

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Insomnia merupakan kondisi di mana seseorang mengalami kesulitan untuk memulai tidur, kesulitan untuk mempertahankan tidur, atau bangun terlalu awal yang menandakan kualitas tidur yang buruk dan dapat mengganggu fungsi tubuh. Penderita insomnia mengalami kantuk yang berlebih pada siang hari dikarenakan kuantitas dan kualitas tidurnya tidak cukup (Black & Hawks, 2014; Buysse, 2008; Potter & Perry, 2005).

Setiap tahun diperkirakan sekitar 30-40 % orang dewasa mengalami insomnia. Di Amerika Serikat prevalensi insomnia yang terjadi pada orang dewasa mencapai 60-70 kasus, sedangkan prevalensi insomnia di Indonesia sekitar 11,7 %, ini dapat diartikan bahwa penduduk Indonesia yang mengalami insomnia sebesar 28 juta orang dari total 238 juta penduduk (Ghaddafi, 2013).

Insomnia berdampak pada kehidupan sosial, psikologis dan fisik penderita yang dapat menyebabkan ketidak nyamanan dan mengganggu gaya hidup yang dikehendaki. Selain meningkatkan risiko penyakit generatif seperti hipertensi dan jantung, depresi dan stres ternyata juga merupakan manifestasi gangguan tidur ini (Black & Hawks, 2014; Ghaddafi, 2013).

Hasil penelitian Vgontzas dkk pada tahun 2009 menunjukkan bahwa orang dengan insomnia berisiko tinggi terkena hipertensi. Penderita insomnia

yang tidur kurang dari 5 jam dalam semalam, mempunyai risiko 5 kali lebih besar menderita tekanan darah tinggi dibandingkan dengan mereka yang tidur dalam porsi cukup. Kombinasi waktu tidur yang kurang dan insomnia berkaitan dengan hipertensi. Sebaliknya, responden yang tidur dalam porsi cukup selama lebih dari 6 jam tidak memiliki risiko hipertensi.

Hipertensi merupakan tekanan darah yang nilai sistoliknya melebihi 140 mmHg dan nilai diastoliknya melebihi 90 mmHg, berdasarkan rata-rata dari tiga kali pengukuran atau lebih yang pengukurannya dilakukan secara terpisah. Hipertensi merupakan perwujudan dari gangguan keseimbangan aliran darah dalam sistem kardiovaskular yang dapat disebabkan oleh banyak faktor dan dapat menimbulkan risiko kematian dini (Setiati, 2014; Smeltzer, 2013).

Sekitar 17 juta kematian per tahun disebabkan oleh penyakit kardiovaskuler, sebanyak 9,4 juta kematian di dunia diakibatkan oleh komplikasi dari hipertensi, sekitar 45% kematian akibat dari penyakit jantung dan 51% kematian akibat *stroke* (World Health Organization, 2013). Prevalensi hipertensi tertinggi terdapat di kawasan Afrika sebesar 46%, dan terendah di Amerika sebesar 35%. Di Indonesia prevalensi hipertensi sebesar 26,5 % dan di Jawa Tengah prevalensi hipertensi sebesar 26,4 % (Risikesdas, 2013).

Faktor yang dapat memicu timbulnya hipertensi dapat digolongkan menjadi 2 yaitu faktor yang tidak dapat diubah misalkan (umur, jenis kelamin, etnis, dan keturunan) dan faktor yang dapat diubah misalkan (diabetes, stres, obesitas dan nutrisi (Black & Hawks, 2014). Hipertensi juga dapat meningkatkan risiko terjadinya kejadian kardiovaskular dan kerusakan

langsung pada organ. Berbagai kerusakan pada organ tersebut antar lain infark miokard dan gagal jantung kongestif pada hati, penyakit ginjal kronis pada ginjal, dan stroke pada otak (Setiati, 2014).

Perawat berperan dalam pencegahan terhadap penyakit, memberikan perawatan, manajer kasus, pendidik, meningkatkan kesehatan pasien, serta membuat keputusan klinik (Potter & Perry, 2005). Perawat bertugas sebagai tenaga kesehatan yang setiap saat mendampingi pasien dapat membantu upaya-upaya menjaga kualitas tidur dari pasien agar angka hipertensi akibat insomnia dapat diturunkan.

Berdasarkan studi pendahuluan di ruang poli dalam Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang, diperoleh data pada bulan Agustus-Oktober 2016 terdapat 468 pasien hipertensi. Hasil wawancara yang dilakukan kepada 5 pasien hipertensi, didapatkan hasil 3 pasien mengatakan sulit memulai tidur pada malam hari, mudah terbangun sehingga sulit untuk tertidur kembali, dan 1 pasien mengatakan hanya bisa tidur nyenyak setelah pagi hari. Mengamati data dan studi pendahuluan tersebut, penulis tertarik untuk meneliti hubungan antara tingkat insomnia dengan derajat hipertensi pada pasien hipertensi di ruang poli dalam Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang.

## **B. Perumusan Masalah**

Insomnia merupakan keluhan tidur yang sering dialami oleh seluruh orang di dunia. Penderita insomnia memiliki 5 kali risiko menderita hipertensi bagi yang tidur kurang dari 5 jam semalam daripada mereka yang tidur dalam porsi cukup. Sekitar 17 juta kematian per tahun disebabkan oleh penyakit kardiovaskuler, sebanyak 9,4 juta kematian di dunia diakibatkan oleh

komplikasi dari hipertensi. Berdasarkan uraian yang penulis paparkan, penulis tertarik untuk merumuskan masalah penelitian tentang “Adakah hubungan antara tingkat insomnia dengan derajat hipertensi pada pasien hipertensi di ruang poli dalam Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang”.

### **C. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan antara tingkat insomnia dengan derajat hipertensi pada pasien hipertensi di ruang poli dalam Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang.

#### **2. Tujuan Khusus**

Tujuan khusus dalam penelitian adalah sebagai berikut :

- a. Mendeskripsikan karakteristik pasien hipertensi (usia dan jenis kelamin) di ruang poli dalam Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang.
- b. Mengetahui tingkat insomnia di ruang poli dalam Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang.
- c. Mengetahui derajat hipertensi di ruang poli dalam Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang.
- d. Menganalisis hubungan antara tingkat insomnia dengan derajat hipertensi pada pasien hipertensi di ruang poli dalam Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Peneliti**

Peneliti dapat menerapkan ilmu yang telah diperoleh selama pembelajaran terutama tentang hubungan antara tingkat insomnia dengan derajat hipertensi.

### **2. Bagi Pengembangan Institusi Pendidikan**

Hasil penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman serta menambah wawasan bagi mahasiswa khususnya di bidang keperawatan medikal bedah dalam memahami hubungan antara tingkat insomnia dengan derajat hipertensi.

### **3. Bagi Masyarakat**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang hubungan antara tingkat insomnia dengan derajat hipertensi sehingga masyarakat diharapkan lebih menjaga pola tidur sehat dan beristirahat yang cukup.