

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang Masalah

Hipertensi adalah kondisi medis yang ditandai dengan ketidakseimbangan fungsi jantung dan pembuluh darah, akibat berbagai faktor penyebab (Setiati *et al.*, 2014). Pada tahun 2015, WHO memperkirakan 1,13 ribu juta orang atau setidaknya dari tiga orang di seluruh dunia terdapat satu orang yang mengalami penyakit tekanan darah tinggi. Wilayah Asia terutama Asia Tenggara menduduki peringkat ketiga di dunia. Dibandingkan dengan negara Asia disekitarnya, negara Indonesia menduduki peringkat paling tinggi (Badan Kesehatan Dunia, 2011). Menurut hasil Riskesdas tahun 2013, Jawa Barat menduduki posisi keempat dengan jumlah keseluruhan penyakit tekanan darah tinggi sebesar 29,4%, sedangkan angka hipertensi di Kota Depok sebesar 25,8% (Kemenkes RI, 2019). Pada tahun 2020, di kelurahan Sawangan Baru dan Lama tercatat sebanyak 2.916 orang atau sebesar 53,16% dari total yang berobat dan mendapatkan pelayanan (Profil Kesehatan UPTD Puskesmas Sawangan, 2020).

Berdasarkan data yang ada tersebut menyebabkan hipertensi menjadi penyakit paling sulit untuk dikendalikan karena berhubungan dengan gaya hidup masing-masing individu. Pada tahun 2018, didapatkan penyebab peningkatan tekanan darah pada usia > 15 tahun yaitu seperti makanan yang kurang bergizi, aktivitas fisik yang terbatas, kegemukan, merokok, kualitas tidur yang buruk, konsumsi alkohol maupun stres (Kemenkes RI, 2018).

Tidur merupakan kebutuhan dasar yang memiliki fungsi penting bagi kesehatan, kehidupan manusia dihabiskan setidaknya kurang lebih satu per tiga untuk tidur. WHO menyebutkan penduduk di seluruh dunia pernah mengalami hambatan pada saat tidur sehingga dapat mengganggu kehidupan sehari-hari. Di negara Indonesia prevalensi gangguan sulit tidur sebesar 10% dari total jumlah 238 juta penduduk (Oktaviani & Ambarwati, 2020). Studi

sebelumnya menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami masalah tidur, termasuk durasi tidur yang tidak mencukupi (Martini *et al.*, 2018). Selain itu, penelitian Roshifanni, (2016) mendukung temuan yang sama bahwa individu yang mengalami hipertensi lebih banyak terjadi pada individu yang memiliki pola tidur buruk dibandingkan dengan individu yang memiliki pola tidur baik (Roshifanni, 2016).

Stres merupakan reaksi terhadap berbagai stressor yang bersifat khusus. Menurut WHO, prevalensi kejadian stres lumayan sangat tinggi, hampir 350 juta orang di seluruh dunia mengalami stres, menjadikannya penyakit peringkat keempat di dunia (Aqsho dan Pudjijuniarto, 2021). Menurut temuan penelitian Sukma *et al.*, (2019), terdapat adanya hubungan yang signifikan antara stres terhadap peningkatan tekanan darah, dikarenakan stres yang berlangsung lama dapat membuat tubuh seseorang berusaha untuk beradaptasi dengan keadaan yang tidak normal yang terjadi pada pembuluh darah dengan meningkatnya tekanan darah. Pengelolaan stres dalam diri yang kurang akibat berbagai banyak stressor juga dapat menyebabkan seseorang kesulitan untuk mengendalikan emosi dalam melakukan pengobatan dan menjadi tekanan yang berarti bagi sebagian besar pasien.

Penelitian yang dilakukan oleh Budiman *et al.*, (2023) menunjukkan bahwa kualitas tidur dan stres dapat berkontribusi terhadap peningkatan kejadian hipertensi. Sebaliknya, Jaleha *et al.*, (2023) menjelaskan dalam penelitiannya bahwa tidak terdapat adanya peningkatan yang signifikan pada kejadian hipertensi dengan kualitas tidur dan stres. Berdasarkan hal tersebut, pentingnya masyarakat untuk mengetahui dan memahami mengenai penyebab-penyebab yang dapat mempengaruhi tekanan darah.

## **I.2 Rumusan Masalah**

Angka kejadian peningkatan tekanan darah di Indonesia meningkat seiring dengan bertambahnya usia setiap tahunnya, terutama Provinsi Jawa Barat yang menempati posisi keempat dengan penderita hipertensi terbanyak, salah satunya adalah Kota Depok. Tidur dan istirahat yang tidak mencukupi dapat mengganggu kualitas tidur seseorang serta berpotensi menyebabkan

peningkatan tekanan darah. Tidak hanya kualitas tidur, orang yang mengalami stres terbukti juga dapat memengaruhi tekanan darah. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui korelasi antara kualitas tidur, stres, dengan hipertensi di Puskesmas Kecamatan Sawangan Kota Depok pada tahun 2022.

### **I.3 Tujuan Penelitian**

#### **I.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan antara kualitas tidur dan stres terhadap kejadian hipertensi di Puskesmas Kecamatan Sawangan Kota Depok Tahun 2022.

#### **I.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui gambaran hipertensi di Puskesmas Kecamatan Sawangan Kota Depok Tahun 2022.
2. Mengetahui gambaran kualitas tidur dan stres terhadap kejadian Hipertensi di Puskesmas Kecamatan Sawangan Kota Depok Tahun 2022.
3. Menganalisis hubungan kualitas tidur terhadap kejadian Hipertensi di Puskesmas Kecamatan Sawangan Kota Depok Tahun 2022.
4. Menganalisis hubungan stres terhadap kejadian Hipertensi di Puskesmas Kecamatan Sawangan Kota Depok Tahun 2022.

### **I.4 Manfaat Penelitian**

#### **I.4.1 Manfaat Teoritis**

Studi penelitian ini memiliki manfaat teoritis karena memberikan kontribusi dalam memberikan informasi, menambah pengetahuan, dan memajukan studi kesehatan masyarakat tentang hipertensi, khususnya di wilayah Depok. Dengan mengidentifikasi faktor risiko potensial, ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan mempromosikan hasil kesehatan yang lebih baik.

#### **I.4.2 Manfaat Praktis**

##### **a. Responden**

Hasil dari penelitian yang sudah dilakukan ini diharapkan dapat digunakan untuk menambah pemahaman bagi responden serta menjadi

referensi bagi masyarakat dalam memberikan pemahaman mengenai penyakit Hipertensi.

b. Puskesmas

Berdasarkan dengan adanya hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk meningkatkan pelayanan kesehatan terutama di UPTD Puskesmas Sawangan.

c. Institusi Pendidikan

Universitas dengan jurusan Kesehatan mendapatkan informasi dari data hasil penelitian yang dapat digunakan sebagai usaha preventif sehingga dapat mengurangi dampak yang ditimbulkan dari faktor risiko terhadap kejadian Hipertensi.

d. Peneliti

Diharapkan dengan adanya hasil penelitian ini dapat meningkatkan pemahaman peneliti mengenai penyebab terjadinya hipertensi dan penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi literatur serta berfungsi sebagai pertimbangan untuk upaya penelitian di masa yang akan datang.