BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kondisi stres yang membuat tubuh menghasilkan hormon adrenalin lebih banyak, membuat jantung berkerja lebih kuat dan cepat. Apabila terjadi dalam jangka waktu yang lama maka akan timbul rangkaian reaksi dari organ tubuh lain. Perubahan fungsional tekanan darah yang disebabkan oleh kondisi stres dapat menyebabkan hipertropi kardiovaskuler bila berulang secara intermiten. Begitupula stres yang dialami penderita hipertensi, maka akan mempengaruhi peningkatan tekanan darahnya yang cenderung menetap atau bahkan dapat bertambah tinggi sehingga menyebabkan kondisi hipertensinya menjadi lebih berat (Hairil Akbar 2020). Diketahui bahwa stres merupakan salah satu faktor dominan yang mempengaruhi hipertensi pada usia lanjut. Stres sendiri merupakan suatu tekanan fisik maupun psikis yang tidak menyenangkan yang dapat merangsang kelenjar anak ginjal dalam melepaskan hormon adrenalin dan memacu jantung berdenyut lebih cepat sehingga tekanan darah akan meningkat (N. D. P. Putri & Cahyanti, 2020).

Lansia mudah terserang beberapa penyakit degeneratif, yaitu hipertensi karena sistem kardiovaskuler mengalami perubahan saat memasuki usia lansia (Lidia, Musafaah, dan Hanifah, 2018). Kenaikan tekanan darah atau Hipertensi pada lansia merupakan salah satu indikasi dalam fisiologis stres (Perry & Potter 2005 dalam Lidia, Musafaah, dan Hanifah 2018). Stres pada lansia dapat didefinisikan sebagai tekanan yang diakibatkan oleh stresor berupa perubahan-perubahan yang menuntut adanya penyesuaian dari lansia.

Tingkat stress pada lansia berarti pula tinggi rendahnya tekanan yang dirasakan ataudialami oleh lansia sebagai akibat dari stresor berupa perubahan-perubahan baikfisik, mental, maupun sosial dalam kehidupan yang dialami lansia (Apriani, 2018).

Data yang diperoleh dari *World Health Organization (WHO),* prevalensi hipertensi sebanyak 1,13 miliar jiwa di dunia yang menderita penyakit hipertensi pada tahun 2018 (Susilaningsih, 2020). Setiap tahunnya ada 9,4 juta orang meninggal akibat penyakit hipertensi dan komplikasi (Susilaningsih, 2020). Penderita hipertensi di dunia terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar jiwa yang terkena hipertensi (Republik Indonesia, 2019). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukan prevalensi penyakit hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥18 tahun meningkat sebesar 34,1% dibandingkan dengan data Riskesdas tahun 2013 sebesar 25,8% (Riset Kesehatan Dasar, 2018). Prevalensi penderita hipertensi tertinggi di Kalimantan Selatan sebesar (44,1%), terendah di Papua sebesar (22,2%) dan Jawa Tengah berada diurutan ke-4 dengan presentase sebesar (37,3%) (Riset Kesehatan Dasar, 2018). Berbagai faktor yang menjadi pemicu terjadinya hipertensi antara lain: merokok, mengonsumsi alkohol, pola makan yang tidak sehat, diet yang tidak sehat, konsumsi garam dan lemak berlebih, obesitas, kurang olahraga, dan stres (Republik Indonesia, 2019).

Kejadian hipertensi akan bertambah dengan bertambahnya umur seseorang. Pada usia 25 sampai 44 tahun kejadian hipertensi mencapai 29%, pada usia 45 sampai 64 tahun mencapai 51%, dan pada usia lebih 65

tahun mencapai 65%. (Warjiman et al., 2020). Meningkatnya kejadian penyakit darah tinggi mengakibatkan jumlah kematian serta terjadinya resiko komplikasi akan semakin bertambah setiap tahunnya. Penyebab keadaan ini karena hipertensi angka kejadiannya masih sangat tinggi di wilayah yang berpenghasilan rendah dan terjadi pada usia lanjut. Diperlukan solusi terbaik untuk mengatasi hipertensi. Solusi diharapkan dapat menurunkan angka kejadian hipertensi, menurunkan resiko terjadinya komplikasi, dan mengurangi resiko terhadap penyakit bagian kardiovaskuler (E Suprayitno & Wahid, 2019).

