

Nama : Risdalina
NIM : 1033232146
Judul Skripsi : Hubungan Kualitas Tidur, Tingkat Stres dan Obesitas dengan Hipertensi Pada Pasien di Klinik Pratama Polres Metro Jakarta Barat

ABSTRAK

Latar belakang: Hipertensi merupakan penyebab umum dalam peningkatan angka mortalitas dan morbiditas di masyarakat. Selain merupakan silent killer, prevalensi penyakit ini semakin meningkat di seluruh dunia. Prevalensi hipertensi di Indonesia adalah 29,2% Prevalensi hipertensi pada provinsi DKI Jakarta mencapai angka 33,43%, dan Jakarta Timur memiliki kasus hipertensi tertinggi (31%), diikuti Jakarta Barat (25%). Penelitian ini bertujuan untuk mengukur hubungan hipertensi dengan kualitas tidur, Tingkat stress dan obesitas. di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama.

Metode: Penelitian ini merupakan studi kuantitatif dengan menggunakan desain *cross sectional*. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 106 responden dengan pengambilan sampel menggunakan *NonProbability Sampling* yaitu teknik *Purposive Sampling*. Adapun instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner kualitas tidur (PSQI). Dan kuesioner tingkat stres (PSS-10). Uji univariat digunakan untuk menganalisis data dan uji bivariat menggunakan *Chi Square* untuk melihat hubungan antara tiap variabel.

Hasil: Berdasarkan hasil analisis bivariat menunjukkan responden yang hipertensi mengalami kualitas tidur yang buruk sebanyak 56 orang (52,8 %). Responden yang hipertensi, mengalami stres sedang sebanyak 53 orang (50%). Responden yang mengalami hipertensi, derajat 2 mengalami obesitas berat sebanyak 8 orang (80%). Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara Kualitas Tidur (P-value = 0,003), Tingkat Stres (P-value = <0,0001), Obesitas (P-value = 0,013) dengan Hipertensi.

Kesimpulan: Kualitas tidur, Tingkat stres dan Obesitas menjadi faktor risiko hipertensi. Pentingnya perawat dan tim melakukan pendekatan secara holistik dalam upaya pencegahan dan pengelolaan hipertensi dengan memperhatikan kualitas tidur, tingkat stres, dan pengelolaan berat badan

Kata kunci: Usia, jenis kelamin, hipertensi, kualitas tidur, tingkat stres dan Obesitas

Daftar Pustaka (2014-2025)

Name : Risdalina

NIM : 1033232146

Title : *The Relationship between Sleep Quality, Stress Levels and Obesity with Hypertension in Patients at the Pratama Clinic of the West Jakarta Metropolitan Police*

ABSTRACT

The background: Hypertension is a common cause of increased mortality and morbidity rates in society. In addition to being a silent killer, the prevalence of this disease is increasing throughout the world. The prevalence of hypertension in Indonesia is 29.2%. The prevalence of hypertension in DKI Jakarta province reached 33.43%, and East Jakarta has the highest cases of hypertension (31%), followed by West Jakarta (25%). This study aims to measure the relationship between hypertension and sleep quality, stress levels and obesity. at Primary Health Facilities.

Method: This study is a quantitative study using a cross-sectional design. The number of samples in this study was 106 respondents with sampling using NonProbability Sampling, namely the Purposive Sampling technique. The research instrument used a sleep quality questionnaire (PSQI). And a stress level questionnaire (PSS-10). Univariate tests were used to analyze data and bivariate tests used Chi Square to see the relationship between each variable.

Results: Based on the results of bivariate analysis, it shows that respondents with hypertension experienced poor sleep quality as many as 56 people (52.8%). Respondents with hypertension experienced moderate stress as many as 53 people (50%). Respondents with hypertension, grade 2 experienced severe obesity as many as 8 people (80%). The results of bivariate analysis showed a significant relationship between Sleep Quality ($P\text{-value} = 0.003$), Stress Level ($P\text{-value} = <0.0001$), Obesity ($P\text{-value} = 0.013$) with Hypertension.

Conclusion: Sleep quality, stress levels and obesity are risk factors for hypertension. The importance of a holistic approach in preventing and managing hypertension by paying attention to sleep quality, stress levels and weight management

Keywords: Age, gender, hypertension, sleep quality, stress level and obesity

Bibliography (2014-2025)