

## INTISARI

**Latar Belakang:** Insomnia merupakan salah satu masalah kesehatan dengan prevalensi yang tinggi di populasi, terutama di negara-negara industri. Insomnia memiliki prevalensi yang berbeda-beda tergantung definisi dan populasi yang digunakan untuk penelitian. Insomnia dihubungkan dengan penurunan kualitas hidup seseorang. Insomnia sering menjadi komorbid gangguan jiwa seperti depresi dan kecemasan. Insomnia mengganggu fungsi sistem saraf dan juga sistem fungsional tubuh yang lainnya.

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji tentang hubungan antara insomnia dengan penyakit kardiovaskuler.

**Metode:** Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *review* terhadap jurnal-jurnal yang membahas tentang hubungan antara insomnia dengan penyakit kardiovaskuler.

**Hasil:** Ada 10 jurnal tentang hubungan antara insomnia dan penyakit kardiovaskuler yang digunakan untuk review. Empat jurnal karya Sofi *et al.* (2014), He *et al.* (2017), Li *et al.* (2014), dan Phillips dan Mannino (2007) menunjukkan bahwa insomnia meningkatkan risiko penyakit kardiovaskuler. Dua jurnal karya Li *et al.* (2014) dan Wu *et al.* (2014) menunjukkan bahwa insomnia meningkatkan risiko seseorang terkena stroke. Tiga jurnal karya Meng *et al.* (2013), Phillips dan Mannino (2007), dan Vgontzas *et al.* (2009) menunjukkan peningkatan risiko hipertensi karena insomnia. Jurnal karya Laugsand *et al.* (2011) menunjukkan bahwa insomnia meningkatkan risiko infark miokard akut. Jurnal karya Condén dan Rosenblad (2016) menunjukkan bahwa setelah dua tahun pertama setelah serangan infark miokard akut, insomnia membuat risiko kematian menjadi 1,6 kali lebih tinggi. Dari review jurnal Li *et al.* (2014) dan Laugsand *et al.* (2014) didapatkan bahwa insomnia meningkatkan risiko terhadap penyakit jantung koroner dan gagal jantung.

**Kesimpulan:** Insomnia meningkatkan risiko penyakit kardiovaskuler secara berurutan yaitu hipertensi, infark miokard akut, stroke, jantung koroner dan gagal jantung.

**Kata kunci:** insomnia, hipertensi, infark miokard akut, stroke.

## ABSTRACT

**Background:** Insomnia is one of the most prevalent health problems in the population, especially in industrialized countries. The prevalence of insomnia differs depending on the definition used and the population assessed. Insomnia is associated with decreased quality of life. Insomnia often becomes a comorbid psychiatric disorder such as depression and anxiety. Insomnia disrupts the functions of nervous system and other body functional systems.

**Objective:** This study aims to examine the relationship between insomnia and cardiovascular disease.

**Methods:** The method used in this study is a review of the journals that discuss about the relationship between insomnia and cardiovascular disease.

**Results:** There were 10 journals about the relationship between insomnia and cardiovascular disease used for review. Four journals by Sofi et al. (2014), He et al. (2017), Li et al. (2014), and Phillips and Mannino (2007) showed that insomnia increases the risk of cardiovascular disease. Two journals by Li et al. (2014) and Wu et al. (2014) showed that insomnia increases the risk of stroke. Three journals by Meng et al. (2013), Phillips and Mannino (2007), and Vgontzas et al. (2009) showed an increased risk of hypertension due to insomnia. Journal by Laugsand et al. (2011) showed that insomnia increases the risk of acute myocardial infarction. The journal by Condén and Rosenblad (2016) shows that after the first two years after the onset of acute myocardial infarction, insomnia makes the risk of death to 1.6 times higher. From a review of the journal Li et al. (2014) and Laugsand et al. (2014) found that insomnia increases the risk of coronary heart disease and heart failure.

**Conclusions:** Insomnia increases the risk of cardiovascular disease sequentially ie hypertension, acute myocardial infarction, stroke, coronary heart disease and heart failure.

**Keywords:** insomnia, hypertension, acute myocardial infarction, stroke.