Masalah yang sering muncul pada lansia adalah stres akibat ketidakmampuan dari tubuh untuk mengatasi stresor yang muncul dan mengartikan sebagai suatu ancaman. Ancaman ini akan menyebabkan gangguan kesehatan dan menyebabkan stres. Jika lansia menjadi stres yang berangsur-angsur semakin berat akan menyebabkan lansia semakin tidak berdaya. Lansia akan merasa sulit untuk tenang dan selalu merasa terbebankan oleh stres hingga lansia sulit untuk beristirahat (Selo, Candrawati, & Putri, 2017).

Beberapa faktor penyebab terjadinya stres pada lanjut usia adalah proses penuaan yang mengakibatkan perubahan (penurunan) struktur dan fisiologis pada lanjut usia seperti: penglihatan, pendengaran, sistem paru, persendian tulang serta sistem kekebalan tubuh sehingga mudah terjangkit berbagai penyakit. Penurunan kemampuan fisik ini dapat menyebabkan lanjut usia menjadi stres, yang dulunya semua pekerjaan bisa dilakukan sendirian, kini terkadang harus dibantu orang lain. Perasaan membebani orang lain

inilah yang dapat menyebabkan stres (Karepowan, Wowor, & Katuuk, 2018). Faktor lain yang dapat memengaruhi stres pada lansia yaitu faktor internal seperti penyakit dan pertentangan, serta faktor eksternal seperti keluarga dan lingkungan (Selo, Candrawati, & Putri, 2017). Beberapa faktor yang dapat menyebabkan tekanan darah tinggi pada lansia diantaranya, pola makan, psikologis, kebiasaan sehari-hari dan kualitas tidur. Yang sering terjadi pada lansia yaitu penyebabnya dikarenakan faktor psikologis seperti depresi, cemas dan stress (Windani et al., 2019).

Setiap individu termasuk para lansia perlu memiliki manajemen stres agar dapat mengatasi stres yang menimpanya secara positif. Manajemen stres ialah program pengendalian untuk mengontrol atau pengukuran stres dan tujuannya ialah untuk mengetahui penyebabnya stres dan mengetahui tehnik-tehnik pengelolaan stres, sehingga masyarakat dapat menangani stres dalam kehidupan dengan lebih baik (Segarahayu, 2013 dalam Rizki, 2017). Islam mengenalkan stres di dalam kehidupan ini sebagai cobaan. Allah SWT berfirman di dalam Al Qur'an surat Al Baqarah (2) ayat 155 yang artinya "dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu,dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar".

Berdasarkan data diatas bahwa Hipertensi mengalami peningkatan setiap tahunnya, oleh sebab itu peneliti ingin membuktikan teori yang telah ada dan peneliti ingin meneliti tentang "Hubungan Tingkat Stres Dengan Tekanan Darah Pada Lansia".

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Bagaimana hubungan tingkat stress dengan tekanan darah pada lansia?"

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tingkat stres dengan tekanan darah pada lansia di Posyandu Lansia wilayah kerja Puskesmas Jenangan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat stres pada lansia di Posyandu Lansia wilayah Kerja Puskesmas Jenangan Kabupaten Ponorogo
2. Mengidentifikasi tekanan darah pada lansia di Posyandu Lansia wilayah Kerja Puskesmas Jenangan Kabupaten Ponorogo
3. Menganalisis hubungan antara tingkat stres dengan tekanan darah pada lansia diPosyandu Lansia wilayah Kerja Puskesmas Jenangan Kabupaten Ponorogo

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Bagi Peneliti

   Penelitian ini dapat menambah pengetahuan tentang hubungan tingkat stres dengan tekanan darah pada lansia.

2. Bagi Institusi Kesehatan

   Penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangan materi mengenai hubungan tingkat stres dengan tekanan darah pada

lansia.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi untuk menelitilebih lanjut terkait hubungan tingkat stres dengan tekanan darah pada lansia.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Responden

   Meningkatkan pengetahuan responden bahwa tingkat stres dapat mempengaruhi tekanan darah.

2. Bagi Masyarakat

   Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pengetahuan bahwa tingkat stres dapat mempengaruhi tekanan darah.

3. Bagi Tempat Penelitian

   Penelitian ini diharapkan mampu menjadi salah satu bahan pertimbangan dalam upaya peningkatan kesehatan pada lansia.

1.5 Keaslian Penelitian

1. Rohmatul Azizah (2016) meneliti tentang "Hubungan antara tingkat stres dengan kualitas hidup lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wonopringgo Pekalongan". Pada penelitian ini menggunakan desain studi *deskriptif korelatif* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia hipertensi di wilayah Puskesmas Wonopringgo Kabupaten Pekalongan pada bulan Januari s.d Maret tahun 2016 sebanyak 357 orang yang tersebar di 14 desa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *chuster*

sampling (area sampling) karena populasi dalam penelitian ini tersebar 20% dari 14 desa yaitu 3 desa didapatkan sampel 42 responden. Hasil uji validitas DASS 42 yang dilakukan oleh Abdullah dan Amrullah (2014) dengan 20 responden menunjukkan nilai r hasil dari 42 pertanyaan berada di atas nilai r tabel (r=0,444), sehingga dapat disimpulkan keempat puluh dua pertanyaan tersebut sudah valid. Hasil uji validitas WHOQOL-BREF yang dilakukan Sekarwiri (2008) menunjukkan bahwa semua pertanyaan valid (r= 0,445-0,889). Perbedaan pada penelitian sebelumnya adalah peneliti sebelumnya meneliti tentang Hubungan antara tingkat stres dengan kualitas hidup lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wonopringgo Pekalongan sedangkan penelitian yang akan dilakukan menelti tentang Hubungan tingkat stres terhadap peningkatan tekanan darah pada lansia hipertensi.

2. Septiana Ayu Cahyaning Tyas (2021) meneiti tentang "Hubungan tingkat stres dengan tingkat tekanan darah pada lansia" metode penelitian ini menggunakan desain analtik korelasional dengan pendekatan cross sectional. Penelitian ini dilaksanakan di posyandu lansia di desa karangrejo kecamatan kromengan kabupaten Malang. Responden yang terpilih melalui Teknik purposive sampling berjumlah 76 responden. Dengan kriteria lansia usia 58-70 tahun. Lansia yang terdaftar di posyandu lansia desa karangrejo, lansia yang bersedia hadir dan lansia yang mengikuti kegiatan di posyandu lansia Data dikumpulkan melalui kuesioner *Depression Axiety Stress Scales* (DASS 42) dan menggunakan tensimeter untuk mengukur tingkat tekanan darah pada

lansia. Data diuji dengan uji korelasipearson dengan signifikan a = < 0.05 persyaratan uji normalitas data telah dilengkapi sebelumnya dilakukan uji normalitas data. Data dalam penelitian ini berdistribusi normal sehingga memenuhi syarat uji korelasi. Hasil penelitian diperoleh dari 76 responden yang berpartisipasi dan disajikan dalam bentuk analisis univariat dan bivariat sebagai berikut. Analisis data dilakukan secara univariat baik variabel dependen maupun independen. Analisis ini menghasilkan distribusi dan presentase dari tiap variabel yang diteliti sedangkan secara bivariat dilakukan untuk melihat hubungan kedua variabel baik independen maupun dependen. Perbedaan dari penelitian ini adalah menggunakan variabel yang sama yaitu tingkat tekanan darah sedangkan penelitian yang akan dilakukan adalah peningkatan tekanan darah.

3. Evy Nurvitasari (2020) meneliti tetang "Hubungan obesitas dan stres dengan kejadian hipertensi pada pra lansia di Desa Pojoksari Kecamatan Sukomoro Kaupaten Magetan". Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif serta metode yang digunakan yaitu *observasional analitik* dengan pendekatan *cross sectional*, dilakukan di Desa Pojoksari Kecamatan Sukomoro Kabupateen Magetan. Waktu penelitian ini akan dilaksanakan pada tanggal 4-14 bulan Maret 2020. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pra lansia yang terdaftar dan berkunjung pada Posbindu PTM di Desa Pojoksari Kabupaten Magetan sebanyak 152 orang dengan sampel sebanyak 110 orang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini di lakukan dengan *Simple Random Sampling.*

Berdasarkan hasil penelitian menggunakan uji *Chi-Square* diketahui Berdasarkan hasil penelitian menggunakan uji *Chi-Square* untuk mengetahui distribusi frekuensi stres pada responden hipertensi dan tidak hipertensi didapatkan proporsi kejadian hipertensi lebih banyak terjadi pada responden yang mengalami stres yakni sebesar 56,6%. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmadeni dkk (2019) yang menunjukkan hal yang sama, dimana dari 56 responden yang mengalami hipertensi, lebih dari setengahnya yaitu 40 responden mengalami stres tingkat berat. Perbedaan pada penelitian ini adalah variabel independennya yaitu hipertensi pada pra lansia sedangkan penelitian yang akan dilakukan adalah hipertensi pada lansia.

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO