BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit Tidak Menular (PTM) saat ini menjadi penyebab utama kematian di Indonesia sekaligus masalah kesehatan global. Hipertensi meupakan salah satu PTM yang sering terjadi tanpa menimbulkan gejala hingga memicu komplikasi serius seperti stroke, penyakit jantung koroner, gagal ginjal, bahkan kematian. Menurut *World Health Organization* (WHO, 2023), lebih dari 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi, namun hanya sebagian kecil yang rutin mengontrol tekanan darahnya sehingga menjadikan hipertensi sebagai salah satu penyebab utama tingginya angka kesakitan dan kematian di dunia.

Masalah hipertensi di Indonesia masih sangat serius, terbukti dari Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) mencatat prevalensi hipertensi mencapai 34,1% pada penduduk usia ≥18 tahun. Sementara itu, data Dinas Kesehatan Kabupaten Semarang (2024) menunjukkan hipertensi tercatat sebagai penyakit tidak menular dengan kunjungan tertinggi, yakni 55.712 kunjungan pada tahun 2024. Fakta ini menegaskan bahwa hipertensi merupakan masalah kesehatan serius yang memerlukan perhatian di tingkat global, nasional, maupun daerah.

Hipertensi merupakan kondisi ketika tekanan darah yang bersifat persisten tidak dikendalikan dengan baik sehingga dapat menyebabkan komplikasi serius seperti penyakit jantung koroner, stroke, dan gagal ginjal (Azizah et al., 2024). Hipertensi dipengaruhi oleh faktor yang tidak dapat diubah seperti merokok, konsumsi garam berlebih, kurang aktivitas fisik, obesitas, konsumsi alkohol,

dan stress. Faktor-faktor tersebut dapat meningkatkan tekanan darah melalui penyempitan pembuuh darah, gangguan metabolisme, dan penumpukan cairan dalam tubuh. Selain berdampak secara fisik, hipertensi juga menimbulkan dampak psikologis seperti stress, kecemasan, dan penurunan kualitas hidup akibat pembatasan aktivitas dan ketergantungan pada pengobatan jangka panjang.

Penelitian menunjukkan bahwa stres memiliki dampak besar dalam memperparah kondisi penderita hipertensi. Walther & Wirtz, (2023) menyatakan bahwa penderita hipertensi bereaksi lebih keras terhadap stres melalui peningkatan tekanan darah dan hormon stres. Dari sisi psikologis, Rahayu & Wahyuni, (2023) menemukan bahwa pasien hipertensi yang tidak terkontrol mengalami kecemasan yang tinggi, terutama bagi mereka yang menderita dalam jangka waktu lama. Manihuruk et al., (2024) juga menambahkan bahwa semakin berat stres yang dialami, semakin rendah kualitas hidup pasien hipertensi. Stres pada pasien hipertensi dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti ketidakpastian pengobatan, ketakutan terhadap efek samping, minimnya dukungan sosial, dan beban biaya (Namdar et al., 2024). Stres sendiri merupakan respons fisik dan mental terhadap tekanan yang melebihi kemampuan individu dalam menghadapinya. Stres dapat berasal dari faktor internal seperti kondisi kesehatan dan kepribadian, serta faktor eksternal seperti konflik keluarga, masalah ekonomi, dan beban pekerjaan (Alkhawaldeh et al., 2023). Stres yang berlangsung lama dapat meningkatkan aktivitas saraf simpatis dan hormon kortisol sehingga menaikkan tekanan darah dan

memperburuk kondisi hipertensi. Oleh karena itu, pengelolaan stres menjadi bagian penting dalam pengendalian hipertensi.

Salah satu faktor penting yang memengaruhi tingkat stres pasien hipertensi adalah komunikasi dalam keluarga. Keluarga merupakan lingkungan terdekat yang berperan dalam memberikan dukungan emosional, informasi, dan motivasi bagi pasien dalam menjalani pengobatan jangka panjang. Komunikasi keluarga yang baik ditandai dengan keterbukaan, empati, dukungan emosional, serta kemampuan menyelesaikan masalah bersama(Meranti et al., 2023). Komunikasi yang efektif dapat membantu pasien mengungkapkan perasaan, meningkatkan kepatuhan minum obat, serta menciptakan suasana emosional yang lebih stabil. Sebaliknya, komunikasi yang buruk dapat meningkatkan konflik keluarga dan memperburuk stres pasien.

Komunikasi keluarga memiliki peranan penting dalam mengurangi stres dan meningkatkan kualitas hidup pasien hipertensi. Penelitian menunjukkan bahwa komunikasi keluarga berperan dalam mengurangi stres dan meningkatkan kualitas hidup pasien hipertensi. Dukungan keluarga melalui komunikasi yang baik dapat meningkatkan kepatuhan terapi, membantu pengelolaan diri pasien, serta menurunkan tekanan psikologis akibat penyakit kronis(Indarti, 2020; Lestari et al., 2023). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Bayu Dwisetyo & Intan Safina, (2024) mereka menemukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara komunikasi keluarga dan kemampuan pasien dalam merawat diri sendiri. Selaras dengan itu, Linawati Togatorop, (2024) menegaskan bahwa komunikasi dalam keluarga juga berperan dalam meningkatkan kesabaran pasien dalam mengonsumsi obat serta mengurangi

kecemasan mereka. Dengan demikian, komunikasi yang baik dalam keluarga memberikan kontribusi besar terhadap kesehatan fisik dan mental pasien.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 15 responden penderita hipertensi, didapatkan data bahwa 11 responden memiliki komunikasi keluarga yang baik dan 4 yang komunikasi keluarga kurang baik, dari yang komunikasi keluarga baik 3 responden mengalami stres ringan dan 8 responden mengalami stres sedang, sedangkan 4 responden yang komunikasi keluarga kurang baik 2 mengalami stres ringan dan 2 mengalami stres sedang. Berdasarkan studi pendahuluan ini diketahui bahwa pada keluarga dengan komunikasi yang baik tingkat stres penderita hipertensi ada yang sedang ada yang ringan begitu pula pada yang komunikasi kurang baik ada yang ringan ada yang sedang, sehingga perlu dilakukan penelitian lebih lanjut terkait "Hubungan Komunikasi Keluarga Dengan Tingkat Stress Pada Pasien Hipertensi".

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat diambil rumusan masalah pada penelitian ini adalah "Apakah ada Hubungan Komunikasi Keluarga Dengan Tingkat Stress Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Lerep?"

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

   Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan komunikasi keluarga dengan tingkat stress pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Lerep

2. Tujuan Khusus

   a. Mengetahui gambaran komunikasi keluarga pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Lerep

   b. Mengetahui gambaran tingkat stress pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Lerep

   c. Mengetahui hubungan antara komunikasi keluarga dengan tingkat stress pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Lerep.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Secara Teoritis

   Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan pemahaman teori mengenai pola komunikasi keluarga dan pengaruhnya terhadap tingkat stres pasien hipertensi, serta memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu keperawatan.

2. Secara Praktis

   a. Bagi Subjek Penelitian

      Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pasien hipertensi untuk menyadari pentingnya pola komunikasi yang

baik dengan keluarga agar dapat mengurangi tingkat stres, sehingga kualitas hidup pasien dapat meningkat.

b. Bagi Lokasi Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi bagi puskesmas/lokasi penelitian untuk meningkatkan perhatian terhadap pentingnya dukungan keluarga dalam pengelolaan hipertensi, serta sebagai bahan pertimbangan dalam program edukasi keluarga mengenai manajemen stres pasien.