

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Menurut *World Health Organization* (WHO), adalah tekanan darah (sistolik ≥ 140 mmHg dan diastolik ≥ 90 mmHg). Dalam data Riskesdas, hipertensi tercatat sebagai penyebab kematian nomor tiga setelah stroke dan tuberkulosis pada semua kelompok umur, terutama di kalangan lansia di Indonesia. Hipertensi disebabkan oleh dua faktor yaitu faktor internal atau faktor yang tidak dapat diubah seperti genetik (keturunan), umur, ras, stres dan jenis kelamin, sedangkan faktor eksternal (lingkungan) atau faktor yang dapat diubah adalah kelebihan berat badan (obesitas), merokok, kebiasaan minum atau alkohol dan kurang olahraga (Octavian et al., 2015).

Hipertensi merupakan penyakit *degeneratif* yang menjadi masalah utama saat ini. Hipertensi merupakan kondisi medis yang sering disebut *silent disease* atau *silent killer* karena orang terkadang tidak mengetahui dirinya mengidap hipertensi sampai tekanan darahnya diukur. Jika dibiarkan, hal itu dapat menyebabkan komplikasi berbahaya seperti penyakit arteri koroner, stroke, dan gagal ginjal. Diperkirakan 1,5 miliar orang akan mengalami hipertensi pada tahun 2025. Dari jumlah tersebut, sekitar 9,4 juta orang meninggal setiap tahunnya (Kemenkes RI, 2019).

Menurut WHO (2018) (Organisasi Kesehatan Dunia), sekitar 972 juta orang atau 26,4 persen orang menderita tekanan darah tinggi. Dari 972 juta penderita hipertensi, 333 juta hidup di negara maju dan 639 sisanya di negara berkembang, termasuk Indonesia. Indonesia menempati urutan ke-2 dari 10 penyakit terbanyak. Berdasarkan kajian Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar), prevalensi hipertensi meningkat menjadi 34,1% di Indonesia, 57,6% di Sumatera Utara, 662.021 atau 27,63% di Kota Medan (Riskesdas, 2018). Di Puskesmas Tuntungan Kecamatan Pancur Batu sebanyak 203 atau 2,03%. Prevalensi hipertensi tertinggi di Kalimantan Selatan sebesar 44,1 persen dan terendah di Papua sebesar 22,2 persen. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor seperti merokok, kurang buah dan sayur, stress, asupan garam yang berlebihan, obesitas dan kurang olahraga (Riskesdas, 2018).

Pada tahun 2018 di Kota Pontianak, Puskesmas yang menempati urutan pertama kasus hipertensi tertinggi yaitu Puskesmas Kampung Dalam Kecamatan Pontianak Timur dengan jumlah kasus sebanyak 1.644 kasus. Menurut (Gunawan,dkk (2013) hasil penelitiannya menyatakan bahwa penyebab hipertensi pada pasien hipertensi adalah stres. Stres ini dapat memicu terjadinya hipertensi dengan mengaktifkan sistem saraf simpatis yang dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah yang tidak menentu (Andria, 2013). Saat seseorang mengalami stres, hormon adrenalin meningkat sehingga menyebabkan tekanan darah (vasokonstriksi) dan detak jantung meningkat. Ketika stres terjadi terus menerus dan tidak kunjung reda, tekanan darah tetap tinggi menyebabkan orang tersebut mengalami hipertensi atau hipertensi (Suda, 2014, dalam Damayanti, dkk, 2020).

Spruill et al. mengatakan dalam penelitian tahun 2019 oleh Jeki Refialdinata bahwa salah satu faktor yang dapat memicu tekanan darah adalah stres. Saat seseorang mengalami stres, hormon adrenalin merangsang penyempitan pembuluh darah dan detak jantung meningkat sehingga menyebabkan tekanan darah meningkat. Jika stres berlanjut, tekanan darah tetap tinggi sehingga menyebabkan orang tersebut menderita hipertensi (Ford et al., 2016, dalam Refialdinata, et al, 2022).

