

HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN STROKE DI RUMAH SAKIT MITRA MEDIKA TANJUNG MULIA MEDAN

Putri Purnama Sari, Maya Ardilla Siregar, Hizrah Hanim Lubis

^{1,3}D3 Keperawatan, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia

² Prodi D3 Keperawatan, Universitas Tadulako, Indonesia

Email Korespondensi (^K) : mayaardilla39@gmail.com

Abstrak

Pendahuluan: Stroke adalah kelainan saraf yang ditandai dengan adanya penyumbatan pembuluh darah. Gumpalan yang terbentuk di otak dan mengganggu aliran darah, menyumbat arteri dan menyebabkan pembuluh darah pecah, menyebabkan pendarahan. Pecahnya arteri yang menuju ke otak akibat stroke mengakibatkan kematian sel-sel otak secara mendadak karena kekurangan oksigen. Tujuan: untuk mengetahui hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah pada pasien stroke di rumah sakit mitra medika tanjung mulia medan. Metode: Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode survei analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien stroke yang berada di instalasi rawat jalan berada di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Medan yang berjumlah 90 responden. Pengambilan sampel yang digunakan adalah dengan cara *purposivesampling* yaitu teknik pengambilan sampel dengan menentukan kriteria-kriteria tertentu. Hasil: Berdasarkan hasil analisa dengan menggunakan uji *Chi-Square* memperlihatkan bahwa nilai signifikan probabilitas (*Asymp.Sig*) kualitas tidur adalah 0,033 atau $< \text{nilai sig } \alpha = 0,05$. Hal ini membuktikan bahwa ada hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah pada pasien stroke di rumah sakit mitra medika tanjung mulia medan tahun 2025. Kesimpulan: Kesimpulan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa secara statistik ada hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah pada pasien stroke di rumah sakit mitra medika tanjung mulia medan tahun 2025.

Kata kunci : Kualitas Tidur, Tekanan Darah, Stroke

Abstract

*Introduction: Stroke is a neurological disorder characterized by blockage of blood vessels. Clots that form in the brain and interfere with blood flow, clog arteries and cause blood vessels to rupture, causing bleeding. The rupture of an artery leading to the brain due to a stroke results in the sudden death of brain cells due to lack of oxygen. Objective: The purpose of this study was to determine the relationship of sleep quality with blood pressure in stroke patients at Mitra Medika Tanjung Mulia Hospital Medan. Methods: The research design used in this study using analytical survey method with crosses sectional approach. The population in this study was all stroke patients who were in outpatient facilities at Mitra Medika Tanjung Mulia Hospital Medan, which amounted to 90 respondents. Sampling used is by means of purposivesampling sampling techniques by determining certain criteria. Results: Based on the results of analysis using The Chi-Square test showed a significant value of probability bahwa (*Asymp.Sig*) sleep quality is 0.033 or $< \text{SIG } \alpha \text{ value} = 0.05$. This proves that there is a relationship between sleep quality and blood pressure in stroke patients at Mitra Medika Tanjung Mulia Hospital Medan. Conclusion: there is a relationship of sleep quality with blood pressure in stroke patients at Mitra Medika Tanjung Mulia Hospital Medan in 2025.*

Keywords: Sleep Quality, Blood Pressure, Stroke

PENDAHULUAN

Penyakit stroke merupakan penyakit yang berbahaya dan bisa menyebabkan kematian, penyakit ini bisa menyerang siapa saja, terkadang penyakit ini bisa juga datang secara tiba-tiba tanpa disadari. Menurut *World Health Organisation* (WHO), stroke merupakan suatu tanda klinis yang berkembang cepat akibat gangguan otot fokal (atau global) dengan gejala-gejala yang berlangsung selama 24 jam atau lebih dan dapat menyebabkan kematian tanpa adanya penyebab lain yang jelas selain vaskuler.(1)

Stroke terjadi apabila pembuluh darah otak mengalami penyumbatan atau pecah yang mengakibatkan sebagian otak tidak mendapatkan masukan darah yang membawa oksigen yang diperlukan sehingga mengalami kematian sel/jaringan (Kemenkes RI, 2019).(2)

Menurut data statistik terbaru dari *World Stroke Organization* (WSO), ada lebih dari 12,2 juta kasus baru stroke setiap tahunnya, dan lebih dari 101 juta orang dengan kondisi stroke. Data tersebut juga menunjukkan bahwa sekitar 6,5 juta orang meninggal setiap tahunnya akibat stroke serta lebih dari 143 juta orang yang menderita kecacatan terkait dengan stroke. Penderita stroke di negara berkembang lebih banyak dengan total 0,7 dari seluruh penduduk di dunia dan 0,8 penduduk mengalami kematian akibat stroke. Kematian mendadak akibat stroke terjadi karena penyumbatan atau pecahnya pembuluh darah yang menuju otak.(3)

Data hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018, 10,9% dari seluruh penduduk Indonesia, atau sekitar 2.120.362 orang berisiko terkena stroke. Provinsi dengan faktor risiko tertinggi untuk stroke adalah Kalimantan Timur dengan 14,7% faktor risiko, dan provinsi dengan risiko terendah adalah Papua dengan 4,1% faktor risiko. Dengan faktor risiko 7,8%, provinsi Aceh memiliki tingkat stroke tertinggi ke-28 di Indonesia.(3)

Secara nasional prevalensi stroke di Indonesia pada tahun 2018 sebesar 10,9 per mil meningkat dibandingkan tahun 2013 sebesar 7 per mil. Provinsi Kalimantan Timur (14,7%) dan di Yogyakarta (14,6%) merupakan provinsi dengan prevalensi tertinggi stroke di Indonesia. Sementara itu, pada provinsi Sumatera Utara (9,3%) dan prevalensi terendah pada provinsi Papua (4,1%) (Riskesdas, 2018).(4)

Di Indonesia kasus stroke menempati urutan kedua penyebab kematian, data yang dihimpun Riskesdas (2018), menunjukkan angka kejadian stroke semakin bertambah dari 7% menjadi 10.9 per 1.000 penduduk Indonesia.(5)

Prevalensi stroke di Sumatera Utara pada tahun 2018 mengalami peningkatan mulaidari (7,2%) menjadi (10,7%).Pengendalian stroke di Indonesia rutin (38%) kadang-kadang (80%).Dari hasil observasi ditemukan bahwa penderita stroke tidak dapat melakukan aktivitas secara mandiri.Oleh sebab itu,segala aktivitas seperti makan, minum, mandi, serta berpakaian harus dibantu oleh keluarga.(6)

Berdasarkan data survei awal,didapatkan data dari rekam medik,jumlah populasi pasien stroke Dirumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Medan Tahun 2024 berjumlah 929 pasien. Dan hasil wawancara didapatkan data bahwa 2 dari 5 pasien stroke mengalami kualitas tidur yang buruk.Pasien mengatakan bahwa kualitas tidurnya buruk dikarenakan kesulitan dalam memulai tidur,sering terbangun di malam hari dikarenakan suhu ruangan yang panas, lampu yang tidak dimatikan, dan juga karena pasien mengalami mimpi buruk.

Berdasarkan hasil penelitian oleh Rifka Novita Sari Tahun 2024,gangguan tidur pada pasien stroke dapat mempengaruhi prosespenyembuhan, pemulihan, dan prognosis keseluruhan pasien. Gangguan tidur pada pasien stroke juga dapat mempengaruhi kualitas hidup pasien secara keseluruhan. Kualitas tidur yang buruk dapat menyebabkan kelelahan,gangguan konsentrasi,dan penurunan energi, yang semuanya dapat memengaruhi aktivitas sehari-hari dan interaksi sosial pasien.(7)

Gangguan tidur atau kualitas tidur yang buruk dapat mempengaruhi tekanan darah pada pasien.Tekanan darah adalah faktor risiko yang dapat dimodifikasi dan termasuk dalam faktor risiko mayor.Peningkatan tekanan darah juga termasuk faktor risiko yang dapat dimodifikasi dan hal itu berarti dapat dicegah atau dilakukan penatalaksanaannya. Prevalensi penduduk dengan tekanan darah tinggi secara nasional sebesar 30.9%.Prevalensi perkotaan sedikit lebih tinggi (31.7%) dibandingkan dengan pedesaan (30.2%) dan laki-laki memiliki prevalensi lebih tinggi daripada perempuan.(5)

Tekanan darah yang tinggi juga dapat memberikan dampak negatif pada pasien, salah satunya adalah meningkatkan risiko penyakit pada sistem kardiovaskular. Peningkatan tekanan darah systole lebih dari 20 mmHg dan tekanan darah

diastole lebih dari 10 mmHg mampu memicu kejadian penyakit jantung iskemik dan stroke (Miftahul, 2019).(8)

Kualitas tidur adalah salah satu faktor yang dapat memengaruhi tekanan darah. Kualitas tidur merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia dimana manusia membutuhkan tidur setiap harinya sebagai suatu kebutuhan. Manusia mengalami keadaan pasif dan keadaan dorman dari kehidupan pada saat tidur (Martini, 2018).(9)

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah pada pasien stroke di rumah sakit mitra medika tanjung mulia medan”.

METODE

Desain penelitian merupakan survei analitik dengan desain *crosssectional*. Penelitian ini dilakukan di ruang poli saraf rawat jalan lantai 2 di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Medan, dilaksanakan pada tanggal 10 maret-27 maret 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien stroke yang di rawat jalan di ruang poli saraf lantai 2 Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Medan sebanyak 929 pasien. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan cara *purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dengan menentukan kriteria-kriteria tertentu.

HASIL

Tabel 1 Distribusi Frekuensi karakteristik responden

Karakteristik	Jumlah persentase	
	f	%
Jenis kelamin		
Laki-laki	39	43.3
Perempuan	51	56.7
Usia		
36-45 tahun	8	8.9
46-55 tahun	23	25.6
56-65 tahun	25	27.8
65-sampai ke atas	34	37.8
Pendidikan		
SD	41	45.6
SMP	28	31.1
SMA	16	17.8

Perguruan Tinggi	5	5.6
Pekerjaan		
Buruh	1	1.1
Swasta	4	4.4
Pns	3	3.3
Wiraswasta	17	18.9
Lainnya	65	72.2
Total	90	100.0

Berdasarkan Table 1 diatas menunjukan bahwa dari 90 responden berdasarkan kategori jenis kelamin, laki-laki dengan jumlah 39 responden (43,3%), dan perempuan dengan jumlah 51 responden (56,7%). Karakteristik responden berdasarkan usia 36-45 tahun sebanyak 8 responden (8,9%), karakteristik responden berdasarkan usia 46-55 tahun sebanyak 23 responden (25,6%), sedangkan karakteristik responden berdasarkan usia 56-65 tahun sebanyak 25 responden (27,8%), dan responden berdasarkan usia 65-sampai keatas sebanyak 34 responden (37,8%). Karakteristik responden berdasarkan pendidikan SD sebanyak 41 responden (45,6%), karakteristik responden berdasarkan pendidikan SMP sebanyak 28 responden (31,1%), karakteristik responden berdasarkan pendidikan SMA sebanyak 16 responden (17,8%), dan responden dengan pendidikan Perguruan Tinggi sebanyak 5 responden (5,6%). Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan buruh sebanyak 1 responden (1,1%), berdasarkan pekerjaan swasta sebanyak 4 responden (4,4%), karakteristik responden berdasarkan pekerjaan pns sebanyak 3 responden (3,3%), karakteristik responden berdasarkan pekerjaan wiraswasta sebanyak 17 responden (18,9%), dan karakteristik responden berdasarkan pekerjaan lainnya sebanyak 65 responden (72,2%).

Tabel 2 Tabulasi Silang Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Stroke Di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Medan Tahun 2025.

Kualitas Tidur	Tekanan Darah										value
	N		PH		H I		H II		Jumlah		
	f	%	F	%	f	%	f	%	f%		
Baik	1	1,1	6	6,7	2	2,2	1	1,1	10	11,1	0,033
Buruk	7	7,8	44	48,9	29	32,2	0	0,0	80	88,9	
Total	8	8,9	50	55,6	31	34,4	1	1,1	90	100,0	

