

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG

Obstructive Sleep Apnea atau biasa disingkat sebagai OSA merupakan penyakit yang cukup umum, disebabkan oleh adanya kolaps pada jalur nafas bagian atas. OSA mengakibatkan penderitanya mengalami episode henti nafas saat tidur yang terjadi secara berulang.

Penelitian sebelumnya mengatakan bahwa OSA adalah penyakit dengan prevalensi pada dewasa yang cukup tinggi, terlebih OSA dengan manifestasi ringan sampai sedang.¹ Di Amerika sekitar 14% pria dan 5% wanita dewasa memenuhi kriteria dari *obstructive sleep apnea*. Angka kejadian OSA terus bertambah seiring dengan bertambahnya usia. Ini dibuktikan melalui penelitian yang dilakukan di Pennsylvania, hasil dari penelitian tersebut adalah 3.2% pria usia 20-44 tahun mengalami OSA, sedangkan usia 45-64 tahun sebanyak 11.3%, dan 18.1% pada pria dengan usia 61-100 tahun. Kecenderungan ini juga terjadi pada wanita, sekitar 0.6% wanita berusia 20-44 tahun mengalami OSA, untuk usia 45-64 tahun terdapat 2.0% wanita, dan 7.0% pada usia 61-100 tahun.^{2,3}

OSA dapat menyebabkan penderitanya mengalami tidur yang kurang nyenyak dan sering terbangun. Terganggunya tidur di malam hari menimbulkan kantuk yang berlebih di siang hari, menjadikan *excessive daytime sleepiness* sebagai salah satu gejala yang timbul pada penderita OSA.⁴ Penelitian yang dilakukan oleh Young et al. menemukan bahwa pada pasien OSA sekitar 23% wanita dan 16% pria mengalami *excessive daytime sleepiness*.⁵

Daytime sleepiness memiliki arti ketidakmampuan seseorang untuk mempertahankan diri untuk tetap terjaga pada saat harus terbangun, sehingga menyebabkan terjadinya periode tidur yang tidak direncanakan.⁶ Jika kejadian kantuk di siang hari ini telah menyebabkan terganggunya aktifitas sehari-hari dan

mengurangi produktivitas, dapat disebut sebagai *Excessive Daytime Sleepiness* (EDS). *International Classification of Sleep Disorders* mengartikan EDS sebagai ketidakmampuan seseorang untuk tetap terjaga pada waktu dimana seharusnya terbangun yang disertai periode tidur secara tidak sengaja atau disertai dengan terjadinya tidur di waktu yang tidak tepat selama paling sedikit 3 bulan.⁷

Excessive daytime sleepiness diestimasi terjadi pada 20% populasi. Keluhan ini bisa disebabkan karena beberapa alasan seperti durasi tidur yang kurang, insomnia, OSA, memiliki riwayat penyakit depresi, diabetes, dan merokok.⁸⁻¹⁰ Penelitian yang dilakukan di Australia menemukan sekitar 10.4% pria dan 13.6% wanita mengalami *excessive daytime sleepiness*. Angka kejadian EDS meningkat pada dewasa usia 50-59 tahun dan juga pada lansia usia ≥ 80 tahun.¹¹

Gangguan tidur dan *daytime sleepiness* sering kali menimbulkan kejadian seperti kecelakaan lalu lintas, kecelakaan di tempat kerja, dan juga mengakibatkan menurunnya kualitas kesehatan. Menurut jurnal yang dibuat oleh *Rocky Mountain Sleep Disorders Center*, sekitar 20% orang dewasa di Amerika Serikat yang mengalami *daytime sleepiness* dengan tingkat keparahan tertentu sudah bisa mengakibatkan terganggunya kegiatan sehari-hari.⁸ *Excessive Daytime Sleepiness* juga dapat mengganggu konsentrasi, *mood*, dan memori yang akan berakibat pada menurunnya performa seseorang.¹²

Rentang usia yang diambil oleh peneliti termasuk ke dalam kategori dewasa usia menengah dimana risiko untuk mengalami OSA meningkat, gangguan tidur, dan *daytime sleepiness* juga sering terjadi.^{2,13} Pada saat itu juga merupakan usia produktif atau usia dimana dewasa sedang bekerja dan mengejar kesuksesan¹⁴. Jika pada usia tersebut seseorang mengalami *daytime sleepiness* akan sangat merugikan bagi dirinya dan akan mengurangi performanya dalam menjadi seseorang yang produktif. Hal ini menarik perhatian peneliti untuk mengetahui hubungan risiko mengalami OSA terhadap *daytime sleepiness* pada rentang usia tersebut.

1.2 PERUMUSAN MASALAH

Risiko dewasa usia menengah untuk mengalami OSA meningkat dibandingkan dengan rentang usia dewasa muda. Penderita OSA cenderung untuk mengalami tidur yang terganggu dan menyebabkan *daytime sleepiness*. Dewasa muda merupakan usia produktif, dimana kebanyakan orang sedang bekerja dan membutuhkan performa yang baik untuk dapat selalu produktif.

1.3 PERTANYAAN PENELITIAN

Apakah terdapat hubungan antara risiko mengalami OSA dengan *daytime sleepiness* pada dewasa usia menengah?

1.4 TUJUAN PENELITIAN

1.4.1 Tujuan Umum

1. Mengetahui hubungan risiko mengalami OSA terhadap *daytime sleepiness* pada dewasa usia menengah.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui prevalensi dewasa usia menengah yang berisiko mengalami OSA.
2. Mengetahui prevalensi terjadinya *daytime sleepiness* pada dewasa usia menengah.

1.5 MANFAAT PENELITIAN

1.5.1 Manfaat Akademik

Memberikan pengetahuan akan hubungan antara risiko terkena OSA dan pengaruhnya terhadap *daytime sleepiness* pada dewasa usia menengah.

1.5.2 Manfaat Praktis

Penelitian dapat memberikan pengetahuan baru untuk masyarakat khususnya orang dewasa untuk lebih memperhatikan bahwa di usia tersebut risiko untuk terkena OSA meningkat dan OSA dapat mempengaruhi kualitas hidup.

