

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Kemajuan teknologi pada abad ke-21 di negara-negara berkembang termasuk Indonesia, mengakibatkan perubahan gaya hidup di masyarakat menjadi gaya hidup yang tidak sehat, dimana hal tersebut diduga merupakan faktor risiko terjadinya PTM (Penyakit Tidak Menular). Salah satu PTM yang menjadi masalah kesehatan yang sangat serius saat ini adalah hipertensi yang disebut sebagai *the silent killer* (Yonata & Pratama, 2016). Hipertensi merupakan penyakit yang terjadi akibat adanya peningkatan pada tekanan darah didalam arteri, dengan hasil sistolik diatas 140 mmHg dan diastolik diatas 90 mmHg (Roesmono et al., 2017). Tanda gejala yang dapat menyertai hipertensi seperti sesak nafas setelah beraktifitas, mudah merasa lelah, mudah emosi, timbul nyeri pada tengkuk kepala, jantung berdebar-debar, dan gangguan pada pola tidur (Fadlilah, 2019). Salah satu risiko yang ditimbulkan dari hipertensi yaitu gangguan pola tidur. Gangguan pola tidur ialah suatu kondisi dimana seseorang mengalami adanya perubahan pada kualitas dan kuantitas pola tidurnya yang mengakibatkan munculnya rasa tidak nyaman sehingga mengganggu gaya hidup yang diinginkannya (Madeira et al., 2019).

Menurut data WHO tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi (Purwono et al., 2020). Data di Indonesia pada tahun 2018 menunjukkan angka kejadian penyakit hipertensi sebesar 34,1% yang meningkat dari tahun 2013 yaitu sebesar 25,8% (Riskesdas Jatim, 2018).

Angka penyakit hipertensi tertinggi di Kota Mojokerto sebesar 9,33% dan di Kabupaten Mojokerto 8,69%. (Risksdas Jatim, 2018). Berdasarkan hasil studi pendahuluan di RSUD Anwar Medika Sidoarjo pada tahun 2021 didapatkan data penderita hipertensi sebanyak 191.823 orang dengan jumlah 151.653 orang datang tanpa rujukan dan 40.170 orang datang dengan rujukan. Di pulau Jawa dan Bali prevalensi gangguan istirahat tidur juga cukup tinggi sekitar 44% dari jumlah total dewasa. Di Jatim 45% dari jumlah dewasa juga dilaporkan mengalami gangguan tidur di malam hari (Depkes RI, 2018). Berdasarkan studi pendahuluan pada wilayah kerja Dinoyo Kota Malang dari hasil wawancara dengan 15 orang yang mengalami hipertensi 12 diantaranya mengalami gangguan pada pola tidurnya (Madeira et al., 2019).

Beberapa faktor penyebab timbulnya hipertensi meliputi usia, jenis kelamin, faktor dari keturunan, obesitas, mengonsumsi garam secara berlebihan, mengonsumsi alkohol maupun rokok, stres, dan kurang berolahraga (Telaumbanua & Rahayu, 2021). Pada penderita hipertensi umumnya mengalami masalah gangguan pada pola tidur yang disebabkan oleh timbulnya rasa nyeri. Penyebab timbul rasa nyeri pada tengkuk kepala adalah adanya peningkatan pada dinding pembuluh darah, dimana ketika darah dialirkan ke otak lalu terjadi perubahan peningkatan tekanan pada vaskuler di otak sehingga terjadi penekanan pada serabut saraf otot pada bagian leher, yang kemudian menimbulkan rasa ketidak nyaman atau rasa nyeri di bagian tengkuk kepala yang mengakibatkan gangguan pola tidur pada penderita (Ramdani et al., 2017).

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengendalikan gangguan pada pola tidur dapat dengan cara dilakukan standart asuhan keperawatan, contohnya memberikan penjelasan mengenai pentingnya tidur yang adekuat, meningkatkan kualitas tidur dengan menciptakan lingkungan yang nyaman, peran anggota keluarga seperti memberikan inromasi dan saran tentang pengobatan hipertensi, memberi dukungan dengan bentuk kasih sayang, perhatian, dan kepedulian sangat dibutuhkan oleh penderita hipertensi(Telaumbanua & Rahayu, 2021). Upaya lain yang dapat dilakukan untuk menangani gangguan pada pola tidur contohnya mengidentifikasi pola aktivitas tidur, mengidentifikasi faktor pengganggu tidur, memfasilitasi stres sebelum tidur, atau mengajarkan relaksasi otot autogenik (Tim Pokja SIKI DPP PPNI, 2018).

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk mengetahui secara lebih lanjut dan mendalam mengenai “Asuhan Keperawatan Dengan Gangguan Istirahat Tidur Pada Pasien Hipertensi.”

## **1.2 Batasan Masalah**

Masalah pada studi kasus ini dibatasi pada Asuhan Keperawatan Dengan Masalah Gangguan Istirahat Tidur Pada Paien Hipertensi.

## **1.3 Rumusan Masalah**

Dari latar belakang diatas penulis tertarik untuk mengambil masalah kesehatan Asuhan Keperawatan Dengan Masalah Gangguan Istirahat Tidur Pada Pasien Yang Mengalami Hipertensi.

## **1.4 Tujuan Penelitian**

### **1.4.1 Tujuan Umum**

Melaksanakan Asuhan Keperawatan Dengan Masalah Gangguan Istirahat Tidur Pada Pasien Hipertensi.

### **1.4.2 Tujuan Khusus**

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini adalah:

- 1) Melakukan pengkajian keperawatan Dengan Masalah Gangguan Istirahat Tidur Pada Pasien Hipertensi.
- 2) Menetapkan diagnosa keperawatan Dengan Masalah Gangguan Istirahat Tidur Pada Pasien Hipertensi.
- 3) Menyusun perencanaan keperawatan Dengan Masalah Gangguan Istirahat Tidur Pada Pasien Hipertensi.
- 4) Melaksanakan tindakan keperawatan Dengan Masalah Gangguan Istirahat Tidur Pada Pasien Hipertensi.
- 5) Melakukan evaluasi keperawatan Dengan Masalah Gangguan Istirahat Tidur Pada Pasien Hipertensi.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

### **1.5.1 Manfaat Teoritis**

Diharapkan mampu menambah pengetahuan bagi pembaca, dan diharapkan dapat melakukan pencegahan bagi diri sendiri, bagi keluarga, maupun masyarakat agar tidak terjadi penyakit hipertensi.

### **1.5.2 Manfaat Praktis**

- a. Bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan dan pengalaman mengenai melaksanakan Asuhan Keperawatan Dengan Masalah Gangguan Istirahat Tidur Pada Pasien Hipertensi.

b. Bagi masyarakat

Penelitian ini diharapkan menjadi asuhan bagi masyarakat dalam upaya untuk mencegah terjadinya hipertensi yang dapat menimbulkan gangguan pola tidur.

c. Bagi responden

Penelitian ini diharapkan menjadi sumber informasi bagi penderita hipertensi dalam upaya untuk peningkatan istirahat tidur.

d. Bagi instansi kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam meningkatkan inovasi dalam asuhan keperawatan Dengan Masalah Gangguan Istirahat Tidur Pada Pasien Yang Mengalami Hipertensi