Berdasarkan tabel 2 tabulasi silang antara kualitas tidur dengan tekanan darah tersebut diatas, diketahui bahwa dari jumlah 90 responden (100%), yang mengalami tekanan darah normal sebanyak 1 responden (1,1%) dengan kualitas tidur baik, yang mengalami tekanan darah pre-hipertensi sebanyak 6 responden (6,7%) dengan kualitas tidur baik, yang mengalami tekanan darah hipertensi I sebanyak 2 responden (2,2%) dengan kualitas tidur baik, yang mengalami hipertensi II sebanyak 1 responden (1,1%) dengan kualitas tidur baik, yang mengalami tekanan darah normal sebanyak 7 responden (7,8%) dengan kualitas tidur buruk, yang mengalami tekanan darah pre-hipertensi sebanyak 44 responden (48,9%) dengan kualitas tidur buruk, yang mengalami tekanan darah hipertensi I sebanyak 29 responden (32,2%) dengan kualitas tidur buruk, yang mengalami tekanan darah hipertensi II sebanyak 0 responden (0,0%) dengan kualitas tidur buruk.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di RSUD. Mitra Medika Tanjung Mulia Medan Tahun 2025, dengan menggunakan uji *chi-square* didapatkan nilai yang signifikan atau nilai *p-value* = 0,033 atau < nilai *sig a* = 0,05. Hal ini membuktikan bahwa kualitas tidur memiliki hubungan dengan tekanan darah di RSUD. Mitra Medika Tanjung Mulia Medan Tahun 2025.

Pembahasan

Kualitas Tidur pada Pasien Penyakit Stroke di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Medan Tahun 2025.

Dari tabel diatas dapat diketahui kualitas tidur pada pasien penyakit stroke dari 90 responden (100%), kualitas tidur baik berjumlah sebanyak 10 responden (11,1%), dan yang memiliki kualitas tidur buruk sebanyak 80 responden (88,9%).

Kualitas tidur merupakan suatu keadaan tidur yang dialami seorang individu yang menghasilkan kesegaran dan kebugaran saat terbangun. Kualitas tidur mencakup aspek kuantitatif dari tidur, seperti durasi tidur, latensi tidur serta aspek subjektif dari tidur. Kualitas tidur adalah kemampuan setiap orang untuk mempertahankan keadaan tidur dan untuk mendapatkan tahap tidur REM dan NREM yang pantas.(10)

Kualitas tidur seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor-faktor, diantaranya yaitu kondisi lingkungan, fisik, aktivitas, dan gaya hidup. Kualitas tidur

yang buruk mengakibatkan kesehatan fisiologis menurun. Secara fisiologis, kualitas tidur yang buruk dapat menyebabkan rendahnya tingkat kesehatan individu dan meningkatkan kelelahan atau mudah letih. Secara psikologis, rendahnya kualitas tidur dapat mengakibatkan ketidakstabilan emosional, kurangnya percaya diri, impulsif yang berlebihan dan kecerobohan.(11)

Kualitas tidur pada pasien stroke dapat buruk karena beberapa alasan, seperti:

1. Gangguan neurologis : Pasien stroke dapat mempengaruhi bagian otak yang mengatur tidur, sehingga mengganggu pola tidur normal.
2. Nyeri dan ketidaknyamanan : Pasien stroke mungkin mengalami nyeri, kekakuan, atau ketidaknyamanan yang dapat mengganggu tidurnya.
3. Gangguan pernapasan : Pasien stroke dapat meningkatkan risiko gangguan pernapasan selama tidur, seperti sleep apnea (berhentinya pernapasan secara berulang-ulang selama tidur).
4. Perubahan gaya hidup : Pasien stroke dapat mempengaruhi gaya hidup pasien, termasuk aktivitas fisik dan rutinitas harian, yang dapat mempengaruhi kualitas tidur.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Anis Ika Rohmah, dari 84 responden (100%), terdapat 69 responden (82.1%) memiliki kualitas tidur buruk, hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki kualitas tidur buruk pada pasien penyakit stroke.

Peneliti ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Dimas Tegar Rika Prasetya diketahui dari 48 responden (100%) terdapat 13 responden (27,1%) yang memiliki kualitas tidur baik pada pasien penyakit stroke.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Lisa Nur Hanifa, Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif. Populasi penelitian adalah pasien stroke yang dirawat inap di RSUP Dr. Mohammad Hoesin Palembang. Sampel penelitian ini dipilih menggunakan teknik non-probability sampling jenis purposive sampling terdiri dari 30 responden. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner PSQI (*Pittsburgh Sleep Quality Index*) yang sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitasnya oleh peneliti. Diketahui bahwa yang memiliki kualitas tidur buruk pada pasien penyakit stroke berjumlah 30 responden (100%).

Menurut asumsi peneliti, umumnya kualitas tidur akan terus menurun seiring dengan bertambahnya usia karena adanya penurunan produksi dari melatonin. Karena melatonin merupakan hormon yang bertugas untuk mengatur siklus dari tidur seseorang sehingga memang sangat berpengaruh terhadap latensi tidur. Dalam penelitian ini terdapat 80 responden yang memiliki kualitas tidur buruk itu dikarenakan meningkatnya usia responden, seiring bertambahnya usia produksi hormone melatonin dalam tubuh memang akan menurun secara alami. Hal tersebut dapat menyebabkan insomnia sehingga dapat mempengaruhi kualitas tidur.

Tekanan Darah Pada Pasien Penyakit Stroke di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Medan Tahun 2025

Berdasarkan Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Penyakit Stroke di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Medan Tahun 2025, berdasarkan table 4.3 di atas dapat diketahui dari 90 responden (100%), tekanan darah normal sebanyak 8 responden (8,9%), dan yang memiliki tekanan darah pre hipertensi sebanyak 50 responden (55,6%), sedangkan yang memiliki tekanan darah hipertensi I sebanyak 31 responden (34,4%), dan yang memiliki tekanan darah hipertensi II sebanyak 1 responden (1,1%).

Tekanan darah merupakan tekanan darialiran darah di dalam pembuluh nadi (arteri) yang dipompa keseluruh tubuh melalui arteri. Ketika berkonstraksi,ventrikel kiri pada jantung mendorong darah keluar dari arteri.Arteri utama kemudian mengembang untuk menerima darah yang datang.Lapisan otot arteri melawan tekanan,darah didorong keluar menuju pembuluh yang lebih kecil.Secara normal tekanan darah akan menurun ketika sedang tidur dibandingkan saat dalam keadaan sadar, hal ini dikarenakan penurunan kerja saraf simpatis pada saat tidur.(9)

Nilai tekanan darah adalah indikator untuk menilai sistem kardiovaskular bersamaan dengan pemeriksaan nadi. Pemeriksaan tekanan darah dapat diukur dengan dua metode yaitu, metode langsung,metode yang menggunakan kanula atau jarum yang dimasukan kedalam pembuluh darah yang dibungkus dengan manometer, dan yang kedua metode tidak langsung, metode yang menggunakan *sfigmomanometer*.(9)

Salah satu faktor risiko dari kejadian gangguan tekanan darah seperti tekanan darah tinggi dan tekanan darah rendah adalah kualitas tidur. Gangguan fisiologis seseorang juga dapat dipengaruhi oleh pola tidur yang kurang baik dan kualitas tidur

yang buruk (Martini, 2018). Dan ada juga faktor risiko yang dapat memengaruhi terjadinya gangguan pada tekanan darah antara lain umur, riwayat keluarga, kebiasaan merokok, kebiasaan berolahraga/aktivitas fisik, dan obesitas.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Alfi menunjukkan bahwa kurangnya waktu tidur yang terjadi dalam waktu yang panjang dapat menyebabkan gangguan pada tekanan darah (Alfi, 2018). (9)

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Zayyan Misykati Razdiq, dan Yudhisman Imran Tahun 2020 dengan judul, Hubungan antara tekanan darah dengan keparahan stroke menggunakan *National Institute Health Stroke Scale*. Metode jenis penelitian ini adalah *analitik observasional* dengan rancangan *cross sectional*. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *consecutive non random sampling* pada data rekam medik pasien stroke di Rumah Sakit Pusat Otak Nasional (RSPON), Jakarta Timur. Distribusi klasifikasi tekanan darah terbanyak adalah klasifikasi tingkat keparahan stroke menggunakan NIHSS defisit neurologis ringan yaitu sebanyak 116 responden atau (49.4%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Maulvi Agri Sadewa, menunjukkan bahwa responden dengan katetekan darah terkontrol sebanyak 50 responden (71%) sedangkan tekanan darah tidak terkontrol sebanyak 20 responden (28,6%).

Menurut asumsi peneliti, tekanan darah yang terus meningkat secara perlahan akan merusak dinding pembuluh darah dan meningkatkan tekanan pada arteri sehingga terbentuknya bekuan darah dan apabila dibiarkan tekanan darah akan dapat menyebabkan aliran pasokan oksigen terhenti dan menyebabkan stroke.

