

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan sangat serius saat ini dan menjadi penyebab terbesar dari kejadian stroke, baik tekanan darah sistolik maupun diastoliknya. Angka insiden hipertensi sangat tinggi terutama pada populasi lanjut usia (Imelda dkk., 2020). Menurut American Heart Association (AHA), penduduk Amerika yang berusia diatas 20 tahun menderita hipertensi telah mencapai angka hingga 74,5 juta jiwa, namun hampir sekitar 90-95% kasus tidak diketahui penyebabnya. Hipertensi disebut sebagai the *silent killer* karena sering tanpa keluhan, sehingga penderita tidak mengetahui dirinya menyandang hipertensi dan baru diketahui setelah terjadi komplikasi (Kemenkes RI, 2019).

Faktor risiko hipertensi yang umum diketahui antara lain usia, jenis kelamin, tipe kepribadian, faktor genetik, obesitas, olah raga, pola makan, gaya hidup, pola tidur, dan stress (Ludyaningrum, 2016). Pola tidur menjadi salah satu faktor risiko dari kejadian hipertensi. Pola tidur yang tidak adekuat dan kualitas tidur yang buruk dapat mengakibatkan gangguan keseimbangan fisiologis dan psikologis dalam diri seseorang (Martini dkk., 2018). Efisiensi tidur yang lelah diketahui dapat berisiko terhadap terjadinya hipertensi dan optimalisasi jam tidur dapat membantu untuk mencegah terjadinya hipertensi (Sabiq & Fitriany, 2016).

Berdasarkan Data Tahunan Riset Kesehatan Provinsi Bali prevalensi hipertensi usia ≥ 18 tahun berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah semakin

meningkat dari tahun 2016 yaitu sebesar 22,69% dengan jumlah 782.849 penderita dari 3.449.993 jumlah penduduk dan pada tahun 2017 terdapat 36,81% dengan jumlah 966.291 penderita dari 2.624.778 jumlah penduduk. Bali menduduki peringkat 15 dari 35 provinsi yang ada di Indonesia provinsi Kalimantan Selatan menduduki peringkat tertinggi yaitu mencapai 44,1% dari jumlah penduduk menderita hipertensi dan provinsi Papua menempati peringkat terendah yaitu mencapai 22,2% dari jumlah penduduk menderita hipertensi (Riskesdas, 2018). Menurut profil kesehatan kabupaten Bangli, pada tahun 2018, persentase penderita hipertensi di Kabupaten Bangli yang mendapat pelayanan kesehatan sesuai standar adalah sebesar 23,5%, meningkat dari tahun 2017 yang sebesar 11,3%. Hal ini perlu mendapatkan perhatian khusus karena dimana penyakit menular belum teratasi, namun di sisi lain penyakit tidak menular semakin meningkat (*Double Burden of Disease*), Posbindu PTM perlu dibentuk dan diaktifkan deteksi dini dapat ditingkatkan (Nadi, 2018).

Hasil penelitian Martini dkk., (2018) pola tidur memiliki pengaruh paling besar terhadap kejadian hipertensi dibandingkan dengan umur dan jenis kelamin. Kekuatan pengaruh pola tidur responden menunjukkan bahwa responden yang memiliki pola tidur yang buruk memiliki risiko 9,022 kali lebih besar terserang hipertensi dibandingkan dengan yang memiliki pola tidur baik. Pola tidur buruk antara lain gangguan tidur, kualitas tidur yang buruk, dan durasi tidur yang pendek. Berdasarkan beberapa penelitian yang dilakukan pada orang dewasa, kurang tidur sebagai salah satu faktor risiko dari hipertensi berupa waktu tidur yang lebih singkat dapat menyebabkan gangguan metabolisme dan endokrin yang dapat menyebabkan gangguan kardiovaskular (Martini dkk., 2018). Hasil penelitian Ludyaningrum

(2016) menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pola tidur responden dengan kejadian hipertensi, sehingga diharapkan petugas kesehatan dapat memberikan penyuluhan kepada masyarakat mengenai faktor pola tidur yang meningkatkan risiko hipertensi seperti durasi tidur kurang dari kebutuhan dan kualitas tidur yang buruk.

Hipertensi bisa terjadi pada semua usia, tetapi semakin bertambah usia seseorang maka risiko terkena hipertensi semakin meningkat (Sumiati, 2017). Hal ini terjadi karena kurangnya efektifitas pembuluh darah perifer untuk oksigenasi, meningkatnya resistensi pembuluh darah perifer (Sumiati, 2017). Hubungan antara tidur dengan hipertensi terjadi akibat aktivitas simpatik pada pembuluh darah sehingga seseorang akan mengalami perubahan curah jantung yang tidak signifikan pada malam hari. Rekomendasi yang diberikan kepada responden yang memiliki pola tidur buruk harus memperbaiki pola tidur dengan gaya hidup yang sehat yaitu tidur sesuai kebutuhan dan menjaga pikiran supaya tidak mengalami tekanan karena stres yang berlebih (Martini dkk., 2018).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti melalui wawancara terhadap enam orang yang mengalami hipertensi di Banjar Tiga, Desa Tiga, Kecamatan Susut, Kabupaten Bangli. Terdapat empat orang yang kebiasaan tidurnya tidak teratur, atau kurang tidur dan sering terbangun pada malam hari, dua orang kebiasaan dengan tidur yang teratur dan tidur dengan nyenyak. Pola tidur yang buruk dapat menimbulkan gangguan keseimbangan fisiologis dan psikologis seseorang yang dapat meningkatkan risiko terjadinya hipertensi (Martini dkk., 2018). Besarnya pengaruh pola tidur terhadap tekanan darah tergantung kuatnya

sugesti atau stressor yang diarahkan pada organ yang mempunyai pengaruh besar terhadap tekanan darah (Ludyaningrum, 2016).

Berdasarkan data di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui lebih jauh mengenai gambaran pola tidur pada pasien hipertensi di Banjar Tiga, Desa Tiga, Kecamatan Susut, Kabupaten Bangli tahun 2021.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, dapat dirumuskan masalah penelitian “Bagaimana Gambaran Pola Tidur Pada Pasien Hipertensi di Banjar Tiga Desa Tiga Kecamatan Susut Kabupaten Bangli tahun 2021?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana gambaran pola tidur pada pasien hipertensi di Banjar Tiga Desa Tiga Kecamatan Susut Kabupaten Bangli tahun 2021.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dilakukan penelitian ini adalah :

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden penderita hipertensi yaitu umur, jenis kelamin, pekerjaan di Banjar Tiga, Desa Tiga, Kecamatan Susut, Kabupaten Bangli.
- b. Mengidentifikasi pola tidur pasien hipertensi di Banjar Tiga, Desa Tiga, Kecamatan Susut, Kabupaten Bangli.

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai sumber acuan dan referensi khususnya mahasiswa keperawatan dalam penyusunan serta perkembangan penelitian selanjutnya mengenai pola tidur pada pasien hipertensi

2. Manfaat Praktis

a. Bagi perkembangan IPTEK Keluarga

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi tenaga kesehatan khususnya perawat, untuk mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan mengenai gambaran pola tidur pada pasien hipertensi.

b. Bagi keluarga

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan gambaran pola tidur pada pasien hipertensi.

c. Bagi peneliti

Manfaat bagi peneliti adalah peneliti mempunyai pengetahuan serta wawasan yang baru mengenai gambaran pola tidur pada pasien hipertensi.

