

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi saat ini adalah penyakit degeneratif yang dialami oleh orang tua, tetapi saat ini hipertensi juga dialami oleh kaum muda. Prevalensi kejadian saat ini hipertensi masih tinggi. Peningkatan angka kejadian prevalensi hipertensi semakin bertambah hampir 972 juta penduduk di dunia, tahun 2000 terdapat 639 juta kasus, pada tahun 2025 diperkirakan terjadi peningkatan yang tinggi yaitu sekitar 1,15 milyar kasus hipertensi. Menurut *Nasional Heart and Nutrition Examination Survey* bahwa hipertensi pada orang dewasa mengalami peningkatan yang tinggi, hipertensi merupakan penyakit penyebab utama kematian dan hipertensi merupakan faktor keturunan, merokok dan tingkat stres yang tinggi (Kozier, et.al. 2011).

Di Indonesia penderita hipertensi lebih sering terjadi pada wanita dibanding dengan laki-laki. Hipertensi di Indonesia sampai pada angka 31,7%. Prevalensi di negara Indonesia berkisar 52% untuk perempuan dan laki-laki 48%. Pada usia 50 tahun keatas penyakit hipertensi akan semakin meningkat. Dari data penyakit hipertensi dari 15 juta penderita, 50% belum bisa terkendali (Riskesdas, 2013). Di Jawa Tengah penderita hipertensi pada tahun 2013 sebanyak 58,6%. Untuk urutan pertama penderita hipertensi di kota dan kabupaten Jawa Tengah yaitu Semarang dengan angka sebanyak 55,6% (Dinkes Jateng, 2013). Usia muda banyak terjadi kematian akibat

hipertensi yang tidak bisa dikendalikan yaitu sebanyak 40%. Salah satu faktor penyebab terjadinya hipertensi dibagi menjadi dua bagian yaitu yang pertama faktor yang tidak bisa dikendalikan seperti umur, jenis kelamin, genetik dan yang kedua faktor yang bisa dikendalikan seperti obesitas, nutrisi dan stress (Black & Hawks, 2014).

Keadaan stres yang berat merupakan penyebab salah satu terjadinya hipertensi, baik lansia, dewasa muda dan usia pertengahan. Sebagai penurunan resiko terjadinya kerusakan organ tubuh semisal ginjal, jantung dan lainnya dapat dilakukan dengan mengurangi pengkonsumsian garam, serta memberikan motivasi penghilang stres atau membuat situasi yang nyaman yang bisa dikondisikan untuk menurunkan tingkat stres bagi penderita hipertensi (*International journal of hypertension*, 2011).

Sebagai penanggulangan serta pencegahan penyakit hipertensi yang tidak menular ini pemerintah sudah memberikan perhatian serius. Pandangan masyarakat penyakit hipertensi selalu dianggap penyakit biasa. Masyarakat sering beranggapan bahwa penyakit hipertensi tidak menular, mudah sembuh, tidak perlu penanganan serius, hipertensi identik dengan orang pemaarah dan semakin tua semakin tinggi tekanan darah (Kompas, 2011).

Stres ada keterkaitan dengan hipertensi karena stres dapat mengakibatkan keluarnya hormon epinefrin dan hormon non epinefrin yang menstimulus saraf simpatis untuk menstimulasi pembuluh darah untuk merespon emosi dan kelenjar adrenal ikut terstimulasi dan akibatnya aktivitas vasokontraksi bertambah dan mempengaruhi pembuluh darah sehingga terjadi peningkatan tekanan darah (Harmilah, 2011).

Stres mudah terjadi pada seseorang yang memiliki sifat yang tidak sabar, terburu-buru, serta yang mempunyai perasaan yang gelisah, stres juga bisa timbul ketika perasaan gugup atau dalam perasaan takut. Ketika tekanan rasa takut pergi maka akan rileks dan tekanan darahpun turun dengan keadaan sedikit normal. Efek penurunan stres tidak serta merta dapat menurunkan tekanan darah, namun stres harus dikelola karena dampak jangka panjang bisa merusak tubuh (Junadi, 2010).

Di Indonesia terdapat sekitar 11,6% yang terjadi gangguan emosional terutama stres menurut data Riset Kesehatan Dasar 2011. Dalam buku yang berjudul *the stresses sex: Uncovering The Truth About Men, Women, Mental Health*, Jason Freeman: bahwa kaum wanita 40% lebih berisiko mengalami stres akibat gangguan psikologi. Penduduk yang menempati peringkat keempat yang mengalami stres yaitu Indonesia. Untuk mengoptimalkan tingkat stres perlu pengelolaan yang tepat. Salah satu upaya untuk mengelola stres yaitu dengan melakukan upaya peningkatan kekebalan stres dengan mengatur pola hidup sehari-hari terutama pada pola pergaulan. Untuk mengelola stres dengan baik perlu pengobatan seperti terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Terapi farmakologi seperti mengkonsumsi obat yang telah diadvikan oleh dokter, terapi non farmakologi seperti konseling. Setelah dilakukan terapi penderita hipertensi mampu mengenali stres yang sedang dialami agar bisa mengelola stres yang dialaminya (Hawari, 2008).

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di wilayah puskesmas Bangetayu Semarang didapatkan data pada bulan April sebanyak 160 pasien

umur 40 tahun (pralansia), 84 perempuan dan 76 laki-laki, penyakit hipertensi saat ini prevalensi di Puskesmas Bangetayu mencapai 160 kasus setiap golongan umur. Karena banyak resiko kejadian hipertensi oleh tingkat stres maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih dalam tentang “Hubungan Tingkat Stres Dengan Peningkatan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Bangetayu”

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang yang telah diuraikan, dalam penelitian ini seorang peneliti akan memperjelas masalah yang akan di teliti dengan menjurus pada “Adakah Hubungan Tingkat Stres dengan Peningkatan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Bangetayu Semarang”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum :

Menganalisa hubungan tingkat stres dengan peningkatan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Bangetayu

2. Tujuan khusus :

- a. Mendiskripsikan karakteristik berdasarkan jenis kelamin tingkat stres pada pasien hipertensi
- b. Mendiskripsikan karakteristik responden berdasarkan tingkat stres di Puskesmas Bangetayu
- c. Mendiskripsikan karakteristik responden berdasarkan tingkat hipertensi.

- d. Menganalisa hubungan tingkat stres pada pasien hipertensi di puskesmas Bangetayu.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis

Dengan mengetahui hubungan tingkat stres dan peningkatan tekanan darah pada pasien hipertensi, diharapkan terdapat penurunan kejadian tingkat stres pada penderita hipertensi.

2. Secara praktis

- a. Bagi perawat

Hasil dari penelitian dapat digunakan sebagai evaluasi untuk profesi keperawatan sebagai informasi bagi bidang keperawatan komunitas mengenai tingkat stres dan untuk memberikan informasi pada pasien hipertensi sebagai asuhan keperawatan.

- b. Bagi Institusi

Dari hasil penelitian bisa dijadikan untuk bahan referensi mahasiswa dan pedoman untuk melakukan penelitian oleh mahasiswa selanjutnya.

- c. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai informasi masyarakat bagaimana cara merilekskan pikiran agar tidak mudah stres dan dapat menenangkan pikiran agar tekanan darah tetap stabil.