



LEMBAR PENGESAHAN
Nomor: 216/LP-LPBK/VII/2026

Judul : Gambaran Kualitas Tidur Pada Lansia Dengan Penyakit Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Batang I

Nama : Amrita

Menerangkan bahwa abstrak dengan judul di atas telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Inggris oleh Lembaga Pengembangan Bahasa dan Kerja Sama (LPBK), Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.

Pekalongan, 22 Juli 2026

Disahkan oleh,
Kepala Lembaga Pengembangan Bahasa dan Kerja Sama (LPBK)



Aida Rusmariana, S.Kep., Ns., MAN 

**Program Studi Sarjana Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan
Februari, 2026**

ABSTRAK

Amrita, Irnawati

Gambaran Kualitas Tidur Pada Lansia Dengan Penyakit Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Batang I

Pendahuluan: Hipertensi merupakan penyakit kronis dengan prevalensi yang tinggi pada kelompok lanjut usia. Fenomena gangguan tidur pada lansia yang mengalami hipertensi kian menjadi perhatian seiring dengan bertambahnya jumlah populasi lanjut usia di Indonesia. Gangguan tidur yang umum dialami oleh lansia dapat memperburuk kondisi hipertensi melalui peningkatan aktivitas saraf simpatis serta terganggunya penurunan tekanan darah pada malam hari. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan kualitas tidur pada lansia yang mengalami hipertensi.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Batang I sebanyak 424 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan sampel 81 lansia. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner *Sleep Quality Scale (SQS)*. Analisis data dilakukan secara univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan kualitas tidur. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia 60-69 tahun, berjenis kelamin perempuan, dengan tingkat pendidikan SD dan sebagian besar sebagai ibu rumah tangga. Sebanyak 61,7% responden mengalami kualitas tidur buruk. Temuan ini menunjukkan bahwa gangguan kualitas tidur merupakan masalah yang signifikan pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Batang I.

Simpulan: Lebih dari sebagian lansia 61,7% dengan penyakit hipertensi mengalami gangguan tidur buruk

Saran: Perawat di Puskesmas diharapkan memberikan edukasi mengenai pentingnya tidur berkualitas dalam pengendalian tekanan darah

Kata Kunci: *Kualitas Tidur, Lansia, hipertensi, Sleep Quality Scale (SQS), deskriptif*

Daftar Pustaka: 61 (2015-2025)

**Undergraduate Program in Nursing
Faculty of Health and Sciences
University of Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan**

ABSTRACT

Amrita, Irnawati

Overview of Sleep Quality in Elderly Patients with Hypertension in the Working Area of Puskesmas Batang I

Introduction: Hypertension is a chronic disease with a high prevalence among the elderly population. The phenomenon of sleep disturbances in older adults with hypertension has garnered increasing attention in line with the growing elderly population in Indonesia. Sleep disorders commonly experienced by older adults may exacerbate hypertensive conditions through heightened sympathetic nervous system activity and impaired nocturnal blood pressure dipping. This study aims to describe sleep quality among elderly individuals with hypertension.

Methods: This study employed a quantitative descriptive design. The study population comprised all elderly patients with hypertension within the working area of Puskesmas Batang I, totalling 424 individuals. Purposive sampling was applied, yielding a sample of 81 elderly respondents. The instrument used was the Sleep Quality Scale (SQS) questionnaire. Data were analysed using univariate analysis to describe respondent characteristics and sleep quality.

Results: The findings revealed that the majority of respondents were aged 60–69 years, female, with a primary school educational background, and predominantly working as homemakers. A total of 61.7% of respondents were found to have poor sleep quality. These findings indicate that sleep quality disturbance constitutes a significant problem among elderly patients with hypertension in the working area of Puskesmas Batang I.

Conclusion: More than half of the elderly respondents (61.7%) with hypertension experienced poor sleep quality.

Recommendation: Nurses at Puskesmas are encouraged to provide health education regarding the importance of quality sleep in blood pressure management.

Keywords: *Descriptive, Elderly, Hypertension, Sleep Quality, Sleep Quality Scale (SQS)*