

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit tidak menular merupakan masalah kesehatan yang besar di Dunia saat ini salah satunya hipertensi. Hipertensi ialah suatu keadaan dimana tekanan darah mengalami kenaikan dan dapat menyebabkan komplikasi, seperti stroke, gagal ginjal dan jantung (Sakinah 2018). Banyak dari penderita hipertensi tidak menampakan tanda-tanda yang jelas sehingga penderita menganggap penyakitnya biasa. Gejala yang sering dirasakan penderita yaitu, sakit kepala, pusing, sesak napas, dan nokturia (Sakinah 2018). Menurut Corteli dalam Lubis (2013), dampak penyakit hipertensi ini bisa mengganggu saat penderita hendak tidur. Penderita sering merasa pusing, dan terbangun pada malam hari, hal ini berpengaruh terhadap kualitas tidur. Terjadinya gangguan kualitas tidur menyebabkan masalah tidur. Hal itu berdampak serius terhadap tekanan darah, memperburuk perkembangan hipertensi, dan mengganggu tekanan darah (Sakinah, Kosasih, and Sari 2018).

Penyakit yang sangat serius pada saat ini salah satunya adalah hipertensi atau sering disebut dengan *the silent killer*. Di negara Amerika ditaksir 1 per 3 orang dewasa mengidap hipertensi. Menurut Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2014 angka kejadian hipertensi terdapat 982 juta orang di dunia yang mempunyai penyakit hipertensi. Seiring berkembangnya zaman dan perubahan gaya hidup seseorang sangat mempengaruhi terjadinya penyakit tidak menular ini. Prevalensi penderita hipertensi di Indonesia sebesar 25,8% dari jumlah penduduk usia 18 tahun ke atas, dengan jumlah penderita sebanyak 65.048.110 jiwa dari jumlah penduduk Indonesia sebesar 252.124.458 jiwa. Sedangkan jumlah penderita hipertensi di Jawa Barat tahun 2016 ditemukan sebanyak 790.382 penderita. Hasil pengambilan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Sumedang pada tahun 2020, dari jumlah data penderita yang terdiagnosis sebanyak 270.225 orang (91,40%) penderita hipertensi dari 35 kecamatan di Sumedang dan jumlah pasien hipertensi di cimalaka sebanyak 8.639 orang (Amanda, Prastiwi, dan Sutriningsih 2017).

Beberapa penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sagala (2011) di Puskesmas Medan Johor didapatkan hasil bahwa penderita hipertensi tidak dapat tidur dengan baik dan penelitian oleh Lubis (2013) di Puskesmas Medan Teladan hasil penelitiannya menunjukkan yang sama bahwa penderita hipertensi tidak dapat tidur dengan baik. Kedua penelitian tersebut menggunakan kuesioner *Sleep Quality Questionnaires* (SQQ) yang hanya meneliti dalam waktu 24 jam saja serta hanya terdiri dari dimensi latensi tidur, durasi tidur, kepulasan tidur, dan frekuensi terbangun pada malam hari.

Dampak dari gangguan tidur tidak diatasi maka penderita hipertensi tidak dapat tidur dengan baik dan akan berdampak pada kualitas hidup pada penderita dan menyebabkan banyak mengganggu aktivitas sehari-hari, seperti tidak dapat berkonsentrasi dengan baik, selalu merasa mengantuk pada siang hari, selain itu dampak dari tidak teraturnya pola tidur dapat mengganggu kesehatan fisiologis dan psikologis, seperti: penurunan kesehatan, kelelahan, emosi tidak stabil, percaya diri kurang dan lainnya. (Erliana, 2013 dalam Nurlia, 2016).

Untuk itu perlu dilakukan survey mengenai gambaran pola tidur penderita hipertensi. Dalam studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada pasien hipertensi di lingkungan Desa C menggunakan google form didapatkan data dari 10 pasien hipertensi yang mengisi kuesioner di google form, 6 orang yang mengalami pola tidur yang buruk akibat hipertensi dan sering terbangun pada malam hari. Dengan itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran pola tidur pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cimalaka. Hasil penelitian dapat menambah pengetahuan terkait pola tidur yang baik.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan masalah yang sudah diuraikan, sehingga rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Bagaimana gambaran pola tidur pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cimalaka.”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran pola tidur penderita hipertensi.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik usia dan jenis kelamin penderita hipertensi
2. Untuk mengetahui gambaran kualitas tidur penderita hipertensi
3. Untuk mengetahui gambaran durasi tidur penderita hipertensi.
4. Untuk mengetahui gangguan tidur pada penderita hipertensi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Praktis

Manfaat untuk klien yaitu mengetahui gambaran pola tidur klien sehingga dapat dijaga pola tidurnya dan memberikan gambaran pola tidur yang baik.

1.4.2 Manfaat pengembangan

1. Hasil penelitian dapat sebagai bahan baca untuk penderita dan masyarakat agar termotivasi untuk menjaga pola tidur yang baik.
2. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi, menambah pengetahuan dan dapat digunakan sebagai masukan bagi pemberi pelayanan kesehatan.
3. Hasil penelitian diharapkan dapat tercapai serta bisa digunakan oleh penelitian yang akan datang mengenai aspek lain tentang hipertensi.