

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia merupakan Negara berkembang dimana penduduknya terbesar nomor 4 di dunia. Salah satu perkembangan di Indonesia yaitu meningkatnya jumlah lanjut usia. Dimana proses menua merupakan suatu yang fisiologis yang dialami oleh semua orang. Batasan seseorang dikatakan lanjut usia berdasarkan UUD no 13 tahun 1998 adalah memasuki usia 60 tahun ke atas (Dediknas, 2008).

Seiring meningkatnya derajat dan kesejahteraan penduduk akan berpengaruh pada peningkatan Usia Harapan Hidup (UHH) di Indonesia. Jumlah penduduk lansia pada tahun 2006 adalah ± 19 juta jiwa dengan usia harapan hidup 66,2 tahun. Pada tahun 2010 diprediksi jumlah lanjut usia sebesar 23,9 juta (9,77 %) dengan usia harapan hidup 67,4 tahun. Sedangkan pada tahun 2020 diprediksi jumlah lanjut usia akan mencapai 28,8 juta (11,34%) dengan usia harapan hidup 71,1 tahun (Efendi, 2009).

Hipertensi atau darah tinggi adalah penyakit yang sebagian besar adalah penyakit yang diderita oleh lanjut usia, dimana hipertensi atau darah tinggi adalah dimana terjadinya gangguan pada pembuluh darah yang menyebabkan suplai oksigen dalam darah menjadi lambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkan. Selain itu keadaan dimana tekanan darah meningkat melebihi batas normal. Batas tekanan darah normal bervariasi sesuai dengan usia. Berbagai faktor yang banyak dirasakan pada penderita hipertensi yaitu salah

satunya kualitas tidur menjadi menurun, dimana disebabkan karena peningkatan stress yang dialami penderita sehingga meningkatnya suatu tekanan darah yang menyebabkan keseimbangan tubuh terganggu karena efek peningkatan tekanan darah (Sani,dkk, 2008).

Hipertensi juga banyak dipengaruhi oleh gaya hidup yang kurang sehat dimana salah satunya hipertensi disebabkan oleh stres yang berkepanjangan yang menyebabkan tekanan menurun. Stres yang sudah biasa karena bisa saja disebabkan oleh perubahan yang mendadak pada aktivitas yang biasanya penderita lakukan, selain itu bisa disebabkan karena ketidakmampuan penderita dalam menyesuaikan diri terhadap penyakit mereka sehingga mereka bisa memperlihatkan stress yang mereka alami, depresi maupun keputusasaan mereka.

Menurut Zamhir (2004) menunjukkan prevalensi hipertensi di pulau jawa 41,9% dengan kisaran dengan masing masing di provinsi 36,6% -47,7% prevalensi di perkotaan 39,9% (37,0%-45,8%) dan di perdesaan 44,1% (36,2%-51,7%). Semarang sebagai ibukota jawa tengah pada tahun 1998 menunjukkan bahwa sebesar 8,2 % mengalami hipertensi (Dediknas,2012).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo pada tahun 2012, kasus hipertensi di seluruh Kabupaten Sukoharjo ditemukan sebanyak 17.920 penderita, dan pada tahun 2013 data Dinas Kesehatan Sukoharjo menunjukkan 19.920 penderita hipertensi di seluruh Kabupaten Sukoharjo. kemudian berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Sukoharjo

bahwa angka hipertensi di Puskesmas polokarto pada tahun 2013 yaitu sebesar 4.354 (Dinkes Sukoharjo, 2013).

Hal lain selain stres yang sering dialami oleh penderita hipertensi lanjut usia adalah menurunnya kualitas tidur yang di sebabkan oleh beberapa faktor diantaranya bisa karena penyakit stres dan hal yang menjadikan kualitas tidurnya menurun. Kualitas tidur merupakan kemampuan seseorang dalam mempertahankan keadaan tidurnya untuk mendapatkan kebutuhan tidur yang sesuai dengan tidur yang di butuhkan (Hidayat,2008).

Kebutuhan tidur seseorang berbeda beda, dimana pada seseorang yang lanjut usia di butuhkan tidur kurang lebihnya 6-8 jam per hari. Sebagian besar lanjut usia beresiko mengalami gangguan tidur karena di akibatkan adanya pemicu penyakit yang diderita (Hidayat,2008).

Berdasarkan data yang di dapatkan di Puskesmas Polokarto Kabupaten Sukoharjo Jawa Tengah di dapatkan data kunjungan penderita penyakit hipertensi mencapai 4.354orang .Diantaranya kurang lebih 1373 orang lanjut usia dari 9 desa di Kecamatan Polokarto, dan dimana lanjut usia di desa wonorejo sebanyak 367 lanjut usia.

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Desa Wonorejo Kecamatan Polokarto ditemukan data kunjungan lanjutusia ke posyandu desa wonorejo yang mengalami hipertensi sebanyak 163 orang lansia yang di dapatkan dari 3 tempat posyandu lansia danhasil wawancara dari 28 lanjut usia di Kelurahan Belimbing Rt.4Rw.2 di Desa Wonorejo mengatakan susah tidur, karena penyakit sering kambuh, lemas, sering pusing selain itu banyak pikiran

sehingga mengakibatkan fisik atau kesehatan mereka menjadi menurun, dan 15 diantaranya tidak mengalami gangguan tidur.

Dimana berdasarkan hasil wawancara pada penderita hipertensi yang sudah lanjut usia mengatakan tidurnya sering terganggu karena sering mengalami pusing yang berlebih sehingga menyebabkan badannya menjadi lemas, selain itu mereka sering merasa minder karena merasa dirinya sudah tidak dibutuhkan karena fisik mereka sudah tak bisa di harapkan sepenuhnya, oleh sebab itu yang menyebabkan mereka menjadi stress dan penyakitnya menjadi cepat kambuh. Selain itu adapun lansia yang mengatakan merasakan kesepian di rumah karena anak dan cucu mereka sudah tinggal di rumah masing masing sehingga mereka merasa kesepian.

Dari data puskesmas yang didapatkan banyak lansia yang datang ke puskesmas untuk pemeriksaan rutin tekanan darahnya. Namun setelah di data sebagian lansia yang menderita hipertensi ibanyak mengalami peningkatan tekanan darah dan mengeluh susah untuk tidur.

Dari hasil observasi yang didapatkan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai: “HUBUNGAN TINGKAT STRESS DAN PENINGKATAN TEKANAN DARAH TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:”Adakah hubungan tingkat stress dan peningkatan

tekanan darah terhadap kualitas tidur pada lansia penderita hipertensi di Desa Wonorejo Kecamatan Polokarto.”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tingkat stress dan peningkatan tekanan darah terhadap kualitas tidur pada lansia penderita hipertensi.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat stress yang di rasakan lansia penderita hipertensi.
- b. Mengetahui peningkatan tekanan darah yang dirasakan lansia penderita hipertensi.
- c. Mengetahui kualitas tidur yang dirasakan lansia penderita hipertensi.
- d. Mengetahui tingkat stress terhadap kualitas tidur yang di rasakan lansia penderita hipertensi.
- e. Mengetahui peningkatan tekanan darah terhadap kualitas tidur yang di rasakan lansia penderita hipertensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Institusi Pendidikan

Untuk menyediakan data dasar dalam melanjutkan kasus masalah tentang hubungan tingkat stress dan peningkatan tekanan darah terhadap kualitas tidur lansia penderita hipertensi.

2. Manfaat Bagi Penderita

Untuk memberikan pengetahuan cara mencegah tingkat stress yang mengakibatkan peningkatan tekanan darah dan gangguan kualitas tidur pada lansia penderita hipertensi.

3. Manfaat Bagi Perawat

Manfaat ini dapat member sumbangan materi khususnya pada keperawatan gerontik mengenai hubungan tingkat stress dan peningkatan tekanan darah terhadap kualitas tidur lansia penderita hipertensi.

4. Manfaat Bagi Peneliti

Untuk menambah pengetahuan dan pendalaman tentang hubungan tingkat stress dan peningkatan tekanan darah terhadap kualitas tidur lansia penderita hipertensi.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian yang berhubungan dengan penelitian inia adalah:

1. Penelitian Masqon (2005) dengan judul skripsi: “Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada kelompok usia lanjut di Kecamatan Pegandon Kabupaten Kendal” penelitian ini meneliti variabel kejadian hipertensi. Penelitian ini menggunakan responden sebanyak 190 orang dimana 95 sebagai kasus dan 95 sebagai control. Penelitian kasus control dengan menggunakan data KMS dari buku catatan kader serta hasil data wawancara dan pengukuran serta analisis untuk menguji hipotesa. Hasil penelitian menunjukkan hubungan dua faktor resiko sfesifik (p, 0,05) dengan kejadian hipertensi lansia yaitu IMT beresiko(OR= 44,29-95%), CI 17,84-110.00) dan konsumsi lemak berlebih (OR 269,04-95% CI59,36-

121,360 sedangkan 3 faktor lainnya adalah faktor protektif kejadian hipertensi lansia yaitu jenis kelamin, umur dari 60 tahun, kebiasaan merokok.

2. Penelitian Rossanti (2011) dengan judul “Gambaran Mekanisme Koping Lanjut Usia Penderita Hipertensi Dalam Menghadapi Penyakit hipertensi di Puskesmas Gatak Sukoharjo. “Hasil penelitian yang dilakukan adalah sumber dukungan yang banyak dilakukan responden adalah dari anak-anak mereka, 70% yang melakukan mekanisme koping adaptif dengan cara olah raga pagi, menghindari makanan yang mengandung garam dan 30 % cenderung melakukan coping maladaptive yaitu masih mengkonsumsi makanan asin, dan tidak melakukan olah raga pagi.