

# LITERATUR REVIEW HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN HIPERTENSI PADA LANSIA

Erni Setiyanii<sup>1</sup>, Asri Aprilia R<sup>2</sup>, Yoga Ginanjar<sup>3</sup>  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Galuh

## ABSTRAK

**Latar** Hipertensi dapat mengakibatkan munculnya masalah-masalah Kesehatan yang berdampak pada tubuh manusia, serta pada kualitas hidupnya. Hal utama yang dipermasalahkan pada pasien hipertensi ialah kualitas tidur, kualitas tidur merupakan salah satu masalah internal yang paling sering terjadi dan sering dikeluhkan oleh para lansia yang mengalami hipertensi, hal ini dapat terjadi karena terjadinya durasi tidur yang pendek yang dapat menimbulkan kualitas tidur menjadi buruk. tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi artikel- artikel penelitian yang memaparkan tentang hubungan kualitas tidur dengan hipertensi pada lansia berdasarkan literatur review. Desain penelitian yang digunakan adalah *literatur review*. Subjek penelitian jurnal yang dilakukan dengan menggunakan database berupa *google scholar, Pubmed*,. Pencarian jurnal dilakukan pada bulan April-Mei 2024. Temuan jurnal yang digunakan pada penelitian ini adalah kurun waktu 4 tahun terakhir. Hasil pencarian didapatkan 11 jurnal yang relevan. Proses penilaian kualitas jurnal dengan menggunakan *JBI Critical Appraisal*. **Hasil:** Studi literature review yang ditelaah oleh peneliti dengan 11 jurnal, memiliki persamaan dalam setiap jurnal yaitu meneliti tentang hubungan kualitas tidur dengan hipertensi. Pada setiap jurnal memiliki persamaan tujuan dan desain penelitian. **Kesimpulan:** memerhatikan kualitas tidur yang kita miliki, memberikan intervensi nonfarmakologis dan farmakologis dalam pengelolaan hipertensi. Mereka juga harus fokus pada peningkatan kualitas tidur dengan durasi tidur yang cukup dan memadai. Hal ini dapat memberikan kesejahteraan dan menurunkan mortalitas serta morbiditas akibat hipertensi dan komplikasi kedepannya.

**Kata kunci** : Kualitas Tidur, Lansia, Hipertensi