

ABSTRAK

Riska Yudatama¹, Yuni Sandra Pratiwi²

Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Penderita Hipertensi di Klinik Kirana Kabupaten Pekalongan

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang prevalensinya terus meningkat dan menjadi masalah kesehatan masyarakat karena dapat menimbulkan berbagai komplikasi apabila tidak ditangani dengan baik. Pasien hipertensi sering mengalami kecemasan yang dipengaruhi oleh kondisi penyakit, masalah ekonomi, maupun masalah pribadi. Selain itu, banyak pasien juga mengeluhkan gangguan tidur akibat faktor usia. Kecemasan dan gangguan tidur dapat memengaruhi kondisi fisik, psikologis, serta kualitas hidup pasien hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien hipertensi di Klinik Kirana.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain crosssectional. Sampel penelitian berjumlah 81 responden yang dipilih menggunakan teknik accidental sampling. Tingkat kecemasan diukur menggunakan *Self-Rating Anxiety Scale (Zung ZSAS)*, sedangkan kualitas tidur diukur menggunakan *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)*. Analisis data dilakukan secara univariat menggunakan distribusi frekuensi dan persentase, sedangkan analisis bivariat menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat kemaknaan 95% ($\alpha = 0,05$).

Hasil: Sebagian besar responden mengalami Cemas sebanyak 45 responden (55,6%). Kualitas tidur didominasi kategori baik sebanyak 45 responden (58,0%), Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai $p = 0,001$, sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien hipertensi.

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien hipertensi di Klinik Kirana. Selain kecemasan, faktor usia juga menjadi salah satu penyebab yang banyak dikeluhkan pasien terkait gangguan tidur. Oleh karena itu, upaya penatalaksanaan hipertensi perlu memperhatikan kondisi psikologis dan kualitas tidur pasien selain pengendalian tekanan darah.

Kata Kunci: *Hipertensi, Kualitas Tidur, PSQI, Tingkat Kecemasan, ZSAS.*

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

ABSTRACT

Riska Yudatama¹, Yuni Sandra Pratiwi²

The Relationship Between Anxiety Levels and Sleep Quality in Hypertensive Patients at Kirana Clinic, Pekalongan Regency

Background: Hypertension is one of the non-communicable diseases whose prevalence continues to increase and has become a public health concern due to the various complications it can cause if not properly managed. Hypertensive patients frequently experience anxiety influenced by their disease condition, economic problems, and personal issues. In addition, many patients also complain of sleep disturbances due to age-related factors. Anxiety and sleep disturbances can affect the physical and psychological condition as well as the quality of life of hypertensive patients. This study aims to determine the relationship between anxiety levels and sleep quality in hypertensive patients at Kirana Clinic. **Method:** This study is a quantitative study with a cross-sectional design. The study sample consisted of 81 respondents selected using an accidental sampling technique. Anxiety levels were measured using the Self-Rating Anxiety Scale (Zung ZSAS), while sleep quality was measured using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). Data analysis was performed univariately using frequency distribution and percentages, while bivariate analysis was conducted using the ChiSquare test with a significance level of 95% ($\alpha = 0.05$).

Result: The majority of respondents experienced anxiety, totaling 45 respondents (55.6%). Sleep quality was dominated by the good category, with 45 respondents (58.0%). The Chi-Square test results showed a value of $p = 0.001$, indicating a significant relationship between anxiety levels and sleep quality in hypertensive patients.

Conclusion: There is a significant relationship between anxiety levels and sleep quality in hypertensive patients at Kirana Clinic. In addition to anxiety, age is also one of the factors most commonly reported by patients in relation to sleep disturbances. Therefore, hypertension management efforts need to consider the psychological condition and sleep quality of patients, in addition to blood pressure control.

Keywords: Hypertension, Sleep Quality, PSQI, Anxiety Level, ZSAS.