Situasi stres biasanya menyebabkan pekerjaan tambahan dan penyesuaian baru, namun dalam jangka panjang melemahkan pertahanan individu dan menimbulkan ketidakpuasan di kalangan lansia akibat penyakitnya. Ketika stres berkepanjangan, hal itu menyebabkan masalah kesehatan pada orang tua, termasuk tekanan darah tinggi. Stres dapat memicu hormon adrenalin, menyebabkan jantung memompa lebih cepat, menyebabkan peningkatan tekanan darah, meningkatkan tingkat stres meningkatkan risiko terkena tekanan darah tinggi. (Kurniawan & Sulaiman, 2019).

Ketika seseorang melewati usia 60 tahun, seseorang mengalami penurunan kemampuan fisik secara bertahap, termasuk kecenderungan untuk merasakan sakit. Dulu ia bisa melakukan banyak kegiatan, namun setelah usia lanjut (lansia) banyak kegiatan tersebut yang tidak bisa dilakukan lagi. Selain itu, lansia sering mengalami situasi seperti ketiadaan pasangan dan jarak dari keluarga dan orang yang dicintai. Orang yang tidak bisa beradaptasi dengan kondisi tersebut mudah stres. Menurut (Ihsan Kurniawan, 2019), lansia menderita

hipertensi sekunder dan primer, dengan penyebab hipertensi primer adalah stres yang merupakan faktor utama peningkatan tekanan darah. Berdasarkan teori Lazarus, stress mempengaruhi kebahagiaan, pemecahan masalah, keterampilan sosial, kesehatan individu, dan sebagai ekspresi respon tubuh terhadap beberapa stimulus yang dialami individu. Stres yang terus-menerus dapat mempengaruhi tubuh secara permanen sedemikian rupa sehingga tubuh mengalami resistensi, aktivitas kardiovaskular meningkatkan pelepasan kortisol dan mendorong gaya hidup yang tidak sehat (Rustam & Tentama, 2020, dalam Tyas & Zulfikar, 2021). Manajemen stres yang dapat dilakukan untuk mengendalikan stres adalah olahraga teratur (program jalan kaki satu jam sehari), diet, dukungan sistem, manajemen waktu, terapi humor dan spiritualitas (Lestari, 2015, dalam Ariningtias, et al., 2019).

Studi pendahuluan dilakukan di UPT Puskesmas Tuntungan Kecamatan Pancur Batu pada tanggal 17 Oktober 2022. Ditemukan jumlah lansia sebanyak 10338 orang dan jumlah lansia penderita hipertensi 203 orang. Hasil wawancara pada 10 lansia diketahui bahwa 8 dari 10 lansia mengalami stress yang diakibatkan karena sudah berada di usia lanjut dan menderita penyakit, termasuk mengalami Tekanan Darah yang tinggi. Penyebab lainnya adalah masalah perekonomian dalam rumah tangga, seperti telah pensiun, dan anak-anak mereka yang telah memiliki keluarga baru. Sebagian lain adalah karena kehilangan pasangan hidup.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan tingkat stress dengan tekanan darah lansia hipertensi di UPT Puskesmas Tuntungan Kecamatan Pancur Batu Tahun 2022.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu “Apakah ada hubungan tingkat stress dengan tekanan darah lansia hipertensi di Puskesmas Tuntungan Kecamatan Pancur Batu”.

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui adanya hubungan tingkat stress dengan tekanan darah lansia hipertensi di Puskesmas Tuntungan Kecamatan Pancur Batu.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat stress lansia yang menderita hipertensi
- b. Untuk mengetahui tekanan darah pada lansia yang menderita hipertensi
- c. Menganalisis hubungan stres terhadap tekanan darah lansia hipertensi

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Manfaat bagi pasien Hipertensi

Diharapkan hasil penelitian ini dapat di jadikan sebagai informasi dan dapat mengetahui bahwa stress dapat menimbulkan peningkatan Tekanan Darah (hipertensi).

2. Bagi Puskesmas Tuntungan Kec. Pancur Batu

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan masukan untuk meningkatkan pelayanan kesehatan di Puskesmas Tuntungan Kecamatan Pancur Batu. Dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien Hipertensi.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya dapat menambah wawasan peneliti terutama tentang penyakit dan faktor-faktor yang dapat meningkatkan tekanan darah sehingga mampu mengaplikasikannya terhadap klien baik di lingkungan kerja maupun di lingkungan masyarakat.