

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyakit berbahaya yang tidak bisa kita hindarkan dalam kehidupan. Kemenkes RI (2018) mengemukakan bahwa penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyakit yang tidak ditularkan kepada tiap individu dalam kurun waktu lama. Menurut WHO (2022), penyakit tidak menular (PTM), termasuk penyakit jantung, stroke, kanker, diabetes, penyakit paru-paru kronis, secara bersamaan membunuh 41 juta orang di dunia setiap tahunnya atau setara dengan 74% dari semua kematian secara global. Setiap tahun sebanyak 17 juta orang meninggal karena PTM sebelum usia 70 tahun; 86% dari kematian dini ini terjadi di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2022)

Hipertensi disebut sebagai penyakit jantung dan pembuluh darah (kardiovaskular) menjadi penyebab kematian nomor satu di dunia setiap tahunnya (Kemenkes RI, 2018). Hipertensi memiliki risiko tinggi untuk menjadi pintu masuk dari penyakit jantung, gagal ginjal, stroke, dan diabetes. Hasil data prevalensi Riskesdas (2018), prevalensi hipertensi menunjukkan pengukuran hipertensi dialami kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%). Kasus hipertensi di Indonesia masih banyak yang belum terdiagnosis dengan perkiraan hanya 1 dari 3 orang

yang terkena hipertensi telah terdiagnosis (Kemenkes RI, 2020). BPS (2018) menyatakan bahwa penduduk Daerah Istimewa Yogyakarta yang mengalami hipertensi sebanyak 32,9%. Jumlah keseluruhan penderita hipertensi di DIY menurut Riskesdas 2018 ialah sebesar 11.01% yang mana lebih tinggi dibandingkan prevalensi nasional sebesar 8.8%. Akibatnya, D.I. Yogyakarta menduduki posisi ke-4 sebagai provinsi dengan kasus hipertensi yang tinggi di Indonesia. Hasil Laporan Surveilans Terpadu Penyakit (STP) di survey terpadu penyakit (STP) Puskesmas pada tahun 2021 adalah sebanyak 127.684 jiwa memiliki hipertensi. Di sisi lain, terdapat data baru penderita hipertensi sesuai hasil STP Rumah Sakit di D.I. Yogyakarta yang sebesar 8.446 jiwa untuk rawat inap dan 45.115 jiwa untuk rawat jalan. Kedua hasil ini memperlihatkan bahwa 10 besar penyakit di DIY berdasarkan STP di rumah sakit hampir sama dengan STP Puskesmas.

Hipertensi dialami sebagian besar pada populasi berusia produktif hingga memasuki usia pralansia. Menurut Depkes RI (dalam Data Penduduk Sasaran Program Kesehatan 2013), seseorang dikategorikan sebagai pralansia apabila berada di kelompok usia 45-59 tahun. Penambahan usia pada seseorang dapat menurunkan fungsi organ dan hemodinamik pada tubuhnya. Elastisitas dinding pembuluh darah yang menurun merupakan salah satu hal yang berdampak. Akibatnya, terjadi peningkatan tahanan pembuluh darah kapiler sehingga menyebabkan kenaikan tekanan darah. Apabila kenaikan tekanan darah tersebut terus berlangsung, maka akan terjadi kondisi hipertensi pada

seseorang (Hubert & VanMeter, 2018). Maka dari itu, diperlukan upaya untuk mengurangi atau mencegah kejadian hipertensi pada usia pralansia guna meminimalisasi insiden hipertensi pada usia lanjut (Permadani dkk., 2019)

Peran dan dukungan keluarga merupakan faktor fundamental dalam menjaga kestabilan tekanan darah seseorang. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rusminarni dkk. (2021), terdapat hubungan peran keluarga terhadap gaya hidup penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Segala Mider. Peran keluarga dalam perawatan antara lain menjaga atau merawat , mempertahankan dan meningkatkan status mental, mengantisipasi perubahan sosial ekonomi, serta memberikan motivasi dan memfasilitasi kebutuhan spiritual bagi individu. Tidak adanya pasangan yang menemani dalam sehari-hari menjadikan responden tidak ada yang membantu dalam proses pengendalian tekanan darah akibat perasaan takut dan khawatir karena tinggal sendiri menjadikan responden semakin stres sehingga tekanan darah cenderung tinggi (Artiyaningrum & Azam, 2016).

