

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit degeneratif. Angka kejadian hipertensi di Puskesmas Benowo tahun 2023 sebesar 2391 orang, dari hasil wawancara 10 pasien hipertensi 70% mengalami tidur tidak nyenyak dan sering terbangun pada malam hari. Penurunan elastisitas dinding aorta sehingga meningkatnya resistensi pembuluh darah perifer menyebabkan tidak tercapai kualitas tidur yang adekuat menimbulkan berbagai macam keluhan tidur.

Desain Penelitian ini analitik korelasional pendekatan *cross sectional* variabel independen hipertensi variabel dependen adalah kualitas tidur. Populasi sebanyak 96 orang, sampel sebanyak 77 orang, menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner PSQI (*Pittsburgh Sleep Quality Indeks*) dan tensimeter untuk pemeriksaan hipertensi. Analisa data menggunakan Uji *Chi Square*, $\alpha=0,05$.

Hasil analisis data yang di peroleh dengan uji *Chi Square* di buktikan bahwa terdapat hubungan hipertensi dengan kualitas tidur pada lansia di Puskesmas Benowo Surabaya ($p=0,001$)

Tujuan penelitian ini mengidentifikasi hipertensi, kualitas tidur serta menganalisa hubungan antara hipertensi dengan kualitas tidur pada lansia di Puskesmas Benowo Surabaya. Hasil penelitian dari 77 responden sebagian besar 62,33% menderita hipertensi tahap 1, sebagian besar 53,2% memiliki kualitas tidur cukup buruk. Penelitian ini di harapkan lansia kontrol tekanan darah secara rutin, melakukan diet rendah garam, terapi pengaturan tidur, terapi musik dengan mendengarkan murottal Al-Quran.

Kata kunci : Lansia, Hipertensi , Kualitas tidur.