

Hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah pada mahasiswa Universitas Indonesia = Sleep quality and blood pressure of University Students

Erza Nur Syiva, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20473832&lokasi=lokal>

Abstrak

ABSTRAK

Mahasiswa rentan mengalami kualitas tidur yang buruk, sehingga berisiko mengalami peningkatan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara kualitas tidur dengan tekanan darah pada usia dewasa awal. Desain penelitian yang digunakan adalah analitik korelatif dengan pendekatan cross sectional yang melibatkan 213 mahasiswa yang dipilih dengan teknik consecutive sampling. Pengukuran menggunakan kuesioner Pittsburg Sleep Quality Index dan sfigmomanometer air raksa. Hasil uji Pearson menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan tekanan darah, baik tekanan sistolik $p=0,410$; $r=-0,057$ maupun tekanan diastolik $p=0,433$; $r=-0,054$. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 82,6 mahasiswa mengalami kualitas tidur buruk dan 21,11 mahasiswa mengalami peningkatan tekanan darah. Klinik kampus perlu meningkatkan edukasi dan skrining terhadap risiko penyakit kardiovaskular dan metabolik, serta penyakit lain yang dipengaruhi oleh perilaku hidup mahasiswa.

ABSTRACT

Students are susceptible to poor sleep quality, thus risking increased blood pressure. This study aims to identify the relationship between sleep quality and blood pressure in early adulthood. The research design used was correlative analytics with a cross sectional approach involving 213 students selected by consecutive sampling technique. Measurements were made using the Pittsburg Sleep Quality Index questionnaire and the mercury sphygmomanometer. Pearson test results showed no significant relationship between the quality of sleep with blood pressure, both of systolic blood pressure $p=0.410$ $r=0.057$ and diastolic blood pressure $p=0.433$ $r=0.054$. The results showed that 82.6 of students experienced poor sleep quality and 21.11 of students had elevated blood pressure. Clinical campuses need to improve education and screening for the risk of cardiovascular and metabolic diseases, as well as other diseases that are influenced by the student's behavioral behavior.