

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan kondisi patologis yang ditandai oleh peningkatan tekanan darah yang berlangsung terus-menerus, dengan tekanan darah sistolik mencapai ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan diastolik mencapai ≥ 90 mmHg, berdasarkan pengukuran yang dilakukan pada dua waktu yang berbeda. Penyakit ini sering disebut sebagai *silent killer* karena tanda-tanda hipertensi sulit untuk dikenali atau bahkan bisa tidak menunjukkan gejala sama sekali (World Health Organization, 2023). Hipertensi menjadi salah satu isu kesehatan yang signifikan di seluruh dunia karena jumlah pengidapnya yang terus bertambah dan sering kali tidak menunjukkan gejala di awal, sehingga dijuluki sebagai pembunuh tanpa suara. Jika tidak diobati dengan benar, kondisi ini bisa menimbulkan berbagai komplikasi yang serius, seperti penyakit jantung, stroke, gagal ginjal, dan masalah pada pembuluh darah. Selain dampak fisik, hipertensi juga dapat memengaruhi kualitas hidup pasien, yang mencakup gangguan tidur dan istirahat, yang ditandai dengan kesulitan untuk tidur, sering terbangun di malam hari, serta penurunan kualitas tidur (Nurhikmawati et al., 2024).

Data dari WHO menunjukkan bahwa jumlah orang dewasa yang mengalami hipertensi di seluruh dunia mengalami peningkatan yang signifikan, dari 650 juta kasus pada tahun 1990 jadi 1,3 miliar kasus pada tahun 2019. *World Health Organization* (WHO) memperkirakan sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia antara 30 hingga 79 tahun menderita hipertensi, dengan sebagian besar berasal dari negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Sekitar 46% orang yang terkena hipertensi tidak menyadari kondisi mereka, dan hanya sebagian kecil saja yang mendapatkan perawatan serta mampu mengatur tekanan darah mereka (World Health Organization, 2023). Hipertensi menjadi kondisi yang semakin umum seiring bertambahnya usia. Orang yang lebih tua memiliki kemungkinan lebih besar untuk mengalami hipertensi karena perubahan pada elastisitas pembuluh darah serta penurunan kinerja organ tubuh. Sekitar 60%

dari kasus hipertensi terjadi pada individu yang berusia di atas 60 tahun, menjadikannya sebagai salah satu isu kesehatan yang sering dijumpai di kalangan lansia (Williams et al., 2018).

Prevalensi hipertensi di kalangan warga berusia ≥ 18 tahun di Indonesia, menurut Riskesdas 2018, mencapai 34,1%. Angka ini menunjukkan kenaikan dibandingkan dengan tahun 2013 yang tercatat sebesar 25,8%. Informasi ini menunjukkan bahwa hipertensi masih merupakan isu kesehatan yang signifikan di Indonesia dan memerlukan perhatian lebih dalam upaya pencegahan dan pengelolaan penyakit yang tidak menular (Riskesdas, 2018). Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) pada tahun 2023 menunjukkan bahwa tingkat hipertensi di Indonesia turun menjadi 30,8%. Meskipun ada penurunan dibandingkan dengan tahun 2018, angka ini masih tergolong tinggi karena hampir 1 dari 3 orang dewasa di Indonesia menderita hipertensi. Selain itu, hipertensi juga merupakan salah satu penyebab utama kematian di Indonesia, sehingga sangat penting untuk melakukan upaya pengendalian dan meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya menjaga tekanan darah agar tetap normal (KemKes RI, 2023).

Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta menginformasikan bahwa jumlah penderita hipertensi pada penduduk berusia di atas 18 tahun di Daerah Istimewa Yogyakarta mengalami kenaikan, dari 10,68% pada tahun 2018 menjadi 13,0% di tahun 2023 (Dinas Kesehatan Yogyakarta, 2024). Berdasarkan informasi dari catatan medis Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta, penyakit tekanan darah tinggi berada di posisi teratas dalam daftar sepuluh diagnosis penyakit paling umum di Poli Rawat Jalan rumah sakit tersebut. Data dari catatan medis Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta menunjukkan jumlah pasien sebanyak 5977 orang pada tahun 2020, meningkat menjadi 6087 orang pada tahun 2021, mencapai 6145 orang pada tahun 2022, dan pada tahun 2023 mencatat total 6613 pasien. Dalam tiga bulan terakhir, yaitu November dan Desember 2023 serta Januari 2024, terdapat 3564 pasien hipertensi yang dirawat di Poli Rawat Jalan Rumah Sakit Panti Rapih (Rumah Sakit Panti Rapih, 2024).

