

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi atau bisa disebut juga dengan tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah seseorang yang berada diatas batas normal yaitu ≥ 140 mmHg (sistolik) dan/atau ≥ 90 mmHg (diastolik), hipertensi termasuk salah satu golongan penyakit tidak menular (PTM) yang banyak di derita masyarakat Indonesia (57,6%) (Marliani, 2020). Hal ini dibuktikan melalui penelitian di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama bahwa penderita hipertensi terus meningkat setiap tahunnya. Gejala hipertensi pada umumnya asimtomatik, sehingga sering kali terjadi komplikasi barulah dapat diketahui penyebab pastinya. Stres dapat terjadi karena adanya tekanan dari lingkungan sekitar terhadap seseorang sehingga dapat merangsang reaksi tubuh dan psikis. Reaksi tubuh yang terjadi akibat stres meliputi jantung berdebar-debar, napas pendek dan keringat dingin. Stres digolongkan menjadi tiga bagian yaitu stres ringan, stres sedang dan stres berat. Stres dapat memicu hormon adrenalin sehingga memompa jantung lebih cepat mengakibatkan tekanan darah meningkat. Usia produktif rentan mengalami hipertensi karena pada usia inilah manusia sedang berada pada puncak aktifitasnya dan kurang memperhatikan gaya hidup, sehingga cenderung meningkatkan resiko untuk terkena hipertensi yang diakibatkan stres (Pebriyani & Triswanti, 2022).

Hipertensi di dunia mencapai sekitar 1,13 miliar individu, diambil dari data prevalensi hipertensi *World Health Organization* (WHO), artinya 1 dari 3 orang dewasa di dunia terdiagnosis hipertensi. Pada Tahun 2025 jumlah

penderita hipertensi diperkirakan akan terus meningkat mencapai 1,5 miliar individu, dengan kematian mencapai 9,4 juta individu. Hipertensi juga merupakan masalah kesehatan dengan prevalensi yang tinggi pada usia produktif. Data dari Riskesdas (2023), diketahui bahwa prevalensi hipertensi pada usia produktif yang terbagi dalam usia 18-24 tahun sebesar 13,2%, usia 25-34 tahun sebesar 20,1% dan usia 35-44 tahun sebesar 31,6% (Pebriyani & Triswanti, 2022).

Penduduk usia produktif adalah penduduk yang masuk dalam rentang usia antara 15-64 tahun (BPS, 2022). Prevalensi nasional hipertensi tahun 2018 pada penduduk usia produktif kelompok umur 18-24 tahun (13,2%), 25-34 tahun (20,1%), 35-44 tahun (31,6%), 45-54 tahun (45,3%), dan 55-64 tahun (55,2%) (Kemenkes RI, 2018). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 mencatat prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tensimeter sebesar 10,7% pada kelompok usia 18-24 tahun dan 17,4 % pada kelompok 25-34 tahun. Data dari riset kesehatan dasar pada tahun 2013 menunjukkan bahwa prevalensi penduduk Indonesia pada umur ≥ 15 tahun yang mengalami gangguan mental emosional atau stres sebesar 6,0% atau sekitar 37,728 orang dan data pada tahun 2018 mengalami kenaikan yaitu sebesar 9,8% sekitar 61,623 penduduk. Bertambahnya tingkat stres akan memungkinkan terjadinya peningkatan prevalensi hipertensi (Pebriyani & Triswanti, 2022).

Ketika melihat tingkat provinsi, Jawa Timur berada pada peringkat keenam dari 34 Provinsi di Indonesia dengan tingkat prevalensi hipertensi tertinggi, mencapai 36,3% (Badan Pusat Statistik, 2024). Perkiraan jumlah pengidap hipertensi di usia 15 tahun keatas di Provinsi Jawa Timur adalah

sekitar 11.686.430 jiwa, dengan proporsi pria sebesar 48,3% dan wanita sebesar 51,6%. Namun, data menunjukkan bahwa hanya 49,7% atau sekitar 5.806.592 penderita hipertensi yang mendapatkan perawatan medis (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2024).

Pada tahun 2024 jumlah keseluruhan penderita hipertensi di Kabupaten Madiun sebesar 200.080 jiwa dengan angka proporsi laki-laki yang lebih besar yaitu 10,3% dibandingkan perempuan sebesar 9,7%. Sementara itu diperkirakan bahwa penderita hipertensi yang mendapatkan pemeriksaan dan pengobatan medis hanya sebesar 10% dari total penderita hipertensi yang ada (Rahman et al., n.d.). Hipertensi Kabupaten Madiun Tahun 2023 presentase hipertensi sebesar 46,86% naik dibanding dengan tahun 2022 sebesar 24,70% penduduk, dengan proporsi laki-laki sebesar 29,19% dan perempuan sebesar 63,78% (Profil Kesehatan Dinas Kabupaten Madiun Tahun 2023).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di wilayah kerja RSI Siti Aisyah Madiun kejadian hipertensi pada tahun 2024 sebanyak 2.281 kasus. Pada tahun 2025 bulan Januari terdapat 139 kasus, bulan Februari 150 kasus, bulan Maret 147 kasus, bulan April 158 kasus, bulan Mei 166 kasus, bulan Juni 158 kasus (Data Rekam Medis RSI Siti Aisyah Madiun, 2024).

Salah satu penyebab peningkatan tekanan darah pada pasien hipertensi adalah stres. Stres merupakan suatu tekanan fisik maupun psikis yang tidak menyenangkan. Stres dapat merangsang kelenjar anak ginjal melepaskan hormon adrenalin dan memacu jantung berdenyut lebih cepat dan kuat, sehingga tekanan darah akan meningkat. Apabila terjadi dalam kurun waktu yang lama akan berbahaya bagi orang yang sudah menderita hipertensi

sehingga menimbulkan komplikasi. Komplikasi tersebut dapat menyerang berbagai target organ tubuh yaitu otak, mata, jantung, pembuluh darah arteri, serta ginjal. Sebagai dampak terjadinya komplikasi hipertensi, kualitas hidup penderita menjadi rendah dan kemungkinan terburuknya adalah terjadinya kematian pada penderita akibat komplikasi hipertensi yang dimilikinya (Rahman et al., 2021).

Dalam pengelolaan stres, yang terpenting adalah bagaimana cara mengelola stres tersebut (Marliani, 2020). Banyak hal yang dapat dilakukan untuk mengelola stres salah satunya dengan melakukan upaya peningkatan kekebalan stres dengan mengatur pola hidup sehari-hari seperti makanan dan pergaulan. Selain itu terapi farmakologis dan non farmakologis juga sangat berperan untuk dapat mengelola stres dengan baik. Terapi non farmakologis dilakukan dengan konseling kepada petugas medis yang berkompeten misalnya cara mengkonsumsi obat yang telah diadvikan dokter (Hawari, 2022). Diharapkan nantinya penderita hipertensi, mampu mengenal stres yang terjadi pada dirinya untuk nantinya segera dapat melakukan pengelolaan terhadap stres tersebut. Dengan demikian salah satu faktor pemicu terjadinya komplikasi hipertensi dapat ditekan, dan komplikasi hipertensi dapat diminimalkan (Praningsih et al, 2023).

Manajemen stres, juga bisa diatasi dengan cara menurut islam. Islam sudah menyediakan penawar terhadap munculnya stres melalui berbagai macam bentuk ibadah didalamnya. Sholat, dzikir dan ibadah lainnya adalah sebagian ibadah yang membentuk kesiapan manusia dalam menghadapi stressor (Nurhafizah et al., 2024). Dalam Islam sudah dijelaskan agar tidak

berlebihan dalam makan dan minum, sebagaimana tercantum dalam QS. Al-A'raf ayat 31 yang artinya “Hai anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah di setiap (memasuki) masjid, makan dan minumlah, dan janganlah berlebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebihan”. Dari ayat diatas dapat kita pahami bahwa sangat penting untuk menjaga kepatuhan pola makan agar terhindar dari berbagai macam penyakit salah satunya adalah penyakit hipertensi.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan maka peneliti ingin melakukan penelitian tentang “Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Produktif di Poli Saraf RSI Siti Aisyah Madiun”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka penulis dapat merumuskan masalah sebagai berikut “Bagaimana hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di Poli Saraf RSI Siti Aisyah Madiun”?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum :

Menganalisis hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di Poli Saraf RSI Siti Aisyah Madiun.

1.3.2 Tujuan Khusus :

1. Mengidentifikasi tingkat stres pada penderita hipertensi pada usia produktif di Poli Saraf RSI Siti Aisyah Madiun.
2. Mengidentifikasi kejadian hipertensi pada usia produktif di Poli Saraf RSI Siti Aisyah Madiun.

3. Menganalisis hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di Poli Saraf RSI Siti Aisyah Madiun.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi landasan pengembangan ilmu, khususnya keperawatan secara lebih lanjut dan juga menjadi sebuah nilai tambah khasanah pengetahuan ilmiah dalam bidang kesehatan yang berfokus pada sumber informasi mengenai stres untuk mengurangi terjadinya hipertensi.

1.4.2 Praktis :

a. Bagi Responden

Manfaat penelitian ini bagi usia produktif adalah sebagai informasi kepada usia produktif agar lebih memperhatikan kesehatannya dalam mengendalikan stres sehingga dapat mengontrol hipertensinya dengan baik.

b. Bagi Peneliti

Diharapkan penelitian ini menambah ilmu pengetahuan dan wawasan tentang penyakit hipertensi pada usia produktif dan penatalaksanaan tingkat stres pada pasien hipertensi usia produktif.

c. Bagi Instansi dan pelayanan kesehatan

Diharapkan untuk memperoleh data dan hasil yang diperoleh dari penelitian ini untuk dapat dijadikan sumber referensi dan sebagai dasar penentuan dalam pemberian informasi mengenai stres untuk mengurangi angka kejadian hipertensi usia produktif.

1.5 Keaslian Penelitian

1. Penelitian yang dilakukan oleh Upik Pebriyani, Nia Triswanti, Wega Fabia Prawira dan Woro Pramesti dengan judul Hubungan antara tingkat stres dengan angka kejadian hipertensi pada usia produktif di puskesmas Kedaton Bandar Lampung tahun 2022. Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik dengan metode *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel dengan metode total sampling. Menggunakan analisis uji spearman's. Hasil penelitian adanya hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan hipertensi dengan diperoleh nilai $p\text{-value} = 0.005$. Perbedaan penelitian terletak pada tempat, waktu, populasi, instrumen penelitian. Sedangkan persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variable independen meneliti tingkat stres pada pasien hipertensi usia produktif.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Sri Hintari, Arulita Ika Fibriani 2023 dengan judul Hipertensi pada Penduduk Usia Produktif (15-59 tahun) di Wilayah Kerja Puskesmas Pageruyung Kabupaten Kendal. Desain penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain studi *cross sectional*. Sumber data penelitian menggunakan data sekunder posbindu PTM bulan Januari-Agustus 2022. Sampel penelitian sebanyak 140 diambil dengan tehnik *simple random sampling*. Analisis data menggunakan aplikasi SPSS dengan uji *chi-square*, uji *fishers exact*, dan regresi logistik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel yang signifikan adalah riwayat keluarga ($p < 0,01$), aktivitas fisik ($p < 0,01$), konsumsi sayur dan buah ($p < 0,01$), obesitas tingkat 1 ($p < 0,01$), dan gemuk

($p=0,01$). Perbedaan penelitian terletak pada judul, tempat, waktu, populasi. Sedangkan persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variable dependen hipertensi pada usia produktif.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Elsa Panji Sukma, Sri Yuliawati, Retno Hestningsih, Praba Ginanjar 2019 dengan judul Hubungan Konsumsi Alkohol , Kebiasaan Merokok, dan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi Usia Produktif. Desain penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan menggunakan rancangan penelitian *cross sectional*. Sampel yang digunakan sebanyak 92 sampel yang diambil secara simple random sampling. Analisis data menggunakan uji chi square, dengan taraf signifikan 95%. Hasil analisis univariat menunjukkan mayoritas responden berjenis kelamin perempuan 70,7%, tidak mengonsumsi alkohol 98,9%, tidak merokok 79,3%, tingkat stres tinggi 38,0%. Dari hasil uji hubungan dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara konsumsi alkohol dengan kebiasaan merokok, sedangkan tingkat stres berhubungan dengan kejadian hipertensi pada usia produktif. Perbedaan penelitian terletak pada judul, tempat, waktu, populasi, sampel. Sedangkan persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variable dependen hipertensi pada usia produktif.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Supriliyah Praningsih, Siswati, Heni Maryati, Ahmad Nur Khoiri 2023 dengan judul Peningkatan Pemahaman Tentang Pengendalian Tekanan Darah Melalui Kualitas Tidur dan Manajemen Stres di Desa Puton Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang. Kegiatan ini menggunakan model dengan pendekatan partisipatif, dimana

peserta berperan aktif dalam proses dan pelaksanaan pengabdian masyarakat dengan memahami hubungan stres dan kualitas tidur terhadap perubahan tekanan darah. Bagaimana bisa manajemen stres dan meningkatkan kualitas tidur dalam upaya menstabilkan tekanan darah. Pengabdian masyarakat ini meningkatkan pengetahuan tentang upaya pengendalian tekanan darah dengan manajemen stres dan meningkatkan kualitas tidur. Perbedaan penelitian terletak pada judul, tempat, waktu, dan instrumen penelitian. Sedangkan persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel kontrol umur, jenis kelamin.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Kazuomi Kario, Ayako Okura, Satoshi Hoshide, Masaki Mogi 2024 dengan judul The WHO Global Report 2023 on Hypertension warning the emerging hypertension burden in globe and its treatment strategy. Desain penelitian ini menggunakan pendekatan tim multidisiplin yaitu pendekatan tim dengan staf medis profesional seperti perawat, farmakologik. Laporan tersebut juga menyebutkan pendekatan berbasis pengguna. Pendekatan ini mencakup pengukuran tekanan darah sendiri, membatasi asupan garam yang memungkinkan pengobatan antisipasi yang dipersonalisasi untuk prediksi dini risiko kardiovaskuler sepanjang hidup seseorang. Perbedaan penelitian terletak pada lokasi dan instrumen penelitian. Sedangkan persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel kontrol. (Kario et al. 2024)