

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi salah satu penyebab utama kematian prematur di dunia. Hipertensi dapat didefinisikan sebagai tekanan darah arteri persisten sebesar 140/90 mmHg atau sistol maupun diastol pada umur 18 tahun atau lebih. Hipertensi jarang disadari oleh seseorang karena Hipertensi sering tidak memiliki gejala khusus. Gejala-gejala hipertensi antara lain yaitu pusing atau sakit kepala, wajah merah, tengkuk terasa pegal, susah tidur, mudah marah, tinnitus (Damayanti, 2013).

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa penduduk dunia sekitar 972 juta orang atau menurut persentase 26,4% penghuni bumi mengalami Hipertensi, pada angka tersebut kemungkinan bisa saja terjadi peningkatan yang besar yakni 29,2% pada tahun 2025. Total dari jumlah penduduk dunia yakni 972 juta pengidap penyakit hipertensi, maka penduduk yang jumlahnya 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara berkembang, termasuk negara Indonesia (Yonata & Permana, 2016).

Berdasarkan data Litbangkes pada Riskesdas tahun 2018, menunjukkan angka prevalansi Hipertensi pada penduduk > 18 tahun berdasarkan pengukuran secara nasional sebesar 34,11 %. Peningkatan prevalensi Hipertensi berdasarkan cara pengukuran juga terjadi di hampir

seluruh provinsi di Indonesia. Peningkatan prevalensi tertinggi terdapat DKI Jakarta sebesar 13,4%, Kalimantan Selatan sebesar 13,3% dan Sulawesi Barat sebesar 12,3%. Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa Provinsi Kalimantan Selatan memiliki prevalensi tertinggi sebesar 44,13%, diikuti oleh Jawa Barat sebesar 39,6%, Kalimantan Timur sebesar 39,3%, Provinsi Papua memiliki prevalensi Hipertensi terendah sebesar 22,2% diikuti oleh Maluku Utara sebesar 24,65% dan Sumatra Barat sebesar 25,16%.

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Ciamis pada tahun 2019, Hipertensi termasuk dalam sepuluh besar penyakit terbanyak di Kabupaten Ciamis. Tepatnya terbanyak kedua setelah penyakit Nasofaringitis akut dengan jumlah kasus sebanyak 36.466 kasus. Data kunjungan Hipertensi meningkat dari tahun 2017 menjadi 24.161 kasus dan meningkat lagi di tahun 2018 menjadi 24.439 kasus.

Di masyarakat hipertensi menjadi penyakit yang sangat umum dan sering muncul gejala seperti nyeri kepala secara mendadak. Hipertensi kronis yang tergolong hipertensi berat, biasanya akan menimbulkan keluhan yang khusus yaitu sakit kepala, kelelahan, mual, muntah, sesak napas, nafas pendek, gelisah, pandangan mata kabur dan berkunang-kunang, emosional, telinga berdengung, sulit tidur, tengkuk terasa berat, nyeri kepala bagian belakang dan di dada, otot lemah, terjadi pembengkakan pada kaki dan pergelangan kaki, keringat berlebih, denyut Jantung yang kuat, cepat atau tidak teratur, impotensi, perdarahan di urine, bahkan mimisan (Herlambang, 2013). Setiap penyakit yang menyebabkan nyeri, ketidaknyamanan fisik atau

masalah suasana hati seperti kecemasan atau depresi dapat memengaruhi masalah tidur (Hendrawati et al., 2021).

Menurut Phitaloka (2015) dikutip dalam Jurnal hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah dan kemampuan konsentrasi belajar, tidur merupakan salah satu kebutuhan fisiologis yang berpengaruh terhadap kualitas dan keseimbangan hidup. Seseorang yang mengalami gangguan dalam siklus tidur, maka fungsi fisiologis tubuh yang lain juga dapat terganggu atau berubah. Kegagalan untuk mempertahankan siklus tidur-bangun individual yang normal dapat mempengaruhi kesehatan seseorang. Kualitas tidur yang buruk merupakan faktor resiko terjadinya masalah fisik dan psikologis. Masalah fisik yang dapat ditimbulkan antara lain peningkatan kadar glukosa darah dan merupakan faktor resiko terjadinya gangguan kardiovaskular seperti peningkatan tekanan darah baik pada anak-anak, remaja, maupun dewasa.

Masalah tidur terjadi dalam persentase yang besar pada populasi dan biasanya tidak dibahas sebagai bagian dari evaluasi medis secara lengkap. Kantuk meningkatkan resiko kecelakaan kendaraan bermotor dan kecelakaan kerja, mengurangi kinerja dan kualitas hidup. Jika tidak diidentifikasi dan diobati dengan baik gangguan tidur dapat menyebabkan atau memperburuk gangguan medis dan psikiatris seperti Hipertensi, penyakit pembuluh darah coroner atau otak, obesitas, dan depresi (Hendrawati, Setyawan, Moh, Saifudin, & Sari, 2021).

Dari hasil penelitian lain menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan tekanan darah sistolik maupun diastolik. Hasil tersebut sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa pada saat seseorang mengalami gangguan tidur, maka hipotalamus akan mengaktifkan dua sumbu yakni medulla adrenal sympatic system dan hipotalamic Pituitary Adrenal-axis (HPA- axis). pada saat stressor datang disebabkan oleh gangguan tidur, maka hormone norepinefrin dan epinefrin disekresikan oleh kelenjar medulla adrenal dan efek dari perangsangannya yaitu langsung pada organ organ spesifik seperti pembuluh darah setiap jaringan akan mengalami vasokontiksi sehingga membuat tahanan perifer meningkat yang akhirnya dapat meningkatkan tekanan darah (Hendrawati, Setyawan, Moh, Saifudin, & Sari, 2021).

Menurut Jain dalam jurnal (Sutrisno, Widayati, & Rahmawati, 2021) Pengobatan hipertensi ada dua cara yaitu, pengobatan secara farmakologis dan nonfarmakologi. Terapi nonfarmakologi atau bisa disebut dengan terapi alternatif yaitu salah satunya menggunakan aromaterapi.

Aromaterapi adalah terapi yang menggunakan minyak essensial atau sari minyak murni untuk membantu memperbaiki atau menjaga kesehatan membangkitkan semangat menyegarkan serta menenangkan jiwa dan raga. Aromaterapi memiliki manfaat yang sangat beragam, mulai dari pertolongan pertama sampai membangkitkan rasa gembira (Astuti, Rahayu, & Wijayanti, 2015).

Menurut Jaelani dalam jurnal (Sutrisno, Widayati, & Rahmawati, 2021) Aromaterapi lavender merupakan suatu cara perawatan tubuh dengan menggunakan minyak essensial. Aromaterapi lavender berkerja dengan mempengaruhi fisik dan juga emosional. Manfaat pemberian aromaterapi lavender yaitu dapat menurunkan kecemasan tekanan darah tinggi, frekuensi jantung, stres, gangguan pola tidur serta meningkatkan produksi hormon melatonin dan serotonin. Aromaterapi dapat diaplikasikan dengan berbagai cara antara lain dengan cara steam, inhalasi dan kompres.

Pengobatan hipertensi dapat dilakukan dengan farmakologis maupun non farmakologis. Dengan pengobatan farmakologis bersifat jangka panjang, dapat digunakan dalam mengatasi hipertensi berupa diuretik, beta bloker, ACE inhibitor, angiotensin II reseptor blocker serta vasodilator. Dengan cara pengobatan non farmakologis dapat digunakan sebagai pelengkap atau pendamping dalam mendapatkan pengobatan farmakologis yang lebih baik sehingga dapat mengontrol atau mempertahankan tekanan darah (Rini, 2020).

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk membuat karya tulis ilmiah dengan judul “Gambaran Kualitas Tidur Pada Pasien Hipertensi yang dilakukan Pemberian Aromaterapi Lavender” adapun lokasi untuk dilakukan penelitian yakni di Rumah Sakit Umum Daerah Ciamis.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka, rumusan masalah KTI ini adalah “Bagaimana Gambaran Kualitas Tidur pada Pasien Hipertensi yang dilakukan pemberian Aromaterapi Lavender?”

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran Kualitas Tidur pada Pasien Hipertensi yang dilakukan Pemberian Aromaterapi Lavender.

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan karakteristik kualitas tidur pada pasien Hipertensi.
- b. Menggambarkan komponen – komponen penilaian kualitas tidur pada pasien Hipertensi meliputi komponen kualitas tidur subjektif, latensi tidur, durasi tidur, efisiensi tidur, gangguan tidur, penggunaan obat tidur, dan disfungsi di siang hari.
- c. Menggambarkan respon atau perubahan kualitas tidur pada pasien Hipertensi.

D. Manfaat

1. Bagi peneliti, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan terkait intervensi yang dapat dilakukan terhadap kualitas tidur pada pasien Hipertensi.

2. Bagi pasien dan keluarga, diharapkan klien dan keluarga mendapat informasi dan motivasi untuk merawat klien serta dapat memahami teknik pemberian aromaterapi terhadap kualitas tidur pada pasien Hipertensi.
3. Bagi institusi Pendidikan, menjadi bahan masukan untuk penerapan dan memanfaatkan ilmu yang didapat selama proses pembelajaran (PBM).
4. Bagi rumah sakit, data dan hasil yang diperoleh dari penelitian dapat dijadikan suatu tolak ukur serta upaya rumah sakit dalam meningkatkan kualitas pelayanan dengan menerapkan teknik aroma terapi.

