

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Detak jantung istirahat (DJI) adalah detak jantung saat tidak melakukan aktivitas fisik apa pun. Denyut jantung normal adalah 60-100 denyut per menit. (AHA, 2015). Penting untuk mengetahui denyut jantung istirahat karena dapat dikaitkan dengan kesehatan seseorang. Itulah yang diperlihatkan dalam penelitian Alhalabi *et al.* (2017) dimana DJI yang meningkat dapat menjadi prediktor terjadinya penyakit kardiovaskular dan meningkatkan mortalitas karena penyakit kardiovaskular maupun non kardiovaskular. Peningkatan DJI juga meningkatkan risiko terjadinya hipertensi pada individu yang sehat (Colangelo, *et al.*, 2020). Penelitian lain yaitu Seviiri *et al* mengungkapkan bahwa orang dewasa yang denyut jantung istirahatnya meningkat dari < 70 bpm menjadi > 70 bpm memiliki resiko kematian kardiovaskular 23% lebih tinggi dalam 10 tahun kedepan dibandingkan dengan orang dewasa yang denyut jantung istirahatnya dibawah 70 bpm.

Denyut jantung istirahat dapat dipengaruhi oleh usia, indeks massa tubuh, aktivitas fisik, merokok, pola konsumsi seperti kafein, dan posisi tubuh (Otriami, 2021). Selain itu, DJI juga dapat dipengaruhi kualitas tidur dan indeks massa tubuh atau IMT (Quer, *et al.*, 2020; Kang, *et al.*, 2017).

Kualitas tidur buruk merupakan masalah global yang dihadapi orang dewasa saat ini (Abdu & Dule, 2020). Kualitas tidur buruk secara global pada pelajar memiliki prevalensi sekitar 27,8% hingga 76% (Mamun, *et al.*, 2020). Mahasiswa kedokteran mempunyai prevalensi yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa di bidang lain (Sundas, *et al.*, 2020). Pernyataan tersebut dapat didukung oleh penelitian di Indonesia milik Stefanie & Irawaty yang menunjukkan 73,1% mahasiswa kedokteran Universitas Tarumanegara mempunyai kualitas tidur yang buruk. Penelitian di Universitas Sumatera Utara juga menunjukan buruknya kualitas tidur yang dimiliki oleh 84% respondennya (Bangun, 2022). Studi Quer *et al* menemukan bahwa DJI mengalami peningkatan pada responden dengan durasi

tidur dibawah 5 jam, durasi tidur yang singkat menyebabkan kualitas tidur yang buruk.

Selain kualitas tidur buruk yang meningkat secara global, obesitas juga memiliki prevalensi yang tinggi yaitu sekitar 3 juta orang dewasa di dunia mengalami obesitas (WHO, 2016). Prevalensi indeks massa tubuh (IMT) kurus, berlebih, dan obesitas di Indonesia meningkat menjadi 9,3%, 13,6% dan 21,8% pada tahun 2018 dibandingkan tahun 2013 (Riskesmas, 2018). Penelitian Quer *et al* juga menemukan bahwa semakin besar IMT maka semakin meningkat juga denyut jantung istirahatnya dan semakin kecil IMT maka denyut jantung istirahatnya akan semakin menurun (Quer, et al., 2020).

Berdasarkan penjelasan diatas diketahui jika denyut jantung istirahat dapat dipengaruhi oleh IMT dan kualitas tidur. Indeks massa tubuh berpengaruh yang signifikan DJI sedangkan kualitas tidur yang buruk merupakan masalah pada populasi mahasiswa kedokteran dan bisa mempengaruhi DJI. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk mencari tahu hubungan antara IMT dan kualitas tidur terhadap DJI pada mahasiswa kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta angkatan 2019-2022 (FK UPNVJ).

I.2 Rumusan Masalah

Perumusan masalah pada penelitian ini “apakah terdapat hubungan antara kualitas tidur dan indeks massa tubuh terhadap denyut jantung istirahat pada mahasiswa kedokteran Fakultas Kedokteran UPN Veteran Jakarta?”

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara kualitas tidur dan indeks massa tubuh dengan denyut jantung istirahat pada mahasiswa kedokteran Fakultas Kedokteran UPN Veteran Jakarta.

I.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran kualitas tidur pada mahasiswa aktif kedokteran Fakultas Kedokteran UPN Veteran Jakarta yaitu angkatan 2019 – 2022.
2. Mengetahui gambaran indeks massa tubuh pada mahasiswa aktif kedokteran Fakultas Kedokteran UPN Veteran Jakarta yaitu angkatan 2019 – 2022.
3. Mengetahui gambaran denyut jantung istirahat pada mahasiswa aktif kedokteran Fakultas Kedokteran UPN Veteran Jakarta yaitu angkatan 2019 – 2022.
4. Mengetahui hubungan antara kualitas tidur dengan denyut jantung istirahat pada mahasiswa aktif Fakultas Kedokteran UPN Veteran Jakarta yaitu angkatan 2019 – 2022.
5. Mengetahui hubungan antara indeks massa tubuh dengan denyut jantung istirahat pada mahasiswa aktif kedokteran Fakultas Kedokteran UPN Veteran Jakarta yaitu angkatan 2019 – 2022.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Manfaat Teoritis

Memberikan informasi tentang hubungan antara kualitas tidur dan indeks massa tubuh dengan denyut jantung istirahat pada mahasiswa kedokteran.

I.4.2 Manfaat Praktis

a. Manfaat Bagi Subjek Penelitian

Hasil dari penelitian ini bisa menambah pengetahuan mengenai denyut jantung istirahat, meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga pola tidur dan berat badan.

b. Manfaat Bagi Peneliti

Manfaat bagi peneliti yaitu sebagai implementasi ilmu yang didapatkan selama perkuliahan, melatih kemampuan analisis

Audhry Aulia Hasna, 2023

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN DENYUT JANTUNG
ISTIRAHAT PADA MAHASISWA KEDOKTERAN FAKULTAS KEDOKTERAN UPN “VETERAN”
JAKARTA**

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Kedokteran, S1 Kedokteran

[www.upnvj.ac.id-www.library.ac.id-www.repository.upnvj.ac.id]

permasalahan disertai mencari penyelesaiannya, dan menambah pengetahuan mengenai hal-hal yang mempengaruhi denyut jantung dan hubungannya dengan kualitas tidur dan IMT.

Audhry Aulia Hasna, 2023

***HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN DENYUT JANTUNG
ISTIRAHAT PADA MAHASISWA KEDOKTERAN FAKULTAS KEDOKTERAN UPN "VETERAN"
JAKARTA***

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Kedokteran, S1 Kedokteran

[www.upnvj.ac.id-www.library.ac.id-www.repository.upnvj.ac.id]