

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Penuaan sebagai proses alamiah kehidupan manusia seringkali diiringi oleh tantangan kesehatan yang signifikan, dan salah satu aspek utama yang menjadi fokus perhatian adalah penyakit jantung koroner (PJK). PJK bukan hanya menjadi salah satu penyebab utama kematian pada lansia. Salah satu masalah kesehatan yang umum dijumpai pada lansia adalah penyakit jantung koroner (PJK) (Maimunah, 2019). Tidur yang berkualitas memiliki dampak positif pada kesejahteraan lansia penderita jantung koroner. Saat tidur yang cukup dan berkualitas, tubuh memiliki kesempatan untuk pulih dan memperbaiki diri. Bagi mereka yang mengalami gangguan tidur, seperti insomnia atau sleep apnea, risiko masalah kesehatan jantung bisa meningkat. Tingkat stres juga memiliki dampak yang signifikan pada kualitas hidup lansia penderita jantung koroner. Stres dapat memicu peningkatan tekanan darah, meningkatkan denyut jantung, dan memperburuk kondisi kesehatan jantung secara keseluruhan. Lansia dengan tingkat stres yang tinggi mungkin mengalami kesulitan dalam mengelola gejala penyakit jantung koroner, seperti nyeri dada atau kelelahan. Oleh karena itu, mengurangi tingkat stres melalui teknik relaksasi, meditasi, atau kegiatan positif lainnya dapat secara langsung meningkatkan kualitas hidup mereka. PJK menjadi penyebab utama kematian di kalangan lansia dan seringkali memiliki dampak yang signifikan terhadap kualitas hidup mereka (Nurkhalis, 2020).

WHO menyatakan bahwa jumlah penyakit gagal jantung di dunia meningkat setiap tahunnya. Studi yang dilakukan Framingham menyatakan penyakit gagal jantung pada laki-laki (per 1000 kejadian) meningkat dari 3 saat usia 50 - 59 tahun menjadi 27 saat usia 80 - 89 tahun, dan penyakit gagal jantung pada wanita terukur sepertiga lebih rendah daripada pada laki-laki (PERKI,2020). Prevalensi gagal jantung mengalami peningkatan sebesar 46% dari 2012 menuju 2030, 8 juta orang lebih menderita gagal jantung di usia lebih dari 18 tahun (Benjamin et al., 2018). Gagal jantung di Indonesia pada setiap tahunnya selalu meningkat. Angka kejadian gagal jantung meningkat 1,67% di tahun 2018 dibandingkan tahun 2013 (Kementrian Kesehatan RI, 2019). Dengan adanya populasi dan peningkatan komorbiditas dapat dikatakan bahwa peningkatan prevalensi gagal jantung akan menimbulkan tantangan lebih besar di masa depan. Gagal jantung termasuk penyakit yang tidak menular terbanyak di Indonesia yang selalu mengalami peningkatan dan penyebab kematian nomor satu setiap tahunnya (Lewis et al., 2017). Provinsi Jawa Timur menempati Posisi pertama dengan prevalensi PJK tertinggi dengan jumlah 144.279 jiwa. Usia 65-74 tahun merupakan kelompok usia dengan angka kematian tertinggi akibat PJK, namun ada juga PJK pada usia muda yakni 15-24 tahun (Rachmawati et al., 2021). Pelayanan di poli 17 poli jantung RS Lavalette meliputi pelayanan poli rawat jalan, rawat inap, dan unit gawat darurat. Laporan data rekam medis menunjukkan bahwa jumlah pasien poli jantung pada bulan Desember 2023 sebanyak 515 pasien, dengan cakupan diagnosa penyakit kronis adalah hipertensi 237 kasus, penyakit jantung koroner (PJK) 157 kasus, gagal jantung 149 kasus. Dari data tersebut diketahui jumlah

pasien dengan kasus PJK di poli rawat jalan menempati urutan terbanyak ketiga yaitu sebesar 30,5%.

Proses kronologis masalah kualitas tidur dan tingkat stres yang mempengaruhi kualitas hidup lansia penderita jantung koroner dimulai dengan penerimaan diagnosa penyakit jantung koroner. Setelah menerima diagnosa ini, lansia mengalami dampak fisik yang signifikan, termasuk nyeri dada dan kelelahan, yang dapat mengganggu kualitas tidur mereka. Kesulitan tidur ini pada gilirannya memberikan kontribusi pada peningkatan tingkat stres, karena kecemasan terkait kesehatan dan perasaan tidak nyaman saat tidur dapat menjadi beban psikologis yang berat (Linajari, 2021). Peningkatan tingkat stres dapat memperburuk kondisi penyakit jantung koroner, menciptakan lingkaran setan di mana stres mempengaruhi tidur, dan sebaliknya. Tingkat stres yang tinggi juga dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah dan denyut jantung, yang pada akhirnya dapat merugikan kesehatan jantung lansia. Semakin memburuknya kualitas tidur dan tingkat stres, semakin besar dampak negatifnya pada kualitas hidup secara keseluruhan. Oleh karena itu, untuk meningkatkan kualitas hidup lansia penderita jantung koroner, penting untuk mengidentifikasi dan mengatasi masalah kualitas tidur sejak dini. Pemanfaatan strategi manajemen stres dan pengembangan kebiasaan tidur yang sehat dapat membantu menciptakan lingkungan yang mendukung, secara positif mempengaruhi kesejahteraan fisik dan psikologis mereka (Ma'ruf, 2021).

Untuk mengatasi masalah kualitas tidur dan tingkat stres yang mempengaruhi kualitas hidup lansia penderita jantung koroner, diperlukan

serangkaian upaya solusi yang holistik. Pertama, penting untuk menyediakan pendekatan medis yang komprehensif, termasuk manajemen yang efektif terhadap gejala penyakit jantung koroner dan perawatan yang mempertimbangkan dampaknya terhadap tidur. Pemberian obat yang sesuai dan terapi fisik dapat membantu mengurangi ketidaknyamanan fisik yang mungkin mengganggu tidur. Selain itu, program edukasi kesehatan khusus untuk lansia penderita jantung koroner dapat memberikan informasi yang berguna tentang pentingnya tidur yang baik dan strategi pengelolaan stres. Pelibatan keluarga dan dukungan sosial juga penting untuk menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental dan emosional lansia. Terapi kognitif perilaku dapat menjadi alat yang efektif dalam mengatasi kecemasan dan stres, sementara latihan relaksasi, seperti meditasi atau yoga, dapat membantu menurunkan tingkat stres secara keseluruhan. Selain itu, perubahan gaya hidup sehari-hari, termasuk kebiasaan tidur yang teratur dan penerapan rutinitas sebelum tidur, dapat mempromosikan kualitas tidur yang lebih baik. Melibatkan lansia dalam aktivitas fisik yang sesuai dengan kondisi mereka juga dapat membantu meningkatkan tidur dan mengurangi tingkat stres. Dengan mengintegrasikan berbagai pendekatan ini, diharapkan dapat diciptakan suatu solusi yang komprehensif untuk meningkatkan kualitas hidup lansia penderita jantung koroner, dengan fokus pada perbaikan tidur dan manajemen stres secara bersamaan (Sulistyo, 2018).

Melalui penelitian ini, diharapkan dapat ditemukan solusi dan intervensi yang tepat guna untuk mengatasi masalah tidur dan stres pada lansia penderita jantung koroner, dengan dampak positif pada kualitas hidup mereka. Pengetahuan

mendalam tentang hubungan ini akan membantu memandu praktisi kesehatan dalam merancang program perawatan yang lebih efektif dan terarah bagi populasi yang sangat rentan ini, serta memberikan kontribusi nyata terhadap peningkatan kualitas hidup lansia penderita jantung koroner secara keseluruhan. Dari latar belakang diatas peneliti ingin meneliti tentang Hubungan kualitas tidur dan tingkat stress terhadap kualitas hidup lansia penderita jantung koroner di RS Lavalette.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang yang telah dipaparkan maka masalah penelitian yang dapat dirumuskan “apakah ada Hubungan kualitas tidur dan tingkat stress terhadap kualitas hidup lansia penderita jantung koroner di RS Lavalette?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Hubungan kualitas tidur dan tingkat stress terhadap kualitas hidup lansia penderita jantung koroner di RS Lavalette

2. Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi kualitas tidur lansia penderita jantung koroner di RS Lavalette
- 2) Mengidentifikasi tingkat stress lansia penderita jantung koroner di Lavalette

- 3) Mengidentifikasi kualitas hidup lansia penderita jantung koroner di RS Lavalette
- 4) Menganalisis Hubungan kualitas tidur dengan kualitas hidup lansia penderita jantung koroner di RS Lavalette Malang
- 5) Menganalisis hubungan tingkat stress dengan kualitas hidup lansia penderita jantung koroner di RS Lavalette Malng

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Manfaat penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan referensi untuk membuka wawasan dan pengetahuan bagi peneliti selanjutnya tentang analisa Hubungan kualitas tidur dan tingkat stress terhadap kualitas hidup lansia penderita jantung koroner di RS Lavalette

2. Manfaat praktisi

a) Bagi RS Lavalette Malang

Sebagai masukan dan evaluasi bagi manajemen rumah sakit dalam upaya meningkatkan kualitas pelayanan dan kepuasan pasien khususnya pelaksanaan pemberian asuhan keperawatan pada pasien lansia penderita jantung koroner di poli 17 poli jantung RS Lavalette

b) Bagi tenaga kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan informasi bagi perawat dalam memberikan pelayanan keperawatan

yang lebih berkualitas khususnya dalam perawatan lansia penderita jantung koroner.

- c) Manfaat penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan meningkatkan kualitas asuhan perawat khususnya pemberian asuhan kepada pasien lansia penderita jantung koroner.