

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Tidur memiliki peran penting dalam menjaga fungsi kardiovaskular.<sup>1</sup> *American Heart Association* (AHA) merekomendasikan minimal 7 jam tidur per malam sangat penting untuk kesehatan optimal dan pengurangan risiko penyakit kardiovaskular. Faktanya, AHA menekankan bahwa tidur merupakan faktor risiko signifikan bagi kesehatan jantung, setara dengan faktor risiko lainnya seperti merokok, hipertensi, dan hiperkolesterolemia.<sup>2</sup>

Namun, meskipun tidur memiliki peran penting, hampir setengah populasi dewasa tidak mendapatkan durasi tidur yang disarankan, dan hal ini terus meningkat. Gaya hidup modern saat ini sering kali menyebabkan terputusnya hubungan dengan ritme sirkadian. Ketidakselarasan gaya hidup ini berkontribusi terhadap gangguan kronobiologis, yang berpotensi menjadi faktor penting dalam berkembangnya berbagai penyakit yang dapat dicegah, termasuk penyakit kardiovaskular.<sup>3</sup>

Kesehatan tidur merupakan konstruksi multidimensi dengan komponen yang saling tumpang tindih, termasuk durasi, waktu, keteraturan, efisiensi, kepuasan, dan dampak terhadap kewaspadaan di siang hari. *Excessive daytime sleepiness* (EDS) merupakan indikator penting untuk kesehatan tidur dan merupakan tanda dan gejala yang prevalensi cukup tinggi dan mudah dideteksi. EDS memengaruhi sekitar 20% populasi yang menjadi isu yang mengkhawatirkan pada kesehatan tidur di seluruh

dunia.<sup>4</sup> Perlu diketahui bahwa, penyebab paling umum dari EDS adalah kurangnya tidur secara kuantitas dan kualitas.

Pekerjaan jaga malam meliputi pelaksanaan pekerjaan selama jam tidur pada umumnya dari masyarakat umum. Terlalu lama bekerja pada jaga malam menyebabkan kurangnya waktu tidur. Salah satu jenis pekerjaan yang sering menerapkan jaga malam adalah tenaga kesehatan yakni, mempunyai peran penting dalam memberikan perawatan berkelanjutan kepada pasien. Tanggung jawab ini mengharuskan mereka bekerja pada jam bergilir meliputi jam kerja pagi, siang, sore, dan malam, sehingga mengakibatkan peningkatan jam kerja, terutama untuk jam kerja di malam hari dibandingkan pada kalangan masyarakat umum.<sup>5</sup>

Meskipun demikian, penyakit kardiovaskular dapat dideteksi lebih awal melalui investigasi lanjutan. Disfungsi endotel merupakan tahap awal perkembangan aterosklerosis dan dapat dideteksi sebelum manifestasi klinis penyakit kardiovaskular. Oleh karena itu, disfungsi endotel merupakan target ideal untuk menyelidiki dampak awal kurang tidur terhadap kesehatan jantung. Selain itu, penilaian fungsi endotel pada arteri koroner dan perifer terbukti bermanfaat dalam memprediksi kejadian dan kematian akibat penyakit kardiovaskular di masa mendatang.<sup>2</sup>

Oleh sebab itu, penelitian ini akan mencari mengenai hubungan antara *excessive daytime sleepiness* dan disfungsi endotel pada tenaga kesehatan Siloam Hospital Lippo Village.

## **1.2. Perumusan Masalah**

Meskipun telah ada penelitian sebelumnya oleh Behl dkk.<sup>6</sup> pada tahun 2014 yang menunjukkan adanya hubungan antara *Epworth Sleepiness Scale* dengan *Flow Mediated Dilation*, penelitian tersebut dilakukan dengan menggunakan sampel yang berasal dari populasi umum di masyarakat. Demikian, dalam penelitian ini bermaksud untuk menginvestigasi hubungan tersebut pada populasi yang rentan terhadap kekurangan tidur, yakni tenaga kesehatan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *excessive daytime sleepiness* dan fungsi endotel pada tenaga kesehatan di Siloam Hospital Lippo Village.

## **1.3. Pertanyaan Penelitian**

Apakah terdapat hubungan antara *excessive daytime sleepiness* dan fungsi endotel pada tenaga kesehatan Siloam Hospital Lippo Village?

## **1.4. Tujuan Penelitian**

### **1.4.1. Tujuan Umum**

- a) Mengidentifikasi prevalensi *excessive daytime sleepiness* pada tenaga kesehatan Siloam Hospital Lippo Village.
- b) Mengidentifikasi faktor risiko kardiovaskular yang mempengaruhi disfungsi endotel selain *excessive daytime sleepiness* seperti usia, obesitas, dan durasi tidur.

#### **1.4.2. Tujuan Khusus**

Untuk mengetahui hubungan antara *excessive daytime sleepiness* yang dan fungsi endotel pada tenaga kesehatan di Siloam Hospital Lippo Village.

### **1.5. Manfaat Penelitian**

#### **1.5.1. Manfaat Akademik**

Penelitian ini dapat menjadi referensi untuk penelitian-penelitian selanjutnya.

#### **1.5.2. Manfaat Praktis**

Kesimpulan dari penelitian ini mengenai hubungan antara *excessive daytime sleepiness* dan fungsi endotel dapat menambah pengetahuan dan wawasan kita mengenai hubungan antara *excessive daytime sleepiness* dan fungsi endotel terutama pada populasi rentan kekurangan tidur seperti tenaga kesehatan.