

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS  
TIDUR LANSIA HIPERTENSI  
DI AREA *RURAL***

**SKRIPSI**



**Oleh:**

**Tuswidah**

**NIM 22102375**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
2024**

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi yang berjudul *Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Silo 1 Kabupaten Jember* telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada:

Nama : Tuswidah

NIM : 22102375

Hari, Tanggal : Senin 15 Juli 2024

Program Studi : Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr.  
Soebandi

Ketua Penguji



Feri Ekaprasetya S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0722019201


Penguji II



Irwina Angelia S., S. Kep. Ns., M. Kep

NIDN. 0709099005

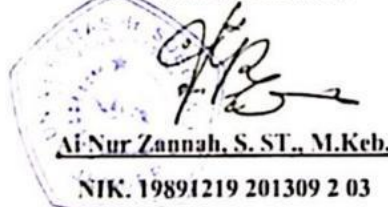
Penguji III



Achmad Ali B., S.Kep., Ns., M. Kep., Sp.Kom

NIDN. 8965340022

Mengesahkan  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas dr. Soebandi



Ai Nur Zannah, S. ST., M.Keb.  
NIK. 19891219 201309 2 03

# HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR LANSIA HIPERTENSI DI AREA RURAL

## THE RELATIONSHIP OF STRESS LEVEL WITH THE SLEEP QUALITY OF HYPERTENSIVE ELDERLY IN RURAL AREAS

Tuswidah<sup>1</sup>, Irwina Angelia Silvanasari<sup>2</sup>, Achmad Ali Basri<sup>3</sup>

Ilmu Keperawatan, Ilmu Kesehatan, Universitas dr Soebandi, [tuswidah.27@gmail.com](mailto:tuswidah.27@gmail.com)

Ilmu Keperawatan, Ilmu Kesehatan, Universitas dr Soebandi, [irwinaangelia@uds.ac.id](mailto:irwinaangelia@uds.ac.id)

Ilmu Keperawatan, Ilmu Kesehatan, Universitas dr Soebandi, [ners.achmad.ali@gmail.com](mailto:ners.achmad.ali@gmail.com)

Email Koresponden : [tuswidah.27@gmail.com](mailto:tuswidah.27@gmail.com)

Received:

Accepted:

Published:

---

### Abstrak

**Latar belakang:** Hipertensi adalah salah satu penyakit tidak menular yang di tandai dengan peningkatan tekanan darah di atas normal yaitu lebih dari 140/90 mmHg. Hipertensi yang terjadi dalam waktu yang lama dan terus menerus dapat menyebabkan masalah kesehatan lainnya seperti kualitas tidur yang buruk yang berpengaruh terhadap aspek kognitif, fisik dan kualitas hidup lansia. Lansia di area rural memiliki kualitas tidur yang buruk.

**Tujuan:** penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan tingkat stress terhadap kualitas tidur pada lansia hipertensi di area rural.

**Metode:** Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain korelasi yang menggunakan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah lansia posyandu silo 1 jember yaitu sebanyak 86 responden, dengan metode sampling *cluster sampling*. Analisis bivariat menggunakan uji *spearman rank*.

**Hasil:** Hal ini terlihat dari hasil uji kolerasi *Spearman Rho* diperoleh p value  $0,000 < 0,05$  dengan r hitung 0,532. Dengan demikian H1 diterima yang berarti ada Hubungan Tingkat stress dengan kualitas tidur lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Silo 1.

**Kesimpulan :** Terdapat hubungan tingkat stress dengan kualitas tidur lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Silo 1 artinya apabila tingkat stress pada lansia menurun maka akan secara spontan kualitas tidur lansia akan lebih baik.

**Kata kunci:** Tingkat stres; Kualitas tidur; Hipertensi

### Abstract

**Background:** Hypertension is a non-communicable disease which is characterized by an increase in blood pressure above normal, namely more than 140/90 mmHg. Hypertension that occurs for a long time and continuously can cause other health problems such as poor sleep quality which affects the cognitive, physical aspects and quality of life of the elderly.

**Purpose:** Elderly people in rural areas have poor sleep quality. The aim of this study was to analyze the relationship between stress levels and sleep quality in hypertensive elderly people in rural areas.

**Method:** This type of research is quantitative research with a correlation design using a cross sectional approach. The sample in this study was the elderly at Posyandu Silo 1 Jember, namely 86 respondents, using a cluster sampling method. Bivariate analysis used the Spearman rank test.

**Results:** This can be seen from the results of the Spearman Rho correlation test, which obtained a p value of  $0.000 < 0.05$ . The direction of correlation in the results of this study is positive (+). Thus,

*H1 is accepted, which means that there is a relationship between stress levels and the sleep quality of hypertensive elderly in the Silo 1 Community Health Center Working Area.*

**Conclusion:** *There is a relationship between stress levels and the sleep quality of hypertensive elderly in the Silo 1 Public Health Center Working Area, meaning that if the stress level in the elderly decreases, it will spontaneously The elderly's sleep quality will be better.*

**Key words:** *Stress level; Sleep quality; Hypertension*