

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

*Sleep disorder* atau gangguan tidur adalah salah satu masalah kesehatan yang serius dan terdapat kemungkinan untuk menimbulkan gangguan pada mata (Ayaki et al., 2018). Kualitas tidur dan lamanya waktu tidur adalah faktor penting untuk menjaga kesehatan, karena dewasa ini telah banyak masalah kesehatan yang justru disebabkan oleh gangguan tidur, salah satu gangguan pada mata yang dapat disebabkan oleh gangguan tidur yaitu sindroma mata kering (*Dry Eyes Syndrom*) (Han, Kyu Tae, n.d.).

Setiap tahun diperkirakan sekitar 20-50 % orang dewasa melaporkan adanya gangguan tidur dan sekitar 17 % mengalami gangguan tidur serius (Zahara et al., 2018). Berdasarkan survey yang telah dilakukan, prevalensi gangguan tidur yang terjadi di Indonesia sekitar 10 %, artinya 28 juta orang dari total 238 juta penduduk Indonesia menderita gangguan tidur (Amir, 2010). Hasil penelitian yang dilakukan pada 94 responden didapatkan hasil bahwa gangguan tidur yang terjadi pada responden terbanyak banyak adalah gangguan tidur ringan (Zahara et al., 2018).

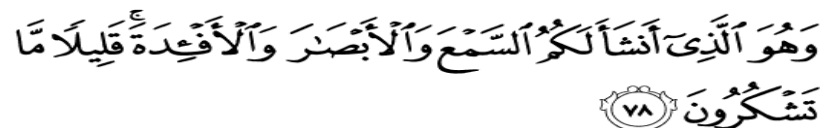
*Sleep disorder* dapat disebabkan oleh gangguan sistemik atau otak, pengobatan, depresi atau gangguan kejiwaan lainnya, penuaan, masalah lingkungan, atau pencahayaan yang tidak memadai yang bisa menimbulkan

rasa tidak nyaman bahkan nyeri pada mata (Lepourt, R, 1997). Nyeri mata dan ketidaknyamanan pada umumnya dimediasi oleh saraf trigeminal dan menyebar luas di sekitar mata (Ayaki et al., 2016). Saraf simpatis dan parasimpatis merangsang produksi dan sekresi air mata dari kelenjar lakrimal (Spiegel et al., 1999), sekresi air mata berada di bawah neuronal dan hormonal kontrol menjadikan kurang tidur berpotensi merusak kualitas atau kuantitas *tears film*. Ketidakstabilan *tears film* mata, dan peningkatan osmolaritas adalah salah satu penyebab peradangan pada permukaan mata dan dapat memicu terjadinya sindroma *dry eyes* (Lee et al., 2014). Peradangan lakrimal unit fungsional dimediasi oleh sel yang berbeda dan molekul seperti sitokin, kemokin, faktor pertumbuhan, dan neuromediator (Enríquez-de-Salamanca et al., 2010). Menurut penelitian jika depresi disebabkan oleh permukaan mata maka orang dengan penyakit permukaan okular termasuk sindroma mata kering mungkin akan mengalami depresi dan gangguan tidur (Ayaki et al., 2016).

Mata kering adalah penyakit mata umum yang berhubungan dengan ketidaknyamanan dan iritasi mata dan gangguan penglihatan (Ayaki et al., 2015). Faktor resiko sindroma *dry eyes* meliputi usia, ras Asia, kehamilan, beberapa penyakit kekurangan vitamin A, infeksi hepatitis C, diabetes mellitus, infeksi HIV, penyakit pada jaringan ikat, diet asam lemak omega 3 dan omega 6, obat- obatan juga merokok dan alkohol (Chan et al., 2015). Sejumlah studi epidemiologi telah menyelidiki hubungan sindroma *dry eyes* dan pola tidur menyatakan bahwa perubahan pola tidur berpengaruh besar terhadap terjadinya sindroma *dry eyes*. (Kaplan, 2010).

Epidemiologi sindroma *dry eyes* meningkat dari tahun ke tahun. Prevalensi sindroma *dry eyes* di dunia berkisar antara 7,4% sampai 57,89%. bergantung pada penelitian mana yang diambil, bagaimana penyakit di diagnosis, dan populasi mana yang disurvei (Gayton, 2009). Indonesia menunjukkan prevalensi sindroma *dry eyes* 27,5% pada penduduk berusia di antara 21-30 tahun dan 30% terjadi pada orang dengan usia diatas 60 tahun (Stapleton *et al.*, 2015).

Mata merupakan salah satu indera yang diciptakan oleh Allah SWT dan memiliki fungsi penting bagi kehidupan manusia. Hal tersebut tercantum dalam surah Al-Mu'minuun ayat 78 yang berbunyi :



Artinya :

“Dan Dialah yang telah menciptakan bagi kamu sekalian, pendengaran, penglihatan, dan hati. Amat sedikitlah kamu bersyukur” (QS. Al-Mu'minuun(23):78).

Melalui ayat diatas kita dapat mengambil intisari untuk dijadikan pelajaran dan bekal hidup bahwasanya semua yang ada pada diri kita, semua yang kita punya adalah milik Allah, tiada Dzat lain yang lebih kuasa dari-Nya. Kita harus mempergunakan apa yang telah Allah berikan kepada kita dengan sebaik-baiknya dan selalu bersyukur atas nikmat yang telah Allah berikan kepada kita.

## B. Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh *sleep disorder* terhadap sindroma *dry eyes* pada usia muda?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Khusus**

Mengetahui pengaruh *sleep disorder* terhadap sindroma *dry eyes* pada usia muda.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Bagi Program Studi Pendidikan Dokter**

Penelitian ini dapat digunakan untuk mendapat informasi dan membantu untuk referensi perpustakaan supaya menjadi arahan kepada mahasiswa untuk memanfaatkan perpustakaan sebagai pusat sumber belajar.

### **2. Manfaat Bagi Masyarakat**

Penelitian ini dapat memberikan informasi kepada masyarakat agar lebih berhati-hati dalam menjaga kesehatan matanya dan untuk segera melakukan konsultasi ke dokter jika merasa tidak nyaman dengan fungsi matanya.

### **3. Manfaat Bagi Peneliti Lain**

Penelitian ini dapat menjadi sumber data dan referensi untuk memperbarui dan menyempurnakan penelitian-penelitian sebelumnya.

## E. Keaslian Penelitian

1. Penelitian yang dilakukan oleh Masahiko Ayaki, Kazuo Tsubota, Motoka Kawashima, Taishiro Kishimoto, Masaru Mimura (2018) di Tokyo, Jepang dengan judul "*Sleep disorders are a prevalent and serious comorbidity in dry eye*" dengan menggunakan metode cohort. Penelitian ini dilakukan pada 1000 orang pengunjung klinik mata di Jepang yang mengidap sindroma mata kering dengan rentang umur yang tidak menentu menggunakan kuisioner PSQI. Penelitian ini menyimpulkan bahwa sebab adanya kemungkinan terjadi gangguan tidur pada pasien dengan sindroma mata kering dipengaruhi oleh gangguan depresi, sakit, paparan mata pada malam hari. Ada efek timbal baliknya dan jika sudah terkena pasien harus segera kontrol ke psikiatri untuk manajemen gangguan tidur karena penyakit mata kering. Obat topikal dan penghangat mata mungkin bermanfaat untuk meningkatkan kualitas tidur pada sindroma mata kering.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Kyu-Tae Han, Ji Hyung Nam, and Eun-Cheol Park (2019) di Korea Selatan dengan judul "*Do sleep disorders positively correlate with dry eye syndrome? Results of national claim data*" dengan menggunakan metode cohort. Penelitian ini dianalisis dari 44.366 pasien dengan gangguan tidur dengan pasien tidak gangguan tidur, 16,7% nya di diagnosa penyakit mata kering, dan peluang pasien dengan gangguan tidur untuk terkena penyakit mata kering lebih tinggi dibanding yang tidak. Penelitian ini menyimpulkan bahwa gangguan tidur telah terbukti positif dapat menyebabkan sindroma mata kering.
3. Penelitian ini dilakukan oleh Masahiko Ayaki, Kazuo Tsubota, Motoka Kawashima, Taishiro Kishimoto, Masaru Mimura, dan Kazuno Negishi

(2016) di Tokyo, Jepang dengan judul “*Sleep and mood disorders in dry eye disease and allied irritating ocular diseases*” dengan menggunakan metode cross sectional atau case control. Penelitian ini dianalisis dari 715 pasien rawat jalan yang di diagnosis penyakit iritasi okuler diminta untuk mengisi kuisisioner PSQI (*Pittsburgh Sleep Quality*) dan HADS (*Hospital Anxiety and Depression Scale*), 301 orang terkena penyakit mata kering dan 202 orang cocok dengan pengobatan dan melanjutkan kontrol. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kualitas tidur pasien dengan penyakit mata kering lebih buruk daripada pasien dengan mata iritasi lainnya.

4. Penelitian ini dilakukan oleh Ali Makateb, dan Hamed Torabifard (2017) di Tehran, Iran dengan judul “*Dry eye signs and symptoms in night-time worker*” dengan menggunakan metode cross sectional. Penelitian ini dianalisis dari sebanyak 50 subjek sehat yang diminta untuk menyelesaikan kuesioner mata kering dan menjalani pemeriksaan klinis termasuk tes dasar Schirmer dan uji waktu air mata berhenti (TBUT) pada dua hari berturut-turut, sebelum dan sesudah shift malam (shift malam 12 jam). Penelitian ini menyimpulkan bahwa sering kerja di malam hari dapat menyebabkan ketidakstabilan *tears film* mata dan menyebabkan gejala mata kering.

