

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Hipertensi merupakan kondisi medis serius dan kronis yang meningkatkan angka kematian akibat penyakit kardiovaskular. Hipertensi disebut juga sebagai *the silent killer* atau pembunuh tersembunyi karena seringkali tidak mengakibatkan keluhan dan gejala yang khas, sehingga penderita tidak menyadari jika telah mengidap hipertensi (Kemenkes, 2024).

Tekanan darah merupakan kekuatan darah yang mendorong dinding pembuluh darah (arteri) saat dipompa oleh jantung sehingga tekanan di pembuluh darah terlalu tinggi, mengakibatkan jantung semakin keras memompa (WHO, 2023). Tekanan darah diklasifikasikan menjadi dua jenis yaitu tekanan darah sistolik dengan nilai normal 120 - 129 mmHg dan tekanan darah diastolik dengan nilai normal 80 - 84 mmHg (Kemenkes, 2024).

Berdasarkan data *Sample Registration System* (SRS) dari Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Balitbangkes) tahun 2014 diketahui bahwa hipertensi dengan komplikasi merupakan penyebab kematian nomor 4 pada semua kelompok umur yaitu sebesar 6,8%. Berdasarkan kelompok usia, presentase hipertensi adalah sebagai berikut: kelompok usia 18 – 24 tahun sebesar 13,2%; usia 34 – 44 tahun 31,6%; usia 45 – 54 tahun 45,3%; usia 55 – 64 tahun 55,2%; usia 65-74 tahun 63,2% dan kelompok usia di atas 75 tahun adalah 69,5% (Kemenkes, 2024). Prevalensi hipertensi meningkat paling cepat di negara berkembang, mencakup 80% dari total dunia, di mana pengobatan hipertensi masih sulit untuk dikontrol, sehingga berkontribusi pada meningkatnya epidemi penyakit kardioserebrovaskular (CVD). Setiap tahun, hipertensi menyebabkan sekitar 8 juta kematian, dimana 1,5 juta di antaranya terjadi di wilayah Asia Tenggara. (Kepmenkes, 2021).

Hipertensi bersifat multifaktorial. Faktor risiko terjadinya hipertensi dapat dibagi menjadi dua, yaitu faktor yang tidak dapat dimodifikasi dan faktor yang

dapat dimodifikasi. Faktor yang tidak dapat dimodifikasi meliputi usia, jenis kelamin, ras atau etnik dan faktor genetik sementara faktor yang dapat dimodifikasi meliputi obesitas, konsumsi garam yang berlebihan, konsumsi alkohol secara berlebihan, merokok, konsumsi kopi, istirahat cukup, kelola stress dan aktivitas fisik (Kemenkes, 2024).

Mahasiswa Fakultas Kedokteran sering mengalami tekanan dalam kehidupan sehari-harinya, dikarenakan banyaknya tanggung jawab. Untuk memenuhi standar nasional, mahasiswa Fakultas Kedokteran harus memiliki kompetensi klinik, teori dan praktik (Dinda et al, 2023). Stres sangat lazim di kalangan mahasiswa Fakultas Kedokteran dengan banyaknya tuntutan yang dilaksanakan selama pendidikan (Alwhaibi et al, 2023). Adanya stresor dari kehidupan sehari-hari dan tuntutan akademik dapat memicu mahasiswa mengalami tingkat stres yang tinggi. Mahasiswa juga sering mengalami masalah kualitas tidur yang buruk (Dinda et al, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana (Sari et al, 2023) mengkonfirmasi terdapat hubungan kualitas tidur dengan tekanan darah. Hal ini bertolak belakang dengan hasil penelitian (Lontoh & Gunawan, 2022) yang menyebutkan bahwa tidak terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan tekanan darah. Hasil penelitian yang dilaksanakan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran UKRIDA menyatakan terdapat hubungan antara tingkat stres dan tekanan darah menjelang ujian (Turrahmah et al, 2023). Penelitian lainnya menjelaskan tidak terdapat perbedaan nilai tekanan darah dan stres dalam menghadapi ujian pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi (Susilowati et al, 2022).

Berdasarkan keadaan diatas, maka penulis berkeinginan untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan antara Tingkat Stres, Kualitas Tidur terhadap Tekanan Darah pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia Angkatan 2021”. Tujuan dari penelitian ini untuk menganalisis hubungan antara tingkat stres, kualitas tidur terhadap tekanan darah pada mahasiswa fakultas kedokteran.

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimanakah hubungan antara tingkat stres, kualitas tidur terhadap tekanan darah pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia Angkatan 2021?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana hubungan antara tingkat stres, kualitas tidur terhadap tekanan darah pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia Angkatan 2021.

1.3.2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkatan stres mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia Angkatan 2021.
- b. Untuk mengetahui kualitas tidur mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia Angkatan 2021.
- c. Untuk mengetahui tekanan darah yang dimiliki oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia Angkatan 2021.
- d. Untuk mengetahui perbandingan tekanan darah dengan tingkat stres dan kualitas tidur pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia Angkatan 2021.

1.4. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan bisa memberikan manfaat sebagai berikut:

1.4.1. Manfaat bagi Peneliti

Peneliti dapat mengetahui hubungan antara tingkat stres, kualitas tidur terhadap tekanan darah pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia Angkatan 2021 dan menambah wawasan, pengetahuan dan ilmu dari penelitian ini.

1.4.2. Manfaat bagi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan serta pembelajaran bagi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia Angkatan 2021.

1.4.3. Manfaat bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai tingkat stres, kualitas tidur dan tekanan darah mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia Angkatan 2021 yang dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya.