

ABSTRAK

HUBUNGAN DURASI WAKTU TIDUR TERHADAP KEJADIAN HIPERTENSI ESENSIAL DI KABUPATEN WONOGIRI

Sandi Ayu Primaherta¹, Carla Raymondalexas Marchira¹, Citra Indriani¹

¹Fakultas Kedokteran Universitas Gadjah Mada

Latar Belakang

Kabupaten Wonogiri merupakan kabupaten di Jawa Tengah yang memiliki prevalensi hipertensi esensial tertinggi di Pulau Jawa yaitu sebesar 49,48% (tahun 2008). Tahun 2012 penyakit hipertensi esensial memiliki jumlah kasus terbesar penyakit tidak menular, yaitu 4.062 kasus. Mengalami peningkatan menjadi 6.448 kasus selama tahun 2013 dengan 33 kematian. Tidur merupakan hal penting dalam berbagai fungsi tubuh. Mekanisme biologis durasi waktu tidur terhadap hipertensi esensial belum dapat dipastikan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara durasi waktu tidur dengan kejadian hipertensi esensial di Kabupaten Wonogiri.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik menggunakan desain studi *matched case control*. Kasus adalah pasien baru dengan diagnosis hipertensi esensial oleh dokter puskesmas bulan September-November 2015, berusia 18-60 tahun. Kontrol adalah pasien baru dengan diagnosis bukan hipertensi esensial oleh dokter puskesmas bulan September-November 2015, berusia 18-60 tahun. Jumlah sampel 235 orang tiap kelompok kasus dan kontrol dari perhitungan besar sampel uji hipotesis *Odds Ratio* Lemeshow (OR:2; α : 5%; β : 80%). Alat ukur penelitian menggunakan kuesioner. Analisis bivariat dengan *simple conditional logistic regression* dan multivariat dengan *multiple conditional logistic regression*.

Hasil

Durasi waktu tidur pendek (<7 jam saat malam hari) memiliki hubungan yang signifikan terhadap kejadian hipertensi esensial (OR: 2,9; 95% CI: 1,74-4,84; *p-value*: 0,00). Durasi waktu tidur panjang >8 jam saat malam hari tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap kejadian hipertensi esensial (OR: 1,8; 95% CI: 0,84-3,84; *p-value*: 0,13). Hasil analisis tersebut didapatkan setelah dilakukan *adjusted* berdasarkan jenis kelamin, riwayat hipertensi keluarga, dan aktifitas fisik.

Kesimpulan

Durasi waktu tidur pendek (<7 jam saat malam hari) mempunyai probabilitas 2,9 kali lebih besar berisiko terkena hipertensi esensial dibandingkan dengan orang yang waktu tidurnya normal 7-8 jam saat malam hari.

Key Words: hipertensi, hipertensi esensial, durasi waktu tidur pendek, durasi waktu tidur panjang

ABSTRACT

ASSOCIATION OF SLEEP DURATION WITH ESSENTIAL HYPERTENSION IN WONOGIRI DISTRICT

Sandi Ayu Primaherta¹, Carla Raymondalexas Marchira¹, Citra Indriani¹

¹Medical Faculty of Gadjah Mada University

Background

Wonogiri District is a area in Central Java which has the highest prevalence of essential hypertension in Java, 49,48% (in 2008). In 2012, essential hypertension is the major of non-communicable diseases, 4.062 cases. During 2013, number of cases increasing become 6.448 cases with 33 mortality. Sleep is important for various body functions. The biological mechanisms between sleep duration toward essential hypertension could not be ascertained. The objective of this study is to know the relationship between sleep duration with essential hypertension in Wonogiri District.

Method

This research is observational analytic used matched case control study design. Cases are new patients diagnosed with essential hypertension by general practitioner from July-September 2015 with age 18-60 years old and control are new patients with other diagnosed by general practitioner from July-September 2015 with age 18-60 years old, 235 samples in each cases and controls group. This study using questionnaires. Bivariate analysis using simple conditional logistic regression and multivariate using multiple conditional logistic regression.

Result

Short sleep duration (<7 hours at night) has a significant association with essential hypertension (OR: 2,9; 95% CI: 1,74-4,84; *p-value*: 0,00). Long sleep duration >8 hours at night didn't has a significant association with essential hypertension (OR: 1,8; 95% CI: 0,84-3,84; *p-value*: 0,13). The results was obtained after adjusting for sex, family history of hypertension, and physical activity.

Conclusion

People with usual short sleep duration (<7 hours at night) has probability 2,9 times more risky to get essential hypertension rather than people with usual normal sleep 7-8 hours at night.

Key Words: hypertension, essential hypertension, short sleep duration, long sleep duration