Tabulasi Silang Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah

Berdasarkan tabel 4.4 tabulasi silang antara kualitas tidur dengan tekanan darah tersebut diatas, diketahui bahwa dari jumlah 90 responden (100%), yang mengalami tekanan darah normal sebanyak 1 responden (1,1%) dengan kualitas tidur baik, yang mengalami tekanan darah pre-hipertensi sebanyak 6 responden (6,7%) dengan kualitas tidur baik, yang mengalami tekanan darah hipertensi I sebanyak 2 responden (2,2%) dengan kualitas tidur baik, yang mengalami hipertensi II sebanyak 1 responden (1,1%) dengan kualitas tidur baik, yang mengalami tekanan darah normal sebanyak 7 responden (7,8%) dengan kualitas tidur buruk, yang mengalami tekanan darah pre-hipertensi sebanyak 44 responden (48,9%) dengan kualitas tidur buruk, yang mengalami

tekanan darah hipertensi I sebanyak 29 responden (32,2%) dengan kualitas tidur buruk, yang mengalami tekanan darah hipertensi II sebanyak 0 responden (0,0%) dengan kualitas tidur buruk.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di RSUD. Mitra Medika Tanjung Mulia Medan Tahun 2025, dengan menggunakan uji *chi-square* didapatkan nilai yang signifikan atau nilai $p\text{-value} = 0,033$ atau $< \text{nilai } sig \alpha = 0,05$. Hal ini membuktikan bahwa kualitas tidur memiliki hubungan dengan tekanan darah di RSUD. Mitra Medika Tanjung Mulia Medan Tahun 2025.

Menurut penelitian Dimas Tegar Rika Prasetya, dan Dwi Kusumaningsih (2020). Terpenuhiya kebutuhan tidur yang cukup seseorang akan membantu pengembalian kondisi tubuh, adaptasi, pertumbuhan, dan ingatan serta mampu memberikan efek yang segar kepada tubuh ketika bangun tidur dan sebaliknya, jika kebutuhan tidur seseorang tidak tercukupi dengan baik dapat menyebabkan kantuk di siang hari, kelelahan, penurunan konsentrasi, perilaku mudah tersinggung dan emosi yang tidak stabil. Selain itu, kurangnya durasi tidur seseorang juga dapat berpengaruh terhadap peningkatan tekanan darah dan apabila kualitas tidur seseorang semakin buruk maka akan meningkatkan resiko terjadi peningkatan penyakit tekanan darah atau hipertensi

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dimas Tegar Rika Prasetya, dan Dwi Kusumaningsih (2020) dengan judul Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Lansia di Klinik Kusuma Hati Dua yang beralamat di Jl. Raya Solo Tawangmangu, Desa Triyagan, Kecamatan Mojolaban, Kabupaten Sukoharjo pada bulan Oktober tahun 2022. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh lansia Klinik Kusuma Hati Dua yang memiliki gangguan kesulitan tidur. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 48 lansia yang datang berkunjung ke Klinik Kusuma Hati Dua. Sampel pada penelitian ini dipilih dengan menggunakan teknik *purposive sampling*.

Berdasarkan hasil uji *chi-square* diketahui bahwa banyaknya lansia yang memiliki kualitas tidur baik dengan tekanan darah normal sebanyak 11 responden (22,94%). Dan lansia yang memiliki kualitas tidur baik dengan tekanan darah kategori Prehipertensi sebanyak 2 responden (4,2%). Lansia yang memiliki kualitas tidur buruk dengan tekanan darah normal sebanyak 3 responden (6,3%). Banyaknya lansia yang

memiliki kualitas tidur buruk dengan tekanan darah kategori Pre-hipertensi sebanyak 32 responden (66,7%).(11)

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmadani Ladia dengan judul analisis kualitas tidur dengan tekanan darah berdasarkan *pittsburgh sleep quality index* (PSQI) di puskesmas ulee kareng. Terlihat bahwa dari 96 (100%) responden, 21 responden (21,8%) mencapai kualitas tidur yang baik, sementara 75 responden (78,1%) mengalami kualitas tidur yang buruk. Dan 28 responden (29,5%) mempunyai tekanan darah normal sedangkan 68 responden (70,5%) memiliki tekanan darah yang tidak normal.

Menurut asumsi peneliti, terdapat hubungan erat antara kualitas tidur dengan tekanan darah pada pasien stroke dikarenakan beberapa faktor seperti, kualitas tidur yang buruk dapat meningkatkan stress dan inflamasi yang dapat mempengaruhi tekanan darah, dan pasien stroke seringkali mengalami gangguan tidur seperti insomnia atau sleep apnea yang dapat memperburuk kondisi tekanan darah. Hubungan ini menunjukkan pentingnya memantau dan mengelola kualitas tidur pada pasien stroke untuk membantu mengontrol tekanan darah dan meningkatkan prognosis.

KESIMPULAN

Karakteristik berdasarkan hasil penelitian bahwasanya mayoritas responden berjumlah 51 responden (56,7%) berjenis laki-laki, mayoritas responden usia 65-sampai keatas sebanyak 34 responden (37,8%), mayoritas responden pendidikan SD sebanyak 41 responden (45,6%), mayoritas responden pekerjaan lainnya sebanyak 65 responden (72,2%). Berdasarkan Penelitian diketahui dari 90 Responden (100%) mayoritas Kualitas Tidur Baik berjumlah sebanyak 10 responden (11,1%), dan yang memiliki Kualitas Tidur Buruk sebanyak 80 responden (88,9%). Berdasarkan Penelitian diketahui dari 90 Responden (100%) Tekanan Darah Normal sebanyak 8 responden (8,9%), dan yang memiliki Tekanan Darah Pre Hipertensi sebanyak 50 responden (55,6%), sedangkan yang memiliki Tekanan Darah Hipertensi I sebanyak 31 responden (34,4%), dan yang memiliki Tekanan Darah Hipertensi II sebanyak 1 responden (1,1%). Berdasarkan Uji *chi-square* Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah terlihat nilai 0,03 karena Nilai *p value* (0,033). Dan Nilai α (0,05) maka dapat disimpulkan bahwa dimana hasil diperoleh terdapat Hubungan yang signifikan antara karakteristik

Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Stroke. Dianjurkan kepada responden maupun keluarga yang memiliki penyakit Stroke agar mengetahui tanda dan gejala penyakit stroke dan agar mengetahui Dampak penyakit Stroke.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada pihak Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Putri PH, Purnama D, Hadi DS, Fitri DS, Yuswanita A, Fitrihanny LF, et al. CASE REPORT: Embolic Stroke. *J Kesehatan Tambusai*. 2024
- Ali M, Berbudi BI A, Robbani FY, Hanafi I, Anugrah MR, Ansari NV, et al. Peningkatan Kesadaran Masyarakat Terhadap Pentingnya Pencegahan Dini Stroke. *J Pengabdian Masyarakat Fisioter*. 2023
- For H centered D, Media P stroke R, Based D, Visual OA, Nurqotimah DR, Khudori AN, et al. *Nusantara Hasana Journal*. 2024
- Susilo T, Agustin L. Efektifitas Propioceptive Neuromuscular Facilitation Terhadap Peningkatan Kualitas Berjalan Pada Pasien Pasca Stroke Di Rumah Sakit Umum Haji Medan Effectiveness of Propioceptive Neuromuscular Facilitation in Improving Walking Quality in Post-Stroke Patient. 2024
- Razdiq ZM, Imran Y. Hubungan antara tekanan darah dengan keparahan stroke menggunakan National Institute Health Stroke Scale. *J Biomedika dan Kesehatan*. 2020
- Studi S, Masyarakat K, Indonesia UP. *Jurnal Kesmas Prima Indonesia ROYAL PRIMA MEDAN*. 2024
- Sari RN, Pratama RS, Alpiyah DN. Hubungan Kualitas Tidur Dengan Gejala Depresi Pada Penderita Stroke : Literature Review. *J Ilm Nusantara*. 2024
- Dabalok R, Murtiningsih, Iin Inayah. Hubungan Tekanan Darah Dengan Kejadian Stroke Di Unit Gawat Darurat. *J Keperawatan 'Aisyiyah*. 2022
- Subagiarta FS, Katuuk ME, Ch Paat a-c TC. Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Perawat Di Siloam Hospitals Manado. *J Keperawatan*. 2024
- Cahyaningrum et al. Gambaran Kualitas Tidur Pada Lansia Di Iryouhojin Nanrenkai Katsuren Byouin Jepang. *J Inov Penelit*. 2022

Sulistiyani C. Beberapa Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa. J Kesehat Masy. 2019

Pipit Mulyah, Dyah Aminatun, Sukma Septian Nasution, Tommy Hastomo, Setiana Sri Wahyuni Sitepu T. Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah. J GEEJ. 2020