

ABSTRAK

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI POLIKLINIK PENYAKIT DALAM RSU LIRBOYO

Oleh : Lutfi Ma'rifatun Ni'mah

Pendahuluan: Lansia penderita hipertensi sering mengalami tingkat kecemasan yang tinggi akibat kekhawatiran terhadap kondisi kesehatan mereka, yang berdampak negatif pada kualitas tidur. Gangguan tidur ini dapat memperburuk tekanan darah, sehingga meningkatkan risiko komplikasi kesehatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan berkaitan erat dengan kualitas tidur pada lansia hipertensi. Semakin tinggi kecemasan yang dirasakan, semakin buruk kualitas tidur yang dialami. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk mengelola kecemasan guna meningkatkan kualitas tidur dan mencegah risiko komplikasi lebih lanjut. Penelitian ini bertujuan untuk Mengetahui Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Lirboyo.

Metode: Metode penelitian ini menggunakan desain cros-sectional dengan populasi sebanyak 40 orang didapatkan sampel sebanyak 36 orang dengan teknik simple random sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dengan analisa uji rank spearman.

Hasil: Hasil penelitian ini didapatkan bahwa Tingkat kecemasan lansia yang menderita hipertensi menunjukkan setengahnya cemas ringan dan setengahnya juga cemas sedang sebanyak 18 orang (50,0%). Kualitas tidur lansia yang menderita hipertensi menunjukkan sebagian besar mengalami kualitas tidur kurang sebanyak 22 orang (61,1%). Ada hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada lansia penderita hipertensi di Poli Klinik Penyakit Dalam RSUD Lirboyo Kediri dengan p value 0,000 (0,05).

Diskusi: Tingkat kecemasan pada lansia penderita hipertensi bervariasi antara cemas ringan dan cemas sedang. Selain itu, sebagian besar lansia mengalami kualitas tidur yang kurang baik. Analisis data mengungkapkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dan kualitas tidur pada lansia dengan hipertensi. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kecemasan, semakin buruk kualitas tidur yang dialami. Oleh karena itu, penting untuk mengelola kecemasan guna meningkatkan kualitas tidur pada lansia penderita hipertensi.

Kata kunci : tingkat kecemasan, kualitas tidur, lansia, hipertensi

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN ANXIETY LEVELS AND SLEEP QUALITY IN ELDERLY HYPERTENSION PATIENTS AT THE INTERNAL MEDICINE POLYCLINIC OF RSU LIRBOYO

By: Lutfi Ma'rifatun Ni'mah

Introduction: Elderly individuals with hypertension often experience high levels of anxiety due to concerns about their health, which negatively impacts their sleep quality. Sleep disturbances can further exacerbate blood pressure, increasing the risk of health complications. Research findings indicate a strong correlation between anxiety levels and sleep quality in elderly individuals with hypertension. The higher the anxiety level, the poorer the sleep quality. Therefore, efforts to manage anxiety are essential to improving sleep quality and preventing further health complications. This study aims to determine the relationship between anxiety levels and sleep quality in elderly individuals with hypertension at the Internal Medicine Clinic of RSU Lirboyo.

Methods: This study employed a cross-sectional design with a population of 40 individuals, from which a sample of 36 was selected using simple random sampling. The research instrument used was a questionnaire, and data were analyzed using the Spearman rank test.

Results: The study found that anxiety levels among elderly individuals with hypertension were evenly distributed between mild and moderate anxiety, with 50% experiencing each. Additionally, the majority of participants had poor sleep quality, accounting for 61.1%. A significant relationship was found between anxiety levels and sleep quality in elderly individuals with hypertension at the Internal Medicine Clinic of RSU Lirboyo, with a p -value of 0.000 ($p < 0.05$).

Discussion: Anxiety levels among elderly individuals with hypertension varied between mild and moderate. Moreover, most participants experienced poor sleep quality. Data analysis revealed a significant relationship between anxiety levels and sleep quality in elderly individuals with hypertension. This finding suggests that higher anxiety levels contribute to poorer sleep quality. Therefore, managing anxiety is crucial for improving sleep quality and reducing the risk of further health complications in elderly individuals with hypertension.

Keywords: anxiety levels, sleep quality, elderly, hypertension