

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hipertensi merupakan penyebab utama kematian dan penyebab kecacatan terbesar ketiga di seluruh dunia. Diperkirakan hampir setengah dari Pasien berhenti berobat dalam waktu satu tahun.

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis yang paling sering ditemukan di seluruh dunia (Zhu dkk., 2019) . Penyakit ini berkontribusi besar terhadap risiko terjadinya stroke dan penyakit jantung, sehingga menjadi penyebab utama meningkatnya angka sakit dan kematian akibat gangguan jantung dan pembuluh darah. Saat ini, sekitar 25% orang dewasa di dunia menderita hipertensi, dan angka ini diperkirakan akan meningkat hingga 29% pada tahun 2025.

Sekitar 75% penderita hipertensi tinggal di negara-negara berkembang, di mana fasilitas kesehatan terbatas, pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan hipertensi masih rendah, dan kemampuan mengontrol tekanan darah pun kurang optimal. Contohnya, di Tiongkok pada tahun 2014, hampir 28% orang dewasa diketahui mengalami hipertensi. Angka ini diprediksi bisa melebihi 40% pada kelompok lanjut usia. Namun sayangnya, hanya sebagian kecil dari penderita yang menjalani pengobatan, dan lebih sedikit lagi yang berhasil menjaga tekanan darah tetap normal — kurang dari 8%(Zhu dkk., 2019).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi bisa disebabkan oleh beberapa faktor, termasuk faktor genetik atau keturunan, pola hidup sehat, serta adanya kondisi medis tertentu. Selain itu, Hipertensi dapat disebabkan oleh faktor psikologis

seperti cemas, stres, dan depresi bisa sangat mempengaruhi naiknya tekanan darah. Ketika seseorang mengalami emosi yang tidak stabil, hal ini juga bisa memicu terjadinya tekanan darah tinggi atau biasa disebut hipertensi.

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor penting dalam mempengaruhi perilaku kesehatan individu. Menurut Malecki dan Demaray, dukungan sosial merujuk pada persepsi seseorang terhadap dukungan yang diberikan oleh orang-orang dalam jaringan sosialnya, termasuk keluarga dan teman (Balkundi dan Fredrick, 2024). Persepsi ini mencakup berbagai bentuk dukungan, antara lain dukungan emosional, informasional, instrumental, dan penghargaan. Dalam konteks penyakit kronis seperti hipertensi, keluarga merupakan orang terdekat yang dapat berperan aktif dalam tercapainya tingkat kepatuhan dan keberhasilan pengobatan pada penderita hipertensi (Dukungan Sosial Keluarga Rahayu Sri Utami dan Sri Utami, t.t.). Sarafino (1990) menyatakan bahwa individu yang menerima dukungan dari keluarga biasanya cenderung lebih mudah menerima nasehat medis daripada individu yang tidak menerima dukungan (Dukungan Sosial Keluarga Rahayu Sri Utami dan Sri Utami, t.t.). Artinya, dukungan keluarga memiliki peran penting dalam membentuk sikap seseorang terhadap pengobatan. Individu yang mendapatkan perhatian, dorongan, dan keterlibatan positif dari keluarganya cenderung lebih terbuka dan mudah menerima nasihat atau anjuran medis yang diberikan oleh tenaga kesehatan. Kehadiran keluarga memberikan rasa aman dan keyakinan bahwa tindakan medis yang disarankan demi kebajikannya. Sebaliknya, seseorang yang tidak memperoleh dukungan dari keluarga sering kali merasa kurang percaya diri atau bahkan enggan mengikuti arahan medis karena tidak ada pihak terdekat yang

membantu meyakinkan atau mendukungnya. Dengan demikian, dukungan keluarga menjadi faktor penting dalam keberhasilan penerimaan dan pelaksanaan nasihat medis.

Stres dapat mengakibatkan hipertensi dengan menstimulan sistem saraf dalam meningkatkan hormon yang menyempitkan pembuluh darah. Saat tubuh mengalami stress dan emosi maka terjadi perubahan secara fisiologis yang salah satunya adalah tekanan darah meningkat (*215-Article Text-399-1-10-20220901*, t.t.). Stres menstimulasi sitem saraf dengan meningkatkan produksi hormon kortisol dan adrenalin. Menurut Sarafino (1998) Stres sebagai kondisi yang disebabkan oleh interaksi antara individu dengan lingkungan yang menimbulkan situasi yang bersumber pada sistem biologis, psikologis dan sosial seseorang. Stres adalah bagian dari reaksi negatif seseorang yang mengalami tekanan berlebihan akibat tuntutan yang terlalu banyak sehingga tidak seimbang dengan sumber daya yang dimiliki (Nuraeni dkk., 2024).

Di Desa Krowe, terdapat cukup banyak warga yang menderita hipertensi, terutama pada rentang usia 35 tahun hingga lansia. Namun, sebagian besar dari mereka kurang memiliki kesadaran untuk rutin memeriksakan tekanan darah setiap bulan. Akibatnya, tidak sedikit kasus kematian mendadak yang disebabkan oleh komplikasi seperti gagal jantung. Padahal, pemerintah desa secara rutin mengadakan kegiatan Posyandu setiap bulan yang menyediakan layanan pemeriksaan tekanan darah dan gula darah secara gratis bagi warga usia 35 tahun ke atas. Sayangnya, tingkat partisipasi masyarakat dalam memanfaatkan layanan kesehatan ini masih tergolong rendah.

Selain itu, meskipun telah tersedia layanan pemeriksaan tekanan darah dan gula darah secara gratis melalui Posyandu setiap bulan, tingkat partisipasi masyarakat masih tergolong rendah. Kurangnya kesadaran ini sering kali dikaitkan dengan rendahnya dukungan sosial keluarga dari lingkungan sekitar, baik dari keluarga, teman, maupun komunitas. Dalam beberapa kasus, kondisi ini menyebabkan terjadinya komplikasi serius seperti gagal jantung yang berujung pada kematian mendadak.

Urgensi penelitian ini terletak pada pentingnya memahami sejauh mana dukungan sosial keluarga dapat memengaruhi tingkat stres pada penderita hipertensi, khususnya di wilayah pedesaan seperti Desa Krowe. Dengan mengetahui hubungan antara dukungan sosial keluarga dan stres, diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan masukan bagi tenaga kesehatan, keluarga, dan masyarakat untuk lebih memperhatikan aspek psikososial dalam penanganan hipertensi. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi dasar bagi upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan kesadaran serta partisipasi masyarakat terhadap layanan kesehatan yang telah disediakan.

Selama ini, banyak penelitian mengenai hipertensi lebih berfokus pada faktor-faktor medis seperti pola makan, aktivitas fisik, dan penggunaan obat-obatan. Sementara itu, aspek psikososial seperti stres dan dukungan sosial keluarga masih belum banyak dieksplorasi secara mendalam, khususnya di wilayah pedesaan seperti Desa Krowe. Padahal, tekanan psikologis yang dialami oleh Pasien hipertensi, seperti stres berkepanjangan, dapat memperburuk kondisi fisik mereka dan menghambat proses penyembuhan.

Selain itu, dukungan sosial keluarga yang diterima Pasien, baik dari keluarga maupun lingkungan sekitar, memiliki peran penting dalam mengurangi stres dan meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan serta gaya hidup sehat. Namun, sejauh ini belum banyak penelitian lokal yang secara spesifