

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Seseorang yang berusia di atas enam puluh tahun disebut usia lanjut, atau lansia. Baik di negara maju maupun berkembang, penduduk lanjut usia meningkat sebagai akibat dari peningkatan harapan hidup (*life expectancy*), kematian (*mortality*), dan penurunan kelahiran (*fertility*). Kehidupan manusia mencapai tahap terakhir dalam perkembangan daurnya, yang disebut lanjut usia. *World Health Organization* (WHO) mendefinisikan lanjut usia dalam empat kategori: *middle age* (usia pertengahan) 45-59 tahun, *elderly* (lansia) 60-74 tahun, *old* (lansia tua) 75-89 tahun, dan *very old* (lansia sangat tua) 90 tahun ke atas (Departemen Kesehatan RI, 2017).

Kondisi kesehatan seseorang dapat menurun seiring bertambahnya usia, meningkatkan kemungkinan terkena berbagai penyakit. Hal ini meningkatkan kemungkinan penyakit degeneratif, yang merupakan kondisi kesehatan yang disebabkan oleh penuaan jaringan atau organ. Penuaan menyebabkan perubahan fisik, mental, sosial, ekonomi, dan fisiologi. Perubahan yang terjadi pada struktur vena besar, yang dapat menyebabkan hipertensi (Kristiawan, M. S. dan Adiputra, 2019).

Tekanan darah arteri meningkat karena hipertensi, masalah pembuluh darah utama (Eviyanti, 2021). Hipertensi adalah kondisi di mana tekanan darah tinggi berada di pembuluh darah. Ini dapat mencapai tekanan darah sistolik

persisten 140 mmHg atau tekanan darah diastolik 90 mmHg (Kementrian Kesehatan RI, 2020). Tekanan darah tinggi, salah satu penyakit degeneratif, biasanya meningkat perlahan seiring bertambahnya usia (Triyanto, 2014). Penurunan sel dan perubahan sistem tubuh terjadi seiring bertambahnya usia, yang meningkatkan risiko hipertensi dan penyakit degeneratif lainnya.

Menurut Hasil Riset Kesehatan Dasar RISKESDAS (2018) lebih dari 63 juta orang di Indonesia menderita hipertensi. Peningkatan pembuluh darah pada perempuan sebesar 36,85% dan peningkatan pembuluh darah pada laki-laki sebesar 31,34% (Kesehatan, 2018). Presentase hipertensi di Provinsi Jawa Tengah yaitu pada perempuan sebesar 40,17% sedangkan pada laki-laki 34,83% (Riskesdas Jawa Tengah, 2018). Pada 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%, sedangkan di Provinsi Jawa Tengah sebesar 37,57%. Di Kabupaten Kendal sendiri, angka kejadian hipertensi sebesar 38,41%, dengan tingkat prevalensi untuk kelompok usia 45-54 tahun sebesar 45,87% dan tingkat prevalensi untuk kelompok usia 55-64 tahun sebesar 54,6% (Riskesdas Jawa Tengah, 2018). Hipertensi di Puskesmas Boja meningkat setiap tahun. Pada tahun 2021, angka kejadian hipertensi sebesar 9,6%, pada tahun 2022, angka kejadian hipertensi pada orang tua meningkat menjadi 10,6%, dan pada tahun 2023, angka kejadian hipertensi pada orang tua mencapai 5,6%.

Stress adalah salah satu penyebab hipertensi (Spruill et al., 2019;). Tubuh menghasilkan lebih banyak hormon adrenalin saat stres, yang menyebabkan jantung memompa darah lebih cepat, yang menyebabkan tekanan darah

meningkat. Jika terjadi dalam jangka waktu yang lama, itu akan menyebabkan reaksi pada organ lain dalam tubuh. Hipertropi kardiovaskuler dapat terjadi karena perubahan fungsi tekanan darah yang disebabkan oleh situasi stres. Stres berdampak pada tubuh dan emosi. Gejala stres termasuk denyut jantung cepat, nafas cepat, nyeri kepala, kaku leher, dan nyeri punggung. Stres memengaruhi sistem kekebalan tubuh juga. Oleh karena itu, sangat penting untuk mengatasi stres karena selain dapat menyebabkan hipertensi, juga dapat meningkatkan resiko terkena penyakit lain seperti stroke dan penyakit ginjal kronik. Penderita hipertensi harus melakukan manajemen stres untuk mengontrol peningkatan tekanan darah mereka (Rahmadhani, 2019).

Tingkat stres yang dialami seseorang pada usia tua juga diperkirakan untuk penyakit hipertensi. Pada saat stres, tubuh mengalami ketidakseimbangan hormon dan semua hormon yang dikendalikan oleh otak mengalami ketidakseimbangan. Ini termasuk meningkatkan kadar hormon adrenalin dan respons adrenokortikal, meningkatkan resistensi pembuluh darah perifer, dan meningkatkan aktivitas syaraf simpatik dengan curah jantung (Setyawan, 2017). Stres dapat meningkatkan tekanan darah secara sementara, tetapi ketika stres berlangsung lama, sistem adrenergik akan diaktifkan, mengeluarkan katekolamin dan adrenalin, yang menyempitkan pembuluh darah dan meningkatkan denyut jantung, meningkatkan tekanan darah (Rusnoto, 2018). Untuk menghindari dampak dari stress yang mengakibatkan hipertensi maka upaya yang saat ini sedang dilakukan adalah kunjungan petugas

kesehatan melakukan kunjungan rumah dan menganjurkan mereka untuk patuh dalam pengobatan

Peneliti beralasan sebelum mengambil atau menentukan langkah-langkah yang harus diambil untuk mendiagnosa hipertensi dan mencegah atau menunda komplikasinya pada kelompok usia ini karena beban hipertensi cenderung meningkat karena meningkatnya angka harapan hidup. Perilaku pencarian kesehatan lansia dipengaruhi oleh ketidakstabilan ekonomi, penurunan daya tahan fisik, isolasi sosial, penurunan kemampuan kognitif, ketergantungan, dan kesepian sehingga menyebabkan stress. Hal ini membuat mereka lebih rentan untuk menderita atau menyerah pada penyakit, yang mungkin dapat diobati. Saat melakukan observasi awal di Puskesmas Boja II, penulis mewawancarai sepuluh orang tua dengan hipertensi. Terhadap sepuluh orang tua, penulis menggunakan Perceived Stress Scale (PSS) untuk mengukur tingkat stres mereka. Empat dari mereka mengalami tingkat stres ringan, empat lainnya mengalami tingkat stres sedang, dan dua dari mereka mengalami tingkat stres berat. Pada orang tua yang mengalami hipertensi stadium 1, atau 146,8/92,6 mmHg, rata-rata mengalami tingkat stres ringan dan sedang, dengan gejala seperti pusing, kelelahan, dan kesulitan tidur. Namun, di antara orang tua yang mengalami tingkat stres tinggi, satu di antaranya berada pada kategori hipertensi stadium 2, atau 170/100, dengan gejala seperti marah, kesal, dan tersinggung.

Fenomena tersebut sesuai dengan teori dari Muslim (2020) bahwa stress adalah ekspresi reaksi tubuh manusia terhadap setiap tekanan yang dihadapinya

dan merupakan gerakan atau mobilitas pembelan tubuh manusia. Aktivitas yang monoton, kurang tidur, pola makan yang buruk, atau efek penyakit dapat menyebabkan stres. Stress yang dapat mengancam kesehatan seseorang terjadi ketika seseorang terus menerus bereaksi terhadap keadaan yang menimbulkan stres tanpa membuat perubahan untuk melawan dampak negatifnya. Mengalami stres dapat menyebabkan gejala berikut: respons stres marah atau gelisah, respons stres tertekan, dan respons stres diam (Muslim, 2020).

Berdasarkan data-data di atas maka penelitian yang akan diteliti tentang Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Boja II.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Boja II?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Boja II.

2. Tujuan Khusus

a. Mengetahui gambaran tingkat stres pada lansia di Puskesmas Boja II.

- b. Mengetahui gambaran kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Boja II.
- c. Menganalisis hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Boja II.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Lansia

Penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi lansia yang mengalami penyakit hipertensi merasa lebih tenang dan menerima diri atas penyakitnya.

2. Bagi Puskesmas

Dapat memberikan pelayanan kesehatan pada lansia dengan hipertensi tetap diperhatikan dengan perubahan psikologis yang terjadi pada lansia terutama mengenai tingkat stresnya.

3. Bagi Perawat

Dapat memberikan informasi kepada perawat yang digunakan sebagai meningkatkan kemampuan dan keterampilan tenaga perawat di Puskesmas dalam mengkaji dan mengaplikasikan asuhan keperawatan lansia dengan hipertensi.

4. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pedoman tentang bagaimana meneliti tingkat stress lansia dengan hipertensi dan menambah pengetahuan bagi peneliti untuk meneliti fenomena-fenomena lain.