

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gangguan tidur pada lanjut usia merupakan kondisi dimana seseorang mengalami perubahan dalam jumlah dan kualitas pola istirahatnya, yang dapat menyebabkan ketidaknyamanan atau mengganggu gaya hidup yang diinginkan (Dewi & IGAI, 2015). Lansia yang mengalami gangguan pola tidur mengalami proses penurunan atau kemunduran secara bertahap dalam aspek fisik, mental, dan sosial. Terdapat perubahan pada sistem neurologis, yang menyebabkan penurunan jumlah neuron dan fungsi neurotransmitter, sehingga menyulitkan lansia untuk tidur (Erlina, 2017 & Roza Agustin, 2019).

Hubungan antara tekanan darah tinggi dan gangguan pola tidur dapat dijelaskan oleh adanya aktivitas simpatis pada pembuluh darah. Hal ini menyebabkan perubahan curah jantung yang tidak signifikan pada malam hari (Putri Anugrah Heni Fajarnia, 2022). Hipertensi bisa mempengaruhi tidur, baik dari segi kualitas maupun kuantitas, karena merusak pembuluh darah dan menyebabkan perubahan struktural serta penurunan aliran darah di otak (Fitri A, 2018).

Menurut World Health Organization (WHO), angka kejadian hipertensi di seluruh dunia saat ini mencapai 22% dari populasi global. Di Indonesia, prevalensi hipertensi mencapai 34,5% dari total penduduk atau sekitar 63.310.120 kasus yang terdeteksi, dan jumlah kematian akibat hipertensi mencapai 428.912. Di wilayah Jawa Timur sendiri, diperkirakan terdapat sekitar 11.010.418 orang yang menderita hipertensi pada tahun 2020, terdiri dari 47,63% laki-laki dan

52,37% perempuan. Dari jumlah tersebut, hanya 34,50% atau 4.193.279 orang yang mendapatkan perawatan kesehatan (Kementrian Kesehatan RI, 2019). Sedangkan menurut data dari Dinkes Provinsi Jawa Timur tahun 2020, prevalensi penderita hipertensi di Kota Mojokerto sebanyak 36.267 jiwa dan yang mendapat pelayanan Kesehatan sebanyak 41.5%. Dari hasil wawancara pada penderita hipertensi berdasarkan rata-rata pada bulan Januari 2024 di Dusun Ngumpak pada usia di atas 55 tahun terdapat 32 orang. Berdasarkan hasil wawancara dari kader lansia di Dusun Ngumpak setiap bulannya ditemukan ada sekitar 3-6 lansia yang mengalami hipertensi. Kelompok usia yang paling banyak mengalami gangguan tidur terkait hipertensi adalah mereka yang berusia di atas 55 tahun, dengan jumlah mencapai 22 orang, diikuti oleh kelompok usia 18 sampai 44 tahun sebanyak 5 orang, dan kelompok usia 45 sampai 55 tahun sebanyak 5 orang.

Pola tidur yang memadai dan kualitas tidur yang buruk dapat mengubah hormon stress kortisol dan system saraf simpatik, sehingga akan menyebabkan peningkatan tekanan darah. Proses ini kemudian dapat menyebabkan adaptasi struktural pada sistem kardiovaskular, yang pada akhirnya meningkatkan tekanan darah dan akan mengakibatkan gangguan pola tidur. Dampak lain dari penyakit hipertensi yaitu akan menimbulkan komplikasi pada jantung, stroke dan ginjal (Amanda., 2017).

Upaya yang dapat diambil untuk membantu lansia yang mengalami hipertensi dan gangguan pola tidur termasuk memberikan penjelasan mengenai pentingnya tidur yang memadai, menciptakan lingkungan tidur yang nyaman guna meningkatkan kualitas tidur, dan mengajarkan teknik non-farmakologi (Tim Pokja

SIKI DPP PPNI, 2018). Salah satu teknik nonfarmakologi yang dapat diterapkan adalah teknik relaksasi otot progresif, yang bertujuan untuk menanamkan perasaan damai, nyaman, dan rileks (Yuliana sari, 2022). Selain itu, melatih kebiasaan tidur lebih awal, menghindari konsumsi minuman yang dapat menyulitkan tidur seperti kopi, serta mengendalikan asupan makanan yang tinggi garam dan lemak dapat membantu mencegah peningkatan tekanan darah (Madeira, A., Wiyono, J., & Ariani, 2019).

Berdasarkan konteks tersebut, penulis tertarik untuk menyusun karya tulis ilmiah dengan judul "Asuhan Keperawatan Dengan Gangguan Pola Tidur Dan Diagnosa Hipertensi di Dusun Ngumpak Desa Jabon Kab Mojokerto".

1.2 Rumusan Masalah

Mengacu pada konteks latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, perumusan masalah penelitian dapat dirinci sebagai berikut: "Bagaimana pemberian Asuhan Keperawatan kepada Lansia yang Mengalami Gangguan Pola Tidur?"

1.3 Tujuan Studi Kasus

Tujuan dari penelitian ini terdiri dari tujuan umum dan tujuan khusus yang dirinci sebagai berikut:

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk memberikan asuhan keperawatan pada lansia yang menderita hipertensi dengan gangguan pola tidur.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dalam penelitian studi kasus mengenai asuhan keperawatan pada lansia hipertensi dengan gangguan pola tidur adalah:

1. Teridentifikasi proses pengkajian pada lansia hipertensi dengan gangguan pola tidur.
2. Teridentifikasi diagnosa keperawatan pada lansia hipertensi dengan gangguan pola tidur.
3. Teridentifikasi perencanaan keperawatan pada lansia hipertensi dengan gangguan pola tidur.
4. Teridentifikasi pelaksanaan tindakan keperawatan pada lansia hipertensi dengan gangguan pola tidur.
5. Teridentifikasi evaluasi keperawatan pada lansia hipertensi dengan gangguan pola tidur.

1.4 Manfaat Studi Kasus

Manfaat yang diperoleh dari penelitian ini mencakup:

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Laporan studi kasus ini diharapkan memberikan kontribusi pada perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi dalam konteks asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami hipertensi dengan masalah gangguan pola tidur.
2. Hasil laporan studi kasus ini diharapkan dapat digunakan sebagai landasan data untuk penelitian selanjutnya dengan pendekatan dan metode yang berbeda.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Laporan studi kasus ini diharapkan dapat memperluas pemahaman penelitian terkait asuhan keperawatan pada lansia yang mengalami hipertensi dengan gangguan pola tidur.

2. Bagi Petugas.

Dengan adanya laporan studi kasus ini, diharapkan dapat mendorong inovasi dalam penyelenggaraan asuhan keperawatan bagi lansia yang mengidap hipertensi dan mengalami masalah gangguan pola tidur.

3. Bagi Klien dan Keluarga.

Laporan ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi keluarga mengenai perawatan yang diberikan kepada lansia yang menderita hipertensi dengan masalah gangguan pola tidur.

