

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Hipertensi merupakan tekanan darah tinggi yang bersifat tidak normal dan diukur paling tidak pada tiga kesempatan yang berbeda. Seseorang dikatakan mengalami hipertensi apabila tekanan darahnya lebih tinggi dari 140/90 mmHg. Hipertensi adalah penyakit yang tidak menular ini menjadi salah satu penyebab utama kematian di dunia. Tekanan darah merupakan kekuatan yang diberikan oleh sirkulasi darah terhadap dinding arteri tubuh, yaitu pembuluh darah utama dalam tubuh. Tekanan ini tergantung pada resistensi pembuluh darah dan seberapa keras jantung bekerja. Semakin banyak darah yang dipompa jantung dan semakin sempit arteri, maka semakin tinggi tekanan darah. (Kementerian Kesehatan, 2019).

Hipertensi merupakan gejala yang paling sering ditemui pada orang lanjut usia dan menjadi factor risiko utama insiden penyakit kardiovaskular. Hipertensi dapat didefinisikan sebagai tekanan darah persisten dimana tekanan sistoliknya diatas 140 mmHg dan diastolic diatas 90 mmHg. Hipertensi juga dapat dikategorikan dalam MAP (Mean Arterial Pressure). Tekanan arterial rerata (MAP) mencerminkan tekanan rata-rata dalam percabangan arteri sepanjang siklus jantung. Hipertensi merupakan penyebab utama gagal jantung, stroke dan gagal ginjal (joko wiyono, 2019).

Prevalensi hipertensi di Indonesia cenderung meningkat setiap tahunnya. Pada tahun 2013 di Indonesia berdasarkan pengukuran tekanan darah pada umur  $\geq$  18 tahun adalah sebesar 25,8%. Prevalensi hipertensi di Jawa Timur tahun 2013 pada umur  $\geq$  18 tahun adalah 21,5%. Berdasarkan laporan tahunan Rumah Sakit di

Jawa Timur tahun 2012, kasus penyakit terbanyak pasien rawat jalan di Rumah sakit tipe B yang berjumlah 24 Rumah Sakit, kasus terbanyak adalah hipertensi sebesar 112.583 kasus. Sama halnya dengan Rumah Sakit tipe C, kasus terbanyak adalah hipertensi sebesar 42.212 kasus (Riskesdas, 2018).

Dinas Kesehatan Provinsi Bali menyatakan hipertensi menempati peringkat ke dua berdasarkan pola 10 besar penyakit di puskesmas dengan jumlah kunjungan sebanyak 89,394 kunjungan selama tahun 2016. Jumlah penderita hipertensi dengan umur  $\geq 18$  tahun pada tahun 2016 yaitu 54,944 penderita dengan 27,542 laki-laki dan 27,402 perempuan. Kabupaten Buleleng merupakan kabupaten yang menempati posisi tertinggi penderita hipertensi terbanyak pada umur  $\geq 18$  tahun dengan jumlah kasus sebanyak 14,700 penderita hipertensi sedangkan untuk kabupaten Gianyar menempati posisi ke 3 jumlah penderita hipertensi dengan 5,867 penderita di tahun 2016. Prevalensi Hipertensi menurut diagnosis diagnosis atau minum obat, dan hasil pengukuran pada penduduk pada umur 18 tahun yaitu 34,1 %. (Dinas Kesehatan, 2017).

Gangguan tidur adalah gangguan dari pola tidur seseorang, hal ini akan berdampak pada kesehatan seseorang. Gangguan pola tidur adalah gangguan yang terjadi pada kualitas dan kuantitas waktu tidur seseorang akibat faktor eksternal. (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2016).

Gangguan pola tidur dengan hipertensi pada lansia adalah hasil tabulasi silang yang dilakukan diketahui bahwasannya hampir seluruhnya lansia yang mengalami pola tidur terganggu menyebabkan sebagian besar lansia mengalami hipertensi derajat 1. Gangguan pola tidur dapat mengubah hormone stress kortisol dan system saraf simpatik, sehingga terjadi peningkatan tekanan darah yang dapat

menyebabkan terjadinya hipertensi. Seseorang yang mengalami kekurangan tidur dapat menyebabkan gangguan metabolisme dan endokrin yang berkontribusi yang dapat menyebabkan gangguan kardiovaskular sehingga terjadinya hipertensi. Faktor kualitas tidur berisiko tinggi menyebabkan hipertensi. Berdasarkan hasil penelitian dan penelitian terdahulu dapat dipahami bahwa lansia yang mengalami gangguan pola tidur bisa menyebabkan peningkatan tekanan darah yang menyebabkan hipertensi (A. Prayitno, 2018).

