

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi yakni suatu penyakit yang lebih dikenal oleh masyarakat dengan tekanan darah tinggi, yang merupakan penyakit tidak menular yang menjadi problem sangat serius pada kesehatan dan salah satu dari penyebab utama kematian. Menurut *American Heart Association* (AHA) hipertensi ialah kondisi dimana terjadinya peningkatan tekanan darah pada seseorang, dapat dikatakan hipertensi jika tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg (Ardian, Haiya et al. 2018). Banyaknya penderita yang tak sadar bahwa dirinya telah mengalami hipertensi. Hal tersebut yang membuat hipertensi kerap disebut dengan “*the silent killer*” atau “si pembunuh senyap” dikarenakan penyakit ini penyakit yang mematikan dan juga kerap terjadi tanpa menimbulkan keluhan pada si penderita (Kemenkes RI, 2019).

Dari data *World Health Organization* (WHO) tahun 2015 menunjukkan bahwa ada sekitar 1,13 Miliar orang di dunia ini mengalami hipertensi, yang dapat diartikan 1 dari 3 orang di dunia ini terpastikan menderita penyakit hipertensi. Secara konsisten jumlah penderita hipertensi terus meningkat, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena penyakit hipertensi, dan diperkirakan setiap tahun 9,4 juta orang meninggal karena hipertensi dan komplikasinya (Kemenkes RI, 2019).

Informasi data Riskesdas tahun 2018 di Indonesia untuk hipertensi menempati urutan ke-5 dari 8 kelas penyakit tidak menular kronis. Kini hipertensi telah menjadi suatu penyakit degeneratif yang dapat turun-temurun ke anggota keluarga yang memiliki riwayat penyakit hipertensi. Kemenkes RI 2016 (dalam Arum, 2019).

Data informasi Kemenkes RI tahun 2020 menyatakan bahwa dari 1.488 pasien presentase terbanyak diantaranya penyakit hipertensi di masa pandemi menempati urutan tertinggi yakni 50,5 % dan diikuti penyakit DM, kemudian penyakit jantung. Sementara dari 1.488 pasien yang meninggal, yang menempati urutan pertama terbanyak juga dengan penyakit hipertensi 13,2%.

Berdasarkan hasil dari pengukuran prevalensi hipertensi penduduk di Provinsi Jawa Tengah sebesar 37,57%. Prevalensi hipertensi pada wanita (36,85%) lebih tinggi dibandingkan dengan pria (31,34%). Prevalensi dapat meningkat dengan seiring bertambahnya umur (Riskesdas, 2018). Pada Profil Kesehatan Kab. Semarang 2018, informasi data masyarakat ≥ 18 tahun pada pengukuran tekanan darah dengan angka kejadian hipertensi sebesar 11,03%. Hipertensi menempati peringkat ke-1 dari 10 besar penyakit di Kabupaten Semarang tahun 2018 dengan jumlah angka 9.527 orang (Dinkes Kabupaten Semarang, 2018).

Hipertensi ialah masalah kesehatan yang dapat dikatakan cukup berbahaya, dikarenakan penyakit hipertensi ini memiliki faktor resiko utama yang mengarah terjadinya penyakit kardiovaskuler, gagal ginjal, stroke,

diabetes (Kemenkes RI, 2019). Terdapat faktor yang dapat mengakibatkan terjadinya hipertensi yakni faktor resiko yang tidak dapat diubah seperti umur, jenis kelamin, dan keturunan atau genetik. Faktor resiko yang dapat diubah seperti merokok, kurangnya aktivitas fisik, obesitas atau kegemukan, stres, dan penggunaan alkohol berlebih (Kemenkes RI, 2013).

Dalam Sairaoka (2012) terdapat 4 faktor resiko terbesar penyakit degeneratif, penyakit degeneratif ini salah satunya hipertensi. Stres berada pada urutan ke 4 dari faktor resiko setelah pola makan tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik dan konsumsi rokok. Faktor resiko dari stres ini dapat berdampak negatif terhadap tubuh. Saat terjadi stres tubuh bereaksi dengan mengeluarkan hormon stres berupa hormon adrenalin dan hormon kortisol. Hormon tersebut dapat berakibat jantung berdenyut lebih kencang dan menyebabkan vasokonstriksi pembuluh darah yang pada akhirnya dapat terjadinya peningkatan tekanan darah (*American Heart Assosiation*, 2014).

World Health Organization (WHO) mengklarifikasi bahwasannya kisaran 450 juta orang di dunia mengalami stres. Di Indonesia sendiri, seseorang yang mengalami stres berkisar 10% dari total penduduk Depkes RI (dalam Perwitasari, 2015).

Penelitian oleh (Andria, 2013) tentang Hubungan Perilaku Olahraga, Stres dan Pola Makan Dengan Tingkat Hipertensi Pada Lanjut Usia didapatkan hasil 63,55% dimana responden mudah mengalami stres, hasil penelitian ini menyebutkan bahwa terdapat hubungan stres dengan tingkat hipertensi dengan $p = 0,047$ ($p < 0,05$). Sedangkan penelitian yang dilakukan

oleh Puspita Sari et al., (2017) tentang Studi Prevalensi Kejadian Hipertensi Pada Posbindu menunjukkan hasil penelitiannya memiliki hubungan yang signifikan antara stres dengan kejadian hipertensi, seseorang yang mengalami stres memiliki resiko lebih tinggi sebanyak 2,830 kali terserang hipertensi dibandingkan dengan seseorang yang tidak mengalami stres.

Stres bisa menyerang siapa saja tanpa memperhatikan usia baik remaja, anak muda, dewasa, ataupun yang lebih tua. Jika seseorang tersebut bisa menyesuaikan diri dengan baik terhadap stres yang dihadapinya itu akan berdampak baik, namun bila seseorang tersebut tidak bisa menyesuaikan diri terhadap stres yang di hadapinya maka akan sangat mempengaruhi dampak yang tidak baik bagi kesehatannya (Ramdani et al., 2017).

Adapun beberapa perspektif yang dapat mempengaruhi stres termasuk keuangan, masalah pribadi, masalah keluarga, masalah sosial, dan mendapatkan tekanan dari lingkungan sekitar (Ramdani et al., 2017). Terlebih lagi stres terjadi ketika seseorang berada dalam keadaan tegang, rasa tertekan, sedih, rasa takut, dan memiliki rasa bersalah. Kondisi tersebut dapat merangsang pada kelenjar anak ginjal yang menghasilkan hormon adrenalin serta memacu jantung untuk berdenyut cepat lalu dapat terjadi peningkatan darah. Jika kondisi stres ini berlangsung cukup lama maka tubuh akan cenderung melakukan pembiasaan dengan membuat perubahan patologis. Gejala yang timbul dapat berupa penyakit hipertensi (Widyartha et al., 2016).

Menurut Setyawan, (2017) dalam penelitiannya tentang Tingkat Stres dan Kecemasan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia, responden yang

dijadikan penelitian yaitu berusia 45-54 tahun. Dari hasil penelitian, data yang paling banyak diperoleh yaitu tingkat stres dalam kategori ringan yang sebanyak 49 orang (59,8%), 30 orang (36,6%) mengalami tingkat stres sedang, dan sebagian kecil yang mengalami tingkat stres berat sebanyak 3 orang (3,7%). Didapatkan nilai dengan $p=0,000 < 0,05$ yang memiliki arti H_0 ditolak oleh karena itu ada hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi. Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh (DA Amira et al., 2021) tentang Hubungan Tingkat Stres Dengan Hipertensi Pada Lansia menunjukkan bahwa hasil penelitian yang berdasarkan dari tabulasi silang dan memperoleh hasil analisa statistik nilai p value = 0,028 (p value $< \alpha$ 0,05) dengan arti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan hipertensi pada lansia.

Menurut Ramdani et al., (2017) stres dapat berpengaruh pada peningkatan tekanan darah. Hal tersebut tak sesuai dengan penelitian tentang Determinan Kejadian Hipertensi Pada Pengunjung Posbindu yang dilakukan oleh Ansar et al., (2019) dengan hasil uji *Chi Square* ($p=0,330$) yang berarti tidak terdapat hubungan hipertensi dengan stres. Sejalan dengan penelitian dengan judul Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia yang dilakukan oleh Lidia et al., (2018) bahwa dari hasil uji statistik dengan *Chi Square* mendapatkan nilai p -value 0,071 (p -value $> 0,05$) sehingga dapat diartikan bahwa H_0 diterima yakni tidak terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia.

Studi pendahuluan yang telah dilakukan di UPTD Puskesmas Jimbaran pada 19 Oktober 2021 dengan pembagian kuesioner DASS 42 (*Depression Anxiety Stress Scale*) dan dilakukan pada anggota yang mengikuti Prolanis (Program Pengelola Penyakit Kronis) dengan hipertensi. Dari hasil studi pendahuluan yang diperoleh 10 orang meliputi 1 laki-laki dan 9 perempuan. Hasil pembagian kuesioner terdapat 10 orang penderita hipertensi memiliki hasil : 2 orang stres normal, 4 orang stres tingkat ringan, 3 orang stres tingkat sedang, dan 1 orang stres tingkat berat. Sedangkan berdasarkan hasil data rekam medis didapatkan hasil : 6 orang mengalami hipertensi grade I, dan 4 orang memiliki hipertensi grade II.

Stres dapat mengganggu pada kesehatan fisik maupun mental bila melebihi kemampuan seseorang dalam menghadapinya. Hal diatas dapat disimpulkan bahwa pentingnya manajemen stres pada individu untuk melakukan pemeliharaan dan penguatan diri secara optimal.

B. Rumusan Masalah

Hipertensi menjadi masalah kesehatan yang sangat serius dan salah satu utama penyebab kematian. Stres termasuk dalam faktor resiko yang dapat diubah yang berpengaruh dalam terjadinya hipertensi. Adanya anggota prolanis dengan hipertensi di UPTD Puskesmas Jimbaran perlu dikaji secara mendalam apakah terdapat hubungan tingkat stres dengan derajat hipertensi di UPTD Puskesmas Jimbaran Kabupaten Semarang?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Hubungan Tingkat Stres Dengan Derajat Hipertensi di UPTD Puskesmas Jimbaran Kabupaten Semarang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran tingkat stres di UPTD Puskesmas Jimbaran.
- b. Mengetahui gambaran derajat hipertensi di UPTD Puskesmas Jimbaran.
- c. Mengetahui hubungan tingkat stres dengan derajat hipertensi di UPTD Puskesmas Jimbaran.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan bisa memberikan sumber-sumber informasi bagi kemajuan ilmu keperawatan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Manfaat penelitian ini berguna untuk menambah pengetahuan bagi responden dalam meminimalisasi stres yang dapat menyebabkan terjadinya peningkatan tekanan darah atau hipertensi.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan acuan dalam melakukan penelitian lebih lanjut mengenai masalah stres dengan kejadian hipertensi.

c. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi dalam mengurangi risiko terjadinya masalah kesehatan.