Gangguan dalam pola tidur dan istirahat adalah salah satu masalah yang umum dialami oleh lansia, terutama mereka yang memiliki hipertensi. Perubahan fisiologis yang terjadi seiring bertambahnya usia membuat lansia lebih rentan terhadap kesulitan tidur, sering terbangun di malam hari, serta mengalami penurunan dalam kualitas tidur. Keadaan ini dapat berdampak pada peningkatan tekanan darah karena kurang tidur bisa mengganggu kerja sistem saraf otonom dan memperhebat aktivitas saraf simpatis. Beberapa studi menunjukkan bahwa tidur yang tidak berkualitas berkaitan dengan meningkatnya tingkat hipertensi pada lansia. Oleh sebab itu, perhatian terhadap masalah tidur pada lansia sangat penting karena bisa memperparah hipertensi dan mengurangi kualitas hidup mereka (Isnaini et al., 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh Susilo et al., (2024) mengungkapkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dan tekanan darah pada pasien yang menderita hipertensi. Mereka yang memiliki kualitas tidur yang buruk cenderung lebih berisiko mengalami kenaikan tekanan darah dibandingkan dengan pasien yang tidur dengan baik. Penelitian lain yang dilakukan oleh Setyaningrum et al., (2020) juga menyatakan bahwa gangguan tidur pada lansia yang mengalami hipertensi dapat memperburuk kesehatan serta meningkatkan risiko komplikasi penyakit jantung dan pembuluh darah. Maka dari itu, kualitas tidur merupakan salah satu aspek krusial yang harus diperhatikan dalam perawatan pasien hipertensi. Meningkatnya tekanan darah dapat menimbulkan keluhan seperti sakit kepala, ketidaknyamanan, cemas, dan ketegangan, yang semuanya mempengaruhi kualitas tidur pasien. Masalah dengan tidur ini dapat memperparah kondisi tekanan darah, sehingga memunculkan siklus yang terus berulang antara hipertensi dan gangguan tidur (Susilo et al., 2024).

Berbagai pendekatan dalam pengelolaan hipertensi telah terbukti berhasil dalam mengatur tekanan darah, baik melalui pengobatan dengan obat antihipertensi maupun pendekatan nonmedis seperti perubahan gaya hidup, pengurangan asupan garam, aktivitas fisik yang rutin, pengelolaan stres, dan pendidikan

kesehatan. Selain itu, tindakan keperawatan yang bertujuan untuk meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan dan mengubah perilaku kesehatan juga dilaporkan dapat meningkatkan pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi. Namun, dalam praktik sehari-hari pelayanan kesehatan, masih ditemukan pasien hipertensi yang mengalami masalah dengan istirahat dan tidur meskipun telah menjalani terapi untuk hipertensi. Hal ini menunjukkan bahwa hanya mengendalikan tekanan darah tidak selalu cukup untuk menyelesaikan masalah tidur yang dialami oleh pasien. Oleh karena itu, penerapan perawatan keperawatan yang tepat dan menyeluruh sangat diperlukan untuk membantu mengatasi masalah tidur dan istirahat pada pasien hipertensi sehingga diharapkan dapat meningkatkan kenyamanan, kualitas tidur, dan kondisi kesehatan pasien secara keseluruhan.

Berdasarkan latar belakang diatas maka, maka penting untuk dilakukan studi lebih mendalam tentang asuhan keperawatan pada pasien dengan gangguan istirahat dan tidur patologi hipertensi di Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran dan analisis asuhan keperawatan pada pasien dengan gangguan pola istirahat dan tidur patologi hipertensi di Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mendidentifikasi asuhan keperawatan pada pasien dengan gangguan pola istirahat dan tidur patologi hipertensi di Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Melakukan pengkajian keperawatan pada pasien hipertensi dengan gangguan pola istirahat dan tidur

1.3.2.2 Mengidentifikasi diagnosis keperawatan pada pasien hipertensi dengan gangguan pola istirahat dan tidur

- 1.3.2.3 Mengidentifikasi rencana intervensi keperawatan pada pasien hipertensi dengan gangguan pola istirahat dan tidur
- 1.3.2.4 Mengidentifikasi tindakan keperawatan pada pasien hipertensi dengan gangguan pola istirahat dan tidur
- 1.3.2.5 Mengobservasi evaluasi hasil tindakan keperawatan pada pasien hipertensi dengan gangguan pola istirahat dan tidur
- 1.3.2.6 Melakukan observasi dokumentasi keperawatan pada pasien hipertensi dengan gangguan pola istirahat dan tidur

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademis

Bagi Institusi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan bacaan atau referensi dalam pengembangan pengetahuan terutama pada jurusan keperawatan mengenai Asuhan keperawatan pada pasien dengan gangguan istirahat dan tidur patologi hipertensi.

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan keuntungan bagi pasien yang menderita hipertensi, terutama dalam memahami masalah gangguan istirahat dan tidur yang mereka alami. Di samping itu, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi pasien untuk lebih fokus pada pola tidur serta menjaga kualitas tidur demi membantu pengaturan tekanan darah dan meningkatkan kesehatan mereka.