Dampak dari gangguan pola tidur lansia dengan hipertensi bila tidak ditanggulangi akan dapat menimbulkan berbagai macam gangguan pada lansia tersebut. Gangguan tidur muncul dalam berbagai bentuk diagnosis namun hasil akhirnya cenderung sama. Lansia memiliki masalah sulit tertidur dan sering merasa kelelahan ketika bangun tidur. Akibatnya jika seseorang tidak mendapat tidur yang cukup akan menjadi orang yang mudah marah, dan pada lansia akan menyebabkan timbulnya kebingungan. Manajemen gangguan tidur merupakan aspek penting dalam perawatan pada lansia hipertensi dengan gangguan pola tidur (Dewi, 2014).

Cara menghilangkan gangguan pola tidur pada lansia adalah dengan membiasakan tidur malam lebih awal, tidak mengonsumsi minuman yang bisa menyebabkan susah tidur seperti kopi pada malam hari, menjaga kebugaran fisik seperti melakukan jalan santai di pagi hari minimal 2 kali seminggu, menghindari makanan asin dan berlemak yang dapat meningkatkan tekanan darah, serta lansia harus rutin mengontrol kesehatan fisik misalnya pada posyandu lansia yang biasa dilakukan petugas kesehatan sebulan sekali. (joko wiyono, 2019)

Lansia hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah dimana sistolik 140 mmHg dan tekanan diastolik 90 mmHg. Gejala yang dirasakan oleh orang yang

mengalami hipertensi adalah sakit kepala, pandangan mata kabur, mudah marah, sulit tidur, nyeri dada, pusing, denyut jantung kuat dan cepat. Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular (non-communicable diseases) yang menjadi masalah kesehatan serius saat ini. Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menimbulkan gangguan target organ, dan dapat menyebabkan serangan jantung, stroke, gangguan ginjal, serta kebutaan (Risikesdas, 2018).

Lansia yang mengalami hipertensi tinggi karena terjadinya peningkatan tekanan darah melebihi angka normal yaitu 140/90 mmHg. Hipertensi berhubungan dengan berbagai resiko penyakit yang bisa menyerang fisik lansia. Lansia yang mengalami pola tidur terganggu diakibatkan sering mengalami terbangun untuk ke kamar mandi malam hari, mengalami mimpi buruk, merasa kedinginan saat tidur malam dan tidak dapat tertidur selama waktu 30 menit sejak terbaring. Faktor yang mempengaruhi tersebut adalah faktor psikologis (mis. Kecemasan tentang masalah pribadi) , sakit fisik (mis. Sesak nafas), lingkungan dan gaya hidup (Joko Wiyono, 2019)

Berdasarkan hasil riset di Puskesmas Seririt 2 sebanyak 30 Orang Lansia yang menderita Hipertensi yang terdaftar di Puskesmas Seririt 2 rutin melakukan pengecekan ke puskesmas. Mengingat masih banyaknya kasus Lansia yang menderita hipertensi di Puskesmas Seririt 2. Berdasarkan urian di atas maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan Judul “ Gambaran Gangguan Pola Tidur Lansia Hipertensi di Puskesmas Seririt 2 Pada Tahun 2021 (PuskesmasSeririt2, 2020).

## **B. Rumusan masalah**

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas, peneliti merumuskan masalah sebagai berikut “Bagaimanakah Gambaran Gangguan Pola Tidur Lansia Hipertensi di Puskesmas Seririt 2 Tahun 2021?”.

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan umum**

Secara umum tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran gangguan pola tidur dengan lansia hipertensi di Puskesmas Seririt 2 Tahun 2021.

### **2. Tujuan khusus**

- a. Mengidentifikasi Gangguan pola tidur pada Lansia Hipertensi berdasarkan Usia di Puskesmas Seririt 2 Tahun 2021
- b. Mengidentifikasi Gangguan Pola Tidur Berdasarkan Jenis Kelamin di Puskesmas Seririt 2 Tahun 2021.
- c. Mengidentifikasi Gangguan Pola Tidur Berdasarkan Aktivitas fisik di Puskesmas Seririt 2 Tahun 2021.
- d. Mengidentifikasi Gangguan Pola Tidur Berdasarkan Gaya Hidup di Puskesmas Seririt 2 Tahun 2021.

## **D. Manfaat peneltiian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan dalam pengembangan ilmu keperawatan khususnya yang berkaitan dengan ganggan pola tidur lansia hipertensi.

## **2. Manfaat Praktis**

### **a. Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan**

Dapat mengembangkan ilmu dan teknologi terapan di bidang keperawatan, terutama pada bidang keperawatan jiwa tentang gangguan pola tidur lansia dengan hipertensi.

### **b. Peneliti**

Manfaat bagi peneliti adalah peneliti mempunyai pengetahuan dan pengalaman tentang gangguan pola tidur lansia hipertensi.