Tidur merupakan faktor yang penting guna menunjang kesehatan yang optimal untuk setiap orang. Secara repetitif, seseorang akan mengalami perubahan status kesadaran dalam periode waktu tertentu ketika mereka tidur. Tidur menyertakan sekumpulan urutan yang diatur oleh aktivitas fisiologis tubuh melalui koordinasi oleh sistem saraf pusat menjadi kesatuan fungsi. Akan tetapi, kekurangan tidur dapat memengaruhi fungsi sistem saraf pusat. Keadaan terjaga yang berkepanjangan sering dihubungkan dengan gangguan proses

berpikir yang progresif dan kadang-kadang pula menyebabkan aktivitas perilaku yang abnormal. Kita semua telah mengetahui bahwa kelambanan pikiran semakin bertambah menjelang akhir periode jaga yang berkepanjangan, tetapi seseorang dapat menjadi mudah tersinggung, atau bahkan menjadi psikotik sesudah keadaan jaga yang dipaksakan. Oleh karena itu, kita dapat menganggap bahwa tidur, melalui berbagai cara, dapat memulihkan tingkat aktivitas normal dan "keseimbangan" normal di antara berbagai bagian sistem saraf pusat (Guyton & Hall, 2014)

Berdasarkan penelitian Zheng dkk. (2014), adanya masalah tidur dapat memengaruhi kualitas tidur penderita hipertensi menjadi buruk dan memberi dampak yang cukup serius seperti memengaruhi tekanan darah, meningkatkan derajat hipertensi seseorang, mengganggu pengendalian tekanan darah yang dapat mengakibatkan adanya risiko komplikasi stroke dan jantung. Selain itu, beberapa penelitian serupa memaparkan bahwa kualitas tidur yang buruk, durasi tidur yang kurang, maupun waktu tidur yang tidak tepat akan menimbulkan beberapa penyakit kardiovaskular, disfungsi metabolik, disregulasi kekebalan tubuh, serta gangguan kognitif seseorang (Beijamini dkk., 2016).

Rudimin dkk. (2017), mengemukakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara tingkatan usia dengan kualitas tidur melalui nilai $p < 0,05$. Tingkatan umur dewasa tua sebanyak 41 orang (65,1%), dewasa muda sebanyak 22 orang (34,9%) sehingga sebagian besar kualitas tidur responden

masuk dalam kategori baik, yaitu sebanyak 37 orang (58,3%). Akan tetapi, diperoleh kualitas buruk sebanyak 26 orang (41,3%) sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin bertambahnya usia seseorang maka akan semakin sulit untuk mendapatkan kualitas tidur yang baik. Berdasarkan data terakhir dari Depkes RI (2010), angka kejadian gangguan tidur pada lansia cukup tinggi, yaitu sekitar 50% pada tahun 2009 dan diprediksi akan terus meningkat setiap tahunnya. Prevalensi penurunan kualitas tidur secara global diprediksi mencapai 5–15% populasi di dunia. Dari perolehan data tersebut, sebanyak 31–75% berkembang menjadi masalah insomnia kronik (Levenson dkk., 2015). Di Indonesia, angka kejadian gangguan kualitas tidur telah menggapai sebanyak 10% dari keseluruhan populasi yang menandakan bahwa sebanyak 28 juta orang 238 juta warga Indonesia mengalami masalah kualitas tidur (Olii dkk., 2018).

Berdasarkan adanya dugaan bahwa terdapat korelasi antara kualitas tidur dengan tekanan darah, penelitian ini ditujukan untuk mengetahui apakah terdapat korelasi antara kualitas tidur dengan tekanan darah pada pasien pralansia hipertensi dan normotensi yang berkunjung ke Puskesmas Gamping 1, Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan tekanan darah pada pralansia hipertensi dan normotensi di Puskesmas Gamping 1, Yogyakarta?

2. Jika ada, bagaimana hubungan antara kualitas tidur dengan tekanan darah pada pralansia hipertensi dan normotensi di Puskesmas Gamping 1, Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah pada pralansia Hipertensi dan Normotensi di Puskesmas Gamping 1.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis karakteristik responden berdasarkan umur dan jenis kelamin.
- b. Menganalisis hubungan antara genetik hipertensi dengan tekanan darah normotensi dan hipertensi.
- c. Menganalisis hubungan antara kualitas tidur dengan tekanan darah pada pra lansia pasien normotensi dan hipertensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian berikut diharapkan menjadi bahan masukan mengidentifikasi hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah pada pralansia hipertensi dan normotensi serta factor risikonya sehingga dapat menjadi referensi bagi para peneliti selanjutnya yang ingin memperdalam gambaran hubungan antara kualitas tidur dengan derajat tekanan darah pada pralansia

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi responden dan masyarakat luas agar bisa mendapatkan edukasi dan informasi berkenaan pentingnya kualitas tidur dan hubungannya dengan tekanan darah pralansia hipertensi dan normotensi.
- b. Bagi pra lansia diharapkan penelitian ini mampu menjadi sumber arahan dan motivasi guna memperdalam kualitas tidur pada pralansia.
- c. Bagi peneliti untuk mendapatkan pengetahuan dan pengalaman akan studi pustaka, pengembangan daya pikir dan penalaran, serta pelaksanaan kegiatan penelitian yang membawa banyak manfaat untuk bekal penelitian ke depannya, menambah informasi dalam pengetahuan khususnya berkaitan dengan perawatan pralansia.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

Nama Peneliti & Tahun	Judul Penelitian	Desain	Variabel	Hasil	Persamaan Penelitian	Perbedaan Penelitian
Erlina Fazriana, Fenti Prianti Rahayu, Supriadi (2023)	Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah Pada Lansia Risiko di Puskesmas Linggar Kabupaten Bandung	Penelitian analitik korelasional dengan pendekatan <i>cross-sectional</i>	Independen: Kualitas tidur Dependen: Tekanan darah	Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden, 64 (74,4%), mengalami kualitas tidur yang buruk, dan sebagian besar peserta, 30 (34,9%), hipertensi stadium 1. Hasil uji spearman rank menunjukkan bahwa nilai p-value (0,000) kurang dari 0,05, sehingga H1 diterima. Pada orang tua yang rentan di Puskesmas Linggar Kabupaten Bandung, terdapat korelasi antara kualitas tidur mereka dan tekanan darah mereka.	a. Menggunakan metode <i>cross-sectional</i> b. Menggunakan data primer, yaitu pengukuran tekanan darah dan kuesioner dengan wawancara.	a. Penelitian ini menguji adanya perubahan kualitas tidur pada lansia risiko karena adanya degenerasi pada lansia. b. Teknik pengambilan sampel dengan total sampling.

Nama Peneliti & Tahun	Judul Penelitian	Desain	Variabel	Hasil	Persamaan Penelitian	Perbedaan Penelitian
Umar Sumarna, Udin Rosidin, Bambang Aditya Nugraha (2019)	Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah Pada Pasien Prehipertensi Puskesmas Tarogong Garut	Penelitian deskriptif korelatif dengan pendekatan <i>cross-sectional</i>	Independen: Kualitas tidur Dependen: Tekanan darah	Hasil penelitian menunjukkan bahwa p Value = 0,47, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara kualitas tidur dengan tekanan darah pada pasien prehipertensi dan hipertensi yang berkunjung ke Puskesmas Tarogong Garut.	a. Menggunakan metode <i>cross-sectional</i> b. Menggunakan data primer, yaitu pengukuran tekanan darah dan kuesioner	a. Responden usia dewasa pertengahan (21-40 tahun) yang prehipertensi b. Metode penelitian deskriptif korelatif c. Sampel prehipertensi diambil secara aksiden
Shofa Roshifanni (2017)	Risiko Hipertensi Pada Orang Dengan Pola Tidur Buruk (Studi di Puskesmas Tanah Kalikedinding Surabaya)	Penelitian observasional analitik dengan desain <i>case-control</i>	Independen: Pola tidur Dependen: Hipertensi	ada hubungan yang signifikan antara pola tidur responden dengan kejadian hipertensi. Hasil analisis besar risiko menunjukkan bahwa risiko menderita hipertensi pada orang yang memiliki pola tidur buruk 9,02 kali lebih besar dibandingkan orang dengan kualitas tidur baik	a. Menggunakan data primer, yaitu kuesioner	a. Desain penelitian yang digunakan adalah case-control b. Pengambilan sampel dengan simple random sampling c. Variabel dependennya adalah hipertensi