

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi atau yang sering disebut dengan tensi tinggi termasuk dalam kategori penyakit tidak menular (PTM) yang terus menjadi masalah kesehatan serius di dunia, khususnya Indonesia (Eswarya dkk., 2023). Umumnya, hipertensi terjadi pada usia lanjut, tetapi penelitian menemukan hipertensi dapat muncul sejak remaja dan prevalensinya meningkat beberapa tahun terakhir (Siswanto dkk., 2020). Kualitas tidur yang baik penting bagi penderita hipertensi. Seseorang yang tidak mendapatkan durasi tidur yang cukup, maka dapat dikatakan memiliki kualitas tidur yang buruk (Eswarya dkk., 2023). Kualitas tidur yang buruk akan berpengaruh besar terhadap kenaikan tekanan darah sehingga seseorang dapat mengalami hipertensi sebagai pemicu timbulnya berbagai penyakit (Amanda dkk., 2017).

Di Indonesia, Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 mencatat prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun sebesar 34,1%. Provinsi Jawa Timur memiliki prevalensi hipertensi yang lebih tinggi, yaitu 36,3%. Angka ini meningkat seiring bertambahnya usia. Jumlah kasus hipertensi di Kota Blitar pada tahun 2023 tercatat sebanyak 47.016 kasus. Distribusi kasus meliputi 13.439 kasus di Puskesmas Kepanjenkidul, dan 17.513 kasus di Puskesmas Sananwetan, 16.064 kasus di Puskesmas Sukorejo. (Dinkes Kota Blitar, 2023). Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan di puskesmas Sukorejo kota Blitar, prevalensi penderita hipertensi usia produktif sebanyak 1.829 kasus yang tersebar di wilayah kecamatan Sukorejo.

Gejala hipertensi seperti sesak napas, sakit kepala, nokturia, dan pusing diketahui dapat mengganggu kualitas tidur seseorang (Xu dkk., 2016). Gangguan tidur ini, pada gilirannya, dapat memperparah hipertensi dan meningkatkan risiko komplikasi. Selain itu, kecemasan sering menjadi faktor tambahan yang menyebabkan gangguan tidur pada penderita hipertensi. Kecemasan berlebih dapat memengaruhi kestabilan emosi dan menurunkan

kualitas tidur, terutama pada wanita yang mengalami penurunan hormon estrogen seiring bertambahnya usia (Mawarni dkk., 2024).

Kualitas tidur yang baik sangat penting bagi penderita hipertensi untuk meningkatkan kesehatan dan memulihkan kondisi tubuh. Semakin berat hipertensi yang dialami seseorang, semakin buruk kualitas tidurnya. Kualitas tidur yang buruk dapat meningkatkan tekanan darah, memperburuk kondisi hipertensi, dan menurunkan kualitas hidup (Ningtyas, 2024a).

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Gambaran kualitas tidur pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Sukorejo Kota Blitar.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan pada latar belakang tersebut, maka penulis merumuskan masalah “Bagaimana kualitas tidur pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Sukorejo Kota Blitar?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui kualitas tidur pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Sukorejo Kota Blitar.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat hipertensi pada penderita hipertensi di Puskesmas Sukorejo Kota Blitar
- b. Mengidentifikasi latensi tidur kualitas tidur subjektif, durasi tidur, gangguan tidur dan efektivitas kebiasaan tidur, penggunaan obat tidur, penggunaan obat tidur, dan disfungsi aktivitas siang hari pada penderita hipertensi di Puskesmas Sukorejo Kota Blitar.

D. Manfaat Penulisan

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai media referensi dalam penelitian berlanjut pada ilmu keperawatan untuk mengetahui kualitas tidur pada penderita hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Ilmu Pendidikan

Dapat menjadi sumber informasi untuk penelitian tentang faktor yang mempengaruhi kualitas tidur pada penderita hipertensi.

b. Subjek Penelitian

Dengan adanya penelitian ini penderita hipertensi dapat memperbaiki kualitas tidur.

c. Peneliti Selanjutnya

Menjadi dasar untuk meneliti lebih lanjut tentang kualitas tidur pada penderita hipertensi.

d. Tenaga Kesehatan

Sebagai panduan dalam memberikan edukasi kepada pasien hipertensi tentang pentingnya menjaga kualitas tidur.