

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Hipertensi adalah penyakit yang terjadi akibat peningkatan tekanan darah. Hipertensi seringkali tidak menimbulkan gejala, sementara tekanan darah yang terus-menerus tinggi dalam jangka waktu lama dapat menimbulkan komplikasi. Faktor-faktor yang mempengaruhi tekanan darah adalah usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, aktivitas fisik, faktor genetik (keturunan), asupan makan, kebiasaan merokok, dan stres. Jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tekanan darah. Berdasarkan hasil penelitian Wahyuni dan Eksanoto (2013), wanita cenderung menderita hipertensi daripada laki-laki. Pada penelitian tersebut sebanyak 27,5% perempuan mengalami hipertensi, sedangkan untuk laki-laki hanya sebesar 5,8%. 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.

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2011 menunjukkan, di seluruh dunia sekitar 976 juta orang atau 26,4% penghuni bumi mengidap hipertensi dengan perbandingan 26,6% pria dan 26,1 wanita. Angka ini kemungkinan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar Depkes (Riskesdes) 2018 prevalensi hipertensi di Indonesia terdapat 34,1% penduduk mengalami hipertensi. Di Indonesia hipertensi tertinggi

terdapat di provinsi Kalimantan Selatan sebanyak 44,1% dan terendah di provinsi Papua yaitu sebanyak 22,2%. Di lihat dari hasil pengukuran tekanan darah pada usia 18 tahun keatas. Di Jawa Timur terdapat 36,1% orang menderita hipertensi (Riskesdes 2018). Secara keseluruhan jumlah penderita hipertensi di Jawa Timur mencapai 275 ribu orang. Sedangkan di Ponorogo ada tiga daerah yang prevalensi hipertensi paling tinggi ialah kecamatan Jenangan dengan jumlah 3.458 penderita, kecamatan Bungal dengan jumlah 3.426, kecamatan Sukorejo dengan jumlah 2.928 penderita (Dinkes Ponorogo, 2017).

Stres akan meningkatkan resistensi pembuluh darah perifer dan curah jantung sehingga akan menstimulasi aktivitas syaraf simpatis. Stres dapat berhubungan dengan pekerjaan, kelas sosial, ekonomi, dan karakteristik personal (Simon, 2002). Stres akan bertambah tinggi jika resistensi pembuluh darah perifer dan curah jantung meningkat yang sehingga menstimulasi syaraf simpatis. Sehingga stres akan bereaksi pada tubuh yang antara lain termasuk peningkatan tegangan otot, peningkatan denyut jantung dan meningkatnya tekanan darah. Reaksi ini dimunculkan ketika tubuh bereaksi secara cepat yang tidak digunakan, maka akan dapat memicu terjadinya penyakit yang termasuk penyakit hipertensi (Greenberg 1999 dalam Deasy 2010).

Faktor - faktor stres salah satunya yaitu faktor gaya hidup, yang pertama yaitu mengkonsumsi rokok, tidak adanya keluarga dan teman untuk berbagi rasa dapat menimbulkan atau memperburuk stres itu sendiri. Sehingga mereka memilih mengatasi stres ketika ada masalah dengan merokok, karena dengan merokok mereka meyakini bisa menghilangkan stres (Siswanto, 2009). Faktor stres

yang lain yaitu, mengkonsumsi minuman alkohol secara berlebihan akan berdampak hal buruk bagi kesehatan jangka panjang. Salah satu akibat dari mengkonsumsi alkohol secara berlebihan tersebut adalah terjadinya hipertensi. Beberapa penelitian menyatakan bahwa terdapat hubungan yang erat antara lama, frekuensi serta jenis alkohol yang dikonsumsi dengan kejadian hipertensi (Russ, 2016).

Cara penanganan dan perawatan hipertensi meliputi : berobat atau memeriksa diri secara teratur, mempertahankan berat badan yang seimbang dengan mencegah kegemukan, mengurangi konsumsi garam (natrium), tidak merokok, memperhatikan diet dengan memperbanyak makan buah dan sayuran dan membatasi minuman beralkohol, menghindari minum kopi berlebihan, periksa tekanan darah secara teratur terutama jika usia sudah mencapai 40 tahun, latihan fisik serta meningkatkan konsumsi buah dan sayur, olahraga dan pengendalian stress dan memberikan intervensi tentang teknik-teknik yang dapat mengurangi stress seperti manajemen stres, teknik relaksasi untuk mengurangi stres dan juga agar dapat melakukan penyuluhan tentang hipertensi dan stres. serta pengendalian stress (Adinil, 2004). Salah satu upaya untuk pengendalian stress adalah dengan mendengarkan tausiyah. Tausiyah merupakan nasehat – nasehat baik untuk mendekatkan diri kepada Allah SWT. Pendekatan diri kepada penciptanya adalah kebutuhan spiritual pasien (Kozier, 2004).

## 1.2 Rumusan masalah

Berdasarkan uraian yang ada di dalam latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah, Bagaimana Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Laki - Laki?

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Secara umum untuk mengetahui apakah ada hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada laki - laki?

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat Stres pada Laki - Laki
2. Mengidentifikasi hipertensi pada laki - laki
3. Menganalisis hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada laki - laki.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini sebagai pengalaman berharga bagi peneliti untuk bisa mengetahui hubungan stres dengan kejadian hipertensi pada laki - laki

## 2. Bagi Institusi Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan referensi bagi para petugas kesehatan. Sehingga mereka dapat memberikan informasi kepada masyarakat khususnya untuk laki - laki agar memperhatikan psikologinya supaya tidak terjadi hipertensi.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya.

Karya tulis ini diharapkan dapat digunakan peneliti selanjutnya sebagai referensi untuk meneliti lebih lanjut tentang hubungan stres dengan kejadian hipertensi pada laki - laki?

### 1.4.2 Manfaat Praktis

#### 1. Bagi Responden

Meningkatkan kesadaran responden dengan keadaan psikologi dapat meningkatkan tekanan darah

#### 2. Bagi Masyarakat

Karya tulis ini dapat digunakan sebagai bahan pengetahuan bahwa keadaan stres sangat berhubungan terhadap peningkatan tekanan darah.

#### 3. Bagi Tempat Penelitian

Karya tulis ini diharapkan mampu menjadi salah satu bahan pertimbangan dalam upaya peningkatan mutu kesehatan pada laki - laki.

## 1.5 Keaslian Penelitian

1. Iwan Ardian, dkk (2016) " Signifikansi Tingkat Stres Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi The significant of stress level with blood pressure in hypertention" Sebagian besar responden menunjukkan usia yang sering terkena hipertensi pada penelitian ini paling terbanyak yaitu usia 45-50 sebanyak (32,3%), jenis kelamin yaitu dengan jumlah terbanyak laki-laki dengan presentase 55 (55,6%), tingkat pendidikan paling banyak yaitu SMP 47 (47,5%), pekerja sebanyak 54 (54,5%). Diskusi: Terdapat hubungan tingkat stress dengan tekanan darah pada pasien hipertensi ( $p=0.001$ ).
2. Prisilia Alva Seke, dkk (2016) " Hubungan Kejadian Stres Dengan Penyakit Hipertensi Pada Lansia Di Balai Penyantunan Lanjut Usia Senjah Cerah Kecamatan Mapanget Kota Manado". Ketidapatuhan dalam pengobatan dan stres yang berkepanjangan dapat menambah parah hipertensi. Stres yang terjadi pada seseorang dipengaruhi oleh berbagai sumber. Sumber-sumber stres : dari dalam diri, keluarga dan komunitas. Lansia sering terkena hipertensi disebabkan oleh kekakuan pada arteri sehingga tekanan darah meningkat. Selain itu faktor usia mempengaruhi penyakit hipertensi pada lansia. Hasil: terdapat hubungan yang signifikan antara kejadian stres dengan penyakit hipertensi pada lansia dengan menggunakan Fisher's Exact Test ( $p=0,000$ )

3. Deasy Eka Saputri (2010) "Hubungan Stres dengan Hipertensi Pada Penduduk Di Indonesia Tahun 2007 " (Analisis Data Riskesdas Tahun 2007. Hasil penelitian ini menunjukkan prevalensi hipertensi pada penduduk di Indonesia tahun 2007 adalah 33,9% sedangkan prevalensi stres sebesar 12,1%. Ada hubungan yang bermakna antara stres dengan hipertensi setelah dikontrol oleh variabel lain yaitu umur, status perkawinan, tingkat pendidikan, IMT, DM dan pengeluaran perkapita serta dikontrol pula oleh adanya interaksi umur dan stres yang berinteraksi negatif (antagonism), dimana umur mengurangi efek dari stres terhadap terjadinya hipertensi. Dengan proporsi hipertensi yang disebabkan adanya interaksi tersebut sebesar 3,2%. Upaya pencegahan hipertensi dilakukan dengan melakukan intervensi terhadap stres, yaitu dengan berolahraga, relaksasi mental (rekreasi), melakukan curhat atau berbicara pada orang lain, selalu menumbuhkan emosi yang positif serta memperdalam ibadah dan agama.