat menyebabkan tekanan darah tinggi, kualitas tidur yang buruk dapat menyebabkan penyempitan lumen, pengerasan dinding pembuluh darah yang elastisitasnya menurun, sehingga meningkatkan kemungkinan kambuhnya hipertensi (Hasanah, 2019).

Durasi tidur yang singkat atau kualitas tidur yang buruk dapat meningkatkan tekanan darah. Pasalnya, pada lansia, hormon pengatur tekanan darah tidak berfungsi secara maksimal sehingga menyebabkan kesulitan untuk tidur dan mengakibatkan hiperaktivitas system saraf sehingga berdampak pada system seluruh tubuh, termasuk jantung dan pembuluh darah. Selain meningkatkan rata-rata tekanan darah dan detak jantung, durasi tidur yang singkat juga dapat meningkatkan aktivitas system saraf simpatis, yang merangsang stress fisik dan psikososial dan pada akhirnya dapat meningkatkan hipertensi (Helvia, dkk, 2021)

Peneliti melakukan studi pendahuluan di Panti Sosial Tresna Werdha Harapan Kita Indralaya yang merupakan salah satu Panti Jompo

milik pemerintah yang berada di bawah naungan Departemen Sosial Tingkat Satu Sumatera Selatan. Alasan peneliti memilih panti sosial tresna werdha harapan kita indralaya adalah karena panti sosial tersebut sesuai dengan objek penelitian yang peneliti ambil, Panti Sosial Tresna Werdha Harapan Kita Indralaya ini juga sebelumnya belum pernah dilakukan penelitian mengenai adakah hubungan kualitas tidur dengan peningkatan tekanan darah pada lansia sehingga saya tertarik menjadikan panti sebagai tempat penelitian. Berdasarkan dari data Panti Sosial Harapan kita Indralaya jumlah penghuni dari juni sampai dengan agustus 2023 yaitu sebanyak 76 orang. Berdasarkan studi pendahuluan yang sudah peneliti lakukan di Panti Sosial Tresna Werdha Harapan Kita di Indralaya, dengan mengukur tekanan darah dan observasi yang dilakukan oleh peneliti terhadap lansia. Alasan saya memilih lansia sebagai objek penelitian saya karena berdasarkan teori yang saya baca dari jurnal kurniadi tahun 2022 yang berjudul kualitas tidur dengan peningkatan tekanan darah pada lansia menjelaskan bahwa tekanan darah dalam kehidupan seseorang itu bervariasi secara alami seiring dengan bertambahnya usia, tekanan sistolik akan terus meningkat sampai usia 80 tahun dan tekanan diastolik akan terus meningkat sampai usia 55-60 tahun, dan berdasarkan buku kusumo tahun 2020 yang berjudul lansia semakin bertambahnya usia maka tubuh akan menjadi rentan mengalami gangguan kesehatan dikarenakan menurunnya fungsi organ tubuh, kusumo menyebutkan beberapa masalah kesehatan yang sering muncul pada lansia, salah satunya adalah hipertensi kemudian pada jurnal yang ditulis oleh bandiyah pada tahun 2013 yang berjudul lanjut usia dan keperawatan

gerontik mencantumkan beberapa masalah fisik sehari-hari yang sering ditemukan pada lansia salah satunya adalah gangguan tidur (sulit tidur), di Panti Sosial Tresna Werdha Harapan Kita Indralaya sendiri ada 76 lansia yang menetap di panti tersebut, didapatkan bahwa sebanyak 34 orang lansia menderita Hipertensi, berdasarkan hasil dari studi pendahuluan, pada wawancara yang saya lakukan di panti sosial tresna werdha harapan kita indralaya kepada 10 orang lansia yang menderita hipertensi didapatkan bahwa 6 dari 10 lansia mengeluhkan tidurnya tak nyenyak, sering terbangun, dan tidak bisa tidur karena merasakan sakit di kepalanya. sehingga saya tertarik untuk melakukan penelitian dan mencari tahu mengenai hubungan antara kualitas tidur dengan peningkatan tekanan darah yang diderita para lansia tersebut, dari wawancara dengan petugas di Panti Sosial Tresna Werdha Harapan Kita di Indralaya memberikan keterangan bahwa untuk mengatasi hipertensi pada lansia diberikan terapi farmakologi dengan memberikan obat Amlodipin dan Candesartan, sedangkan untuk lansia yang mengalami gangguan tidur belum ada penanganan secara khusus terkait terapi nonfarmakologi untuk mengatasi gangguan tidur pada lansia dengan Hipertensi yang ada di panti sosial tresna werdha harapan kita di indralaya.

B. Rumusan Masalah

Hipertensi menjadi masalah yang kerap dirasakan oleh lansia sehingga berdampak pada kualitas tidurnya. Tidur yang tidak berkualitas dianggap sebagai salah satu faktor yang dapat meningkatkan tekanan darah pada lansia. Berdasarkan hal tersebut, maka rumusan masalah pada

penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan kualitas tidur dengan peningkatan tekanan darah pada lansia?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk menjelaskan apakah terdapat Hubungan antara kualitas tidur terhadap tekanan darah pada lansia

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui distribusi frekuensi karakteristik jenis kelamin, dan usia pada lansia
- b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi kualitas tidur pada lansia
- c. Untuk mengetahui distribusi frekuensi tekanan darah pada lansia
- d. Untuk mengetahui adakah hubungan kualitas tidur dengan peningkatan tekanan darah pada lansia

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan wawasan bagi pembaca mengenai kualitas tidur, peningkatan tekanan darah atau hipertensi, serta mengetahui hubungan antara kualitas tidur sebagai salah satu faktor penyebab meningkatnya tekanan darah pada lansia.

2. Manfaat Praktis

a. Profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu perawat memberikan asuhan keperawatan secara menyeluruh baik fisik,

sosial, psikologis, maupun spiritual kepada pasien hipertensi. Selain itu, hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar dalam mengembangkan intervensi keperawatan khususnya agar dapat memperoleh edukasi dan informasi mengenai pentingnya kualitas tidur kaitannya dengan tekanan darah pada penderita hipertensi.

b. Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai hubungan antara kualitas tidur dengan tekanan darah pada lansia, dan menjadi bahan masukan informasi untuk kepentingan pendidikan dan tambahan kepustakaan.

c. Peneliti selanjutnya

Hasil peneliti diharapkan dapat menjadi bahan referensi dan acuan untuk peneliti selanjutnya agar dapat meneliti lebih dalam tentang hubungan kualitas tidur dengan peningkatan tekanan darah pada lansia,

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini merupakan bagian dari keperawatan komunitas yang bertujuan untuk memperjelas hubungan antara kualitas tidur dan peningkatan tekanan darah pada orang lanjut usia. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross-sectional*. Populasi penelitian ini adalah lansia penderita hipertensi di Panti Sosial Tresna Werda Harapan Kita Indralaya., pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan metode *non probability sampling* menggunakan teknik *total sampling*. Pengumpulan data untuk menentukan kualitas tidur

menggunakan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)*, untuk hipertensi yang dilihat dari kondisi tekanan darah yang dilakukan pengukuran tekanan darah dengan menggunakan *sphygmomanometer* merk Omron HEM-7124 dan catatan medik yang diperoleh. Variabel pendukung lainnya dalam penelitian ini mencakup umur dan jenis kelamin dari responden yang diperoleh dari wawancara kuesioner. Uji statistic yang digunakan pada penelitian ini menggunakan uji *Exact Fisher*

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, L. (2019). Determinan Hipertensi Pada Lanjut Usia. *Jambura Health and Sport Journal*, 1(2), 82–89. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v1i2.2558>
- Agrina, A., Rini, S. S., & Hairitama, R. (2011). Kepatuhan Lansia Penderita Hipertensi Dalam Pemenuhan Diet Hipertensi. *Sorot*, 6(1), 46. <https://doi.org/10.31258/sorot.6.1.2001>
- Aguayo Torrez, M. V. (2021). *Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Kualitas Hidup Lansia*. 2(4), 1147–1152.
- Akbar, F., Darmiati, D., Arfan, F., & Putri, A. A. Z. (2021). Pelatihan dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia di Kecamatan Wonomulyo. *Jurnal Abdidas*, 2(2), 392–397. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i2.282>
- Alfi, W. N., & Yuliwar, R. (2018). The Relationship between Sleep Quality and Blood Pressure in Patients with Hypertension. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 6(1), 18. <https://doi.org/10.20473/jbe.v6i12018.18-26>
- Aniek Puspitosari, & Ninik Nurhidayah. (2022). Pengaruh Progressive Muscle Relaxation Terhadap Tingkat Hipertensi Pada Middle Adulthood Di Desa Kemiri Kecamatan Kebakkramat Kabupaten Karanganyar. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 2(2), 1–5. <https://doi.org/10.55606/jikki.v2i2.274>
- Anwar Hidayat. (2014). Tutorial Rumus Chi Square Dan Metode Hitung. *Statistikian*, 0, 1. <https://www.statistikian.com/2012/11/rumus-chi-square.html>
- Ardiani, N. K. N., & Subrata, I. M. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Yang Mengonsumsi Kopi Di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Archive of Community Health*, 8(2), 372. <https://doi.org/10.24843/ach.2021.v08.i02.p12>
- Assiddiqy, A. (2020). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Posyandu Lansia Rw Ii Puskesmas Kedungkandang Kota Malang. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6(1). <https://doi.org/10.36053/mesencephalon.v6i1.199>
- Astuti, S. I., Arso, S. P., & Wigati, P. A. (2020). Pedoman Praktek Profesi Keperawatan Komunitas Dan Keluarga. In *Analisis Standar Pelayanan Minimal Pada Instalasi Rawat Jalan di RSUD Kota Semarang*.
- Atmadja W., B. (2010). Fisiologi Tidur. *Jurnal Kedokteran Maranatha*, 1(2), 36–39. <http://majour.maranatha.edu/index.php/jurnal-kedokteran/article/view/25/pdf>
- Azhari, M. H. (2017). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Makrayu Kecamatan Ilir Barat II Palembang. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 23–30. <https://doi.org/10.30604/jika.v2i1.29>

- Bandiyah, S. (2015). Lanjut Usia dan Keperawatan Genoritik. In *Nuha Medika* (p. 1097).
- Baroroh, I., Kebidanan, A., & Ibu, H. (2021). Efektivitas Konsumsi Sule Honey Terhadap Peningkatan Produksi Asi Bagi Ibu Pekerja Yang Menggunakan Metode Pompa Asi (MPA) The Effectiveness of Sule Honey Consumption in Increasing Milk Production for Working Mothers Using Breastfeeding Pump Methods. *Jurnal Kebidanan-ISSN*, 7(1), 21–25. <https://doi.org/10.21070/midwiferia.v>
- Chasanah, N., & Supratman, S. (2018). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Di Surakarta. *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan*, 11(1), 10–18. <https://doi.org/10.23917/bik.v11i1.10586>
- Daulay, M. (2020). Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Lansia di Puskesmas Balai Pengobatan Nauli. *Global Health Science*, 5(2), 78–83. <http://jurnal.csdforum.com/index.php/GHS/article/view/ghs5306>
- Duke, C., Park, K., & Ewing, R. (2020). Chi-square. *Basic Quantitative Research Methods for Urban Planners*, 133–149. <https://doi.org/10.4324/9780429325021-8>
- Fauziah, T., Nurmayni, Putri, R., Pidia, S., & Sari, S. (2021). Hipertensi Si Pembunuh Senyap “Yuk kenali pencegahan dan penanganannya.” In *Buku Saku*.
- Fazriana, E., Rahayu, F. P., & Supriadi. (2023). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Risiko Di Puskesmas Linggar Kabupaten Bandung. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 15(2), 1–10. <https://myjurnal.poltekkes-kdi.ac.id/index.php/hijp/article/view/930>
- Fikry Hidayat, A., Zulfitri, R., & Tri Utami, G. (2022). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kondisi Tekanan Darah Pada Lansia : Literature Review. *Jurnal Bagus*, 3(01), 402–406.
- Fitri, A. A. (2013). Hubungan Kualitas Tidur Terhadap Kejadian Hipertensi. *Program Studi Pendidikan Dokter FKIK UIN Syarif Hidayatullah, Jakarta*, 1–67.
- Fitri, R. D. (2015). Diagnose Enforcement And Treatment Of High Blood Pressure. *Jurnal Kedokteran*, 4(3), 47–51. joke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/549. Diakses pada 29 Maret 2021.
- Handayani, W., Lukman, M., & Mambang Sari, C. W. (2021). Quality of Sleep Among Elderly with Hypertension at Werdha Institution in West Java Province. *Journal of Nursing Science Update (JNSU)*, 9(1), 133–142. <https://doi.org/10.21776/ub.jik.2021.009.01.17>
- Hasanah, U. (2019). Tekanan Darah Tinggi (Hipertensi). *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1), 87. <https://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/2016/10/Tekanan-Darah-Tinggi-Hipertensi.pdf>

- Hasibuan, R. K., & Hasna, J. A. (2021). Gambaran Kualitas Tidur pada Lansia dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya di Kecamatan Kayangan, Kabupaten Lombok Utara, Nusa Tenggara Barat. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 17(2), 187. <https://doi.org/10.24853/jkk.17.2.187-195>
- Helvia, G. (2021). Hubungan Kualitas Tidur dengan Derajat Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Sintuk Tahun 2021. *Jurnal Baiturrahmah Medical*, 1(2), 37–45.
- Hutagalung, N., Marni, E., & Erianti, S. (2022). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur pada Mahasiswa Tingkat Satu Program Studi Keperawatan STIKes Hang Tuah Pekanbaru. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)*, 2(1), 77–89. <https://doi.org/10.25311/jkh.vol2.iss1.535>
- Ibrahim. (2007). Asuhan Keperawatan pada Lansia dengan Hipertensi. *Idea Nursing Jurnal*, II(1), 60–70. [file:///C:/Users/user/Downloads/6360-13298-1-SM\(1\).pdf](file:///C:/Users/user/Downloads/6360-13298-1-SM(1).pdf)
- Ismed, N. (2015). Aplikasi Sensor Tekanan MPX5100DP Pada Tensimeter Digital Berbasis Mikrokontroler ATMega 8535. *Politeknik Negeri Sriwijaya*, 5–34.
- J, H., 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. <https://doi.org/10.31539/jka.v2i1.1146>
- Jaleha, B., & Amanati, S. (2023). Hubungan Kualitas Tidur terhadap Tekanan Darah. *Jurnal Fisioterapi Dan Rehabilitasi*, 7(1), 114–117. <https://doi.org/10.33660/jfrwhs.v7i1.271>
- K, Fredy Akbar, H. N., & Humaerah, U. I. (2020). Characteristics of hypertension in the elderly. *Jurnal Wawasan Kesehatan*, 5(2), 35–42.
- Kadir, A. (2018). Hubungan Patofisiologi Hipertensi dan Hipertensi Renal. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Wijaya Kusuma*, 5(1), 15. <https://doi.org/10.30742/jikw.v5i1.2>
- Karisma. (2021). Gambaran Perilaku Pasien Diabetes Melitus Pada Lansia Di Desa Baler Bale Agung Kecamat Negara Kabupaten Jembrana. *Jurnal Keperawatan Denpasar*, 1(69), 5–24. [http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/7261/4/BAB II Tinjauan Pustaka.pdf](http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id/7261/4/BAB%20II%20Tinjauan%20Pustaka.pdf)
- KEMENKES. (2021). Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/Menkes/4613/2021 Tentang Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Hipertensi Pada Anak. https://Yankes.Kemkes.Go.Id/Unduhan/Fileunduhan_1660185729_318602.Pdf, 155.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Tata Cara Mengukur Tekanan Darah*. 2.
- Kesehatan, J., & Medika, M. (2018). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Lanjut Usia Penderita Hipertensi Esensial Di Upt Rumah Pelayanan

- Sosial Lanjut Usia Budi Dharma Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 9(1). <https://doi.org/10.36569/jmm.v9i1.21>
- Khadijah, S., Bachtiar, F., Prabowo, E., & Purnamadyawati, P. (2023). Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Lansia. *Indonesian Journal of Health Development*, 5(1), 24–29. <https://doi.org/10.52021/ijhd.v5i1.114>
- Kiik, S. M., Sahar, J., & Permatasari, H. (2018). Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (Lansia) Di Kota Depok Dengan Latihan Keseimbangan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 21(2), 109–116. <https://doi.org/10.7454/jki.v21i2.584>
- Kurniadi, K. (2022). Hubungan Kualitas Tidur dengan Peningkatan Tekanan Darah pada Lansia. *Jurnal Surya Medika*, 7(2), 67–71. <https://doi.org/10.33084/jsm.v7i2.3206>
- Kusumo, M. P. (2020). Buku Lansia. *Buku Lansia*, June, 64. <https://id1lib.org/book/17513624/1d56ea>
- Leba, I. P. R. P. (2020). Literature Review Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Lansia. *Professional Health Journal*, 4(2sp), 166–177. <https://repository.stikvinc.ac.id/id/eprint/154/>
- Lisiswanti, R., Rodiani, Saputra, O., Sari, M., & Zafirah, N. (2019). Hubungan Antara Kualitas Tidur Terhadap Hasil Belajar Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *J Agromedicine*, 6(1), 68–71. <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/agro/article/view/2253>
- Lutfifadilah, A. (2021). Penerapan Pijat Bayi Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Bayi Pada By. H Di Pmb Nurhidayah Merbau Mataram Lampung Selatan. *Poltekkes Tanjungkarang*, 1, 1–22. <http://repository.poltekkes-tjk.ac.id/id/eprint/599>
- Made, N., Sukmawati, H., Gede, I., & Putra, S. W. (2019). Reabilitas kuesioner pittsburgh sleep quality index (PSQI) versi bahasa indonesia dalam mengukur kualitas tidur lansia. *Jurnal Lingkungan & Pembangunan*, 3(2), 30–38.
- Maita, L., Nurlisis, N., & Pitriani, R. (2013). Karakteristik Wanita dengan Keluhan Masa Menopause di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 2(3), 128–131. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol2.iss3.59>
- Maring, F. N. A., Purnawan, S., & Ndun, H. J. N. (2022). Faktor Risiko Kejadian Hipertensi Pada Wanita Usia Subur Di Wilayah Kerja Puskemas Naibonat. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 1(1), 19–26. <https://doi.org/10.55606/jurrikes.v1i1.187>
- Marliani, N. K. (2021). Gambaran Tingkat Kemandirian Pada Lansia Di Banjar Telaga Desa Sibetan Kecamatan Bebandem Kabupaten Karangasem Tahun 2021. *Repository Poltekkes Denpasar*, 2013–2015.

- Meliza, N., & Hikmah, N. (2020). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. In *Chmk Nursing Scientific Journal* (Vol. 4, Issue 1).
- Muhammad Yunus, I Wayan Chandra Aditya, D. R. E. (2021). Hubungan Usia dan Jenis Kelamin dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Haji Pemanggilan Kecamatan Anak Tuha Kabupaten Lampung Tengah. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 8(3), 229–239. https://journals.ekb.eg/article_243701_6d52e3f13ad637c3028353d08aac9c57.pdf
- Nainggolan, (2023). (2023). Perubahan Fisik Dan Tingkat Kecemasan Fisik Pada Wanita Perimenopause. *STIK Bina Husada Palembang*, 8, 109–120.
- Nindy Elliana Benly, Rosminah Mansyarif, Wa Ode Siti Asma, Sartina, S., Wa Ode Sitti Fidia Husuni, Andi Sri Hastuti, Nuraisyah Bahar, Ayu Anggraini, & Sutriawati, S. (2022). Pelayanan Pemeriksaan Kesehatan Gratis Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Batalaiworu. *J-ABDI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(12), 3495–3502. <https://doi.org/10.53625/jabdi.v1i12.3449>
- Nofalia, I., & Nurhadi. (2018). *Modul Pembelajaran Keperawatan Komunitas I*. 1–142. file:///C:/Users/Jo/Downloads/Documents/Keperawatan Komunitas I.pdf
- Nugraheni, A. (2019). Pengaruh Senam Hipertensi terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Kelompok PROLANIS Wilayah Kerja Puskesmas Sukorejo. *Gastronomía Ecuatoriana y Turismo Local.*, 1(69), 5–24. <http://eprints.umpo.ac.id/5410/>
- Nuraini, B. (2015). Risk Factors of Hypertension. *J Majority*, 4(5), 10–19.
- Pebrisiana, P., Tambunan, L. N., & Baringbing, E. P. (2022). Hubungan Karakteristik dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien Rawat Jalan di RSUD Dr. Doris Sylvanus Provinsi Kalimantan Tengah. *Jurnal Surya Medika*, 8(3), 176–186. <https://doi.org/10.33084/jsm.v8i3.4511>
- Prodi, H. Y., Masyarakat, K., Kesehatan, I., & Yogyakarta, U. R. (2019). Pendekatan Multidisiplin Ilmu Dalam Manajemen Bencana Differences In Blood Pressure Examination Using Mercury Sphygmomanometer And Digital Tensimeter. *Universitas Respati Yogyakarta*, 1(1), 1–15.
- Putri, D. A. (2019). Status Psikososial Lansia Di Pstw Abiyoso Pakem Sleman Yogyakarta Tahun 2019. *Poltekkes Joga*, 53(9), 1689–1699.
- R.A kuswardhani Tuty. (2006). Penatalaksanaan Hipertensi pada Lanjut Usia RSUP Sanglah Denpasar. *Penatalaksanaan Hipertensi Pada Lanjut Usia*, 7(Jnc Vi), 135–140.
- Rahma Reza, R., Berawi, K., Karima, N., Budiarto, A., Tidur dalam Manajemen Kesehatan, F., Fakultas Kedokteran, M., Lampung, U., Biomedik, B., Fakultas Kedokteran, F., Psikologi, F., & Jenderal Achmad Yani, U. (2019). Fungsi Tidur dalam Manajemen Kesehatan Sleep Function in Health

- Management. *Medical Journal Of Lampung University*, 8(2), 247–253.
- Rakhmawati, S., Chasani, S., & SANTOSO, S. (2013). Hubungan Antara Derajat Hipertensi Pada Pasien Usia Lanjut Dengan Komplikasi Organ Target Di Rsup Dokter Kariadi Semarang Periode 2008–2012. (*Doctoral Dissertation, Faculty of Medicine University Diponegoro*)., 6(40), 16–17.
- Riamah. (2019). Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Hipertensi Pada Lansia Di UPT PTSW Khusnul Khotimah. *Menara Ilmu*, 13(5), 106–113.
- Rumaenda, W., Wilandari, Y., & Safitri, D. (2016). Studi Kasus UPT Puskesmas Ponjong I, Gunungkidul. *Jurnal Gaussian*, 5(2), 299–309. <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/gaussian>
- Rusdiana, Maria, & A. A. (2019). *Hubungan Kualitas Tidur dengan Peningkatan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Guntung Payung*.
- Ryan, Cooper, & Tauer. (2013). Tinjauan Pustakan Konsep Dasar Teori Kualitas Tidur. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 12–26.
- Sakinah, P. R., Kosasih, C. E., Sari, E. A., Keperawatan, F., Padjadjaran, U., Sxusrvlyh, K., Whfkqltxh, V., Uvhvdufk, W., & Dw, D. (2018). *Gambaran Kualitas Tidur pada Penderita Hipertensi Quality of Sleep Among Hypertension Patients. XIII(2)*, 46–52.
- Sambeka, R., Kalesaran, A. F. C., & Asrifuddin, A. (2018). Hubungan kualitas tidur dengan hipertensi pada lansia di Desa Tambun Kecamatan Likupang Barat tahun 2018. *Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*, 7(3), 9. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/eclinic/article/viewFile/3309/2853>
- Saraswati, M. A. P., Saraswati, P. A. S., Adiatmika, I. P. G., & Sundari, L. P. R. (2020). Hubungan Kualitas Tidur Terhadap Tekanan Darah Pada Wanita Lansia Di Denpasar Timur. *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*, 8(1), 44. <https://doi.org/10.24843/mifi.2020.v08.i01.p10>
- Sari, A. P., Wahyuni, E. D., Program, M., Pendidikan, S., Keperawatan, F., Airlangga, U., Pengajar, S., Keperawatan, F., & Airlangga, U. (2019). Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Melalui Therapeutical Gardening Di Upt Pslu Magetan. *Critical Medical and Surgical Nursing Journal*, 3(1), 1–10.
- Sastrini, Y. E. (2020). Gambaran Tingkat Tekanan Darah Pada Kelompok Usia Lanjut St. Monika Di Samarinda. *Jurnal Keperawatan Dirgahayu (JKD)*, 2(1), 36–41. <https://doi.org/10.52841/jkd.v2i1.136>
- Silvi Puspa Widya Lubis, Syarifah Rahmiza Muzana, Samsuar, Hasanah, Fauzan Akmal Akhairi, Muhammad Fadli, S. I. (2023). Pemeriksaan Tekanan Darah dan Edukasi Tentang Hipertensi Pada Warga Gampong Lambunot. *Eastasouth Journal of Effective Community Services*, 1(03), 84–90. <https://doi.org/10.58812/ejecs.v1i02.98>

- Septianawati, P., Mustikawati, I. F., Kusuma, I. R., & Maulana, A. M. (2022). Karakteristik Lansia dan Kejadian Depresi di Panti Pelayanan Sosial Lanjut Usia (PPSLU) Sodagaran Banyumas. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*, 3(2), 36. <https://doi.org/10.24853/mujg.3.2.36-45>
- Siwi, A. S., & Susanto, A. (2020). Jurnal of Bionursing Analisis Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kejadian Hipertensi. *Jurnal of Bionursing*, 3(2), 164–166.
- Susilo, R. D. (2017). Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Mahasiwa Semester VIII Program Studi Keperawatan Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun. *Skripsi*, 1–112. <file:///C:/Users/Jo/Downloads/Documents/SKRIPSI RATIH.pdf>
- Syamsu, R. F., Nuryanti, S., Semme, M. Y., Kedokteran, F., Indonesia, U. M., Farmasi, F., Indonesia, U. M., Kedokteran, F., Indonesia, U. M., & Info, A. (2021). *untuk mengembangkan penyakit . Faktor risiko terjadinya hipertensi dapat dikelompokkan*. 07(2), 64–74.
- Wicaksono, H., Puspita, S., & Puspita, H. (2016). Hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah pada lansia di posyandu lansia. *Jurnal Keperawatan*, 2(1), 24–36. <http://e-journal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/jk/article/view/82>
- Wicaksono, S. (2019). Angka Kejadian Peningkatan Tekanan Darah (Hipertensi) Pada Lansia Di Dusun 1 Desa Kembangseri Kecamatan Talang Empat Bengkulu Tengah Tahun 2015. *Jurnal Kedokteran Raflesia*, 5(1), 1–6. <https://doi.org/10.33369/juke.v5i1.8765>
- Yeni, Etrawati, F., & Utama, F. (2021). Tekanan Darah Tinggi terhadap Kualitas Hidup Kelompok Pra Lansia. *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 5(3), 227–238.
- Yogi, M. (2019). Laporan Penelitian Hipertensi. *Laporan Penelitian Hipertensi*, 1102005092, 18. https://simdos.unud.ac.id/uploads/file_penelitian_1_dir/3f252a705ddbef7abf69a6a9ec69b2fd.pdf
- Yuswatiningsih, E., & Suhariati, H. I. (2021). Hubungan tingkat pendidikan dengan kemandirian lansia dalam memenuhi kebutuhan sehari hari. *Hospital Majapahit*, 13(1), 61–70.
- Zuhdi, M., Kosim, K., Ardhuha, J., Wahyudi, W., & Taufik, M. (2020). Keunggulan Pengukuran Tekanan Darah Menggunakan Tensimeter Digital Dibandingkan dengan Tensimeter Spring dan Tensimeter Raksa. *Jurnal Penelitian Dan Pembelajaran Fisika Indonesia*, 2(2), 4–7. <https://doi.org/10.29303/jppfi.v2i2.58>