

**STUDY PROGRAM OF NURSING SCIENCE
FACULTY OF NURSING AND HEALTH SCIENCE
UNIVERSITY OF MUHAMMADIYAH SEMARANG**

*Undergraduate Thesis, April 2018
Ratihani Lukitasari*

*The Effect of Hydrotherapy (Warm Water Bath) on Sleep Quality of Adult
Hypertension Patient in Rowosari Sub District Tembalang District
v + 54 Pages + 11 Tables + 11 Appendix + 3 Schemes*

Abstract

Hypertension is a persistent blood pressure where systolic is above 140 mmHg and diastolic is above 90 mmHg. Increased blood pressure can improve the quality of sleep, so do non pharmacological therapy by way of a warm bath. This type of research is quacy experiment using one group pre-post test design. This study utilizes one sample group. In this design, the researcher is given to the group, then the measurement is done to know the result, but the measurement is done before and after the treatment. This research was conducted in June 2017 - March 2018 with a sample of 16 respondents. The technique used to determine the sample of this study is by random sampling, with this method all members of the population have the same oppurtunity to be selected as a sqample. Patient sleep quality is mostly categorical poor sleep quality that is 16 patients with the lowest value of sleep quality before the warm water bath is 10 and the highest value is 18 with an average value of 14.25, while the lowest value of sleep quality after warm water bath therapy is 6 and the highest value is 15 with an average value of 10.56. The p value is 0,000 ($p < 0.05$) which means that there is difference of mean of sleep quality of respondent before and after being given warm bath therapy; therefore, it proves that warm water bath therapy affects sleep quality of hypertension patient in Rowosari Sub District Tembalang District. The researcher suggests that students develop ideas of further research so that it can provide variation of the following research.

Keywords: Hypertension, Sleep Quality, Warm Water Bath

References: 34 (1988-2017)

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SEMARANG**

Skripsi, April 2018
Ratihanda Lukitasari

Pengaruh Hidroterapi (Mandi Air Hangat) Terhadap Kualitas Tidur Pasien Hipertensi
Usia Dewasa Di Kelurahan Rowosari Kecamatan Tembalang

v+ 54 Halaman + 11 Tabel + 11 Lampiran + 3 Skema

Abstrak

Hipertensi adalah tekanan darah persisten dimana sistolik diatas 140 mmHg dan diastolik diatas 90 mmHg. Meningkatnya tekanan darah dapat meningkatkan kualitas tidur, sehingga dilakukan terapi non farmakologi yaitu dilakukan dengan cara mandi air hangat. Jenis penelitian ini adalah quasy eksperimen dengan desain one group pre-post test. Penelitian ini menggunakan satu kelompok sampel. Pada desain ini peneliti diberikan pada group tersebut, selanjutnya dilakukan pengukuran untuk mengetahui hasilnya, namun sebelum dan setelah perlakuan dilakukan pengukuran. Penelitian ini dilakukan bulan Juni 2017-Maret 2018 dengan sampel sebanyak 16 responden. Teknik yang digunakan untuk menentukan sampel penelitian ini adalah random sampling, dengan metode ini semua anggota populasi mempunyai peluang yang sama untuk terpilih sebagai sampel. Kualitas tidur pasien sebagian besar adalah kategorik kualitas tidur buruk yaitu 16 pasien dengan nilai terendah kualitas tidur sebelum dilakukan mandi air hangat yaitu 10 dan nilai tertinggi yaitu 18 dengan nilai rata-rata 14,25 sedangkan nilai terendah kualitas tidur setelah dilakukan terapi mandi air hangat yaitu 6 dan nilai tertinggi yaitu 15 dengan nilai rata-rata 10,56. Nilai p 0,000 ($p < 0.05$) yang berarti ada perbedaan rata-rata kualitas tidur responden sebelum dan setelah diberikan terapi mandi air hangat, dengan demikian terbukti bahwa terapi mandi air hangat berpengaruh terhadap kualitas tidur pasien hipertensi di Kelurahan Rowosari Kecamatan Tembalang. Peneliti menyarankan agar mahasiswa mengembangkan ide-ide penelitian selanjutnya sehingga memberikan variasi penelitian berikutnya.

Kata kunci : **Hipertensi, Kualitas Tidur, Mandi Air Hangat**

Pustaka : 34 (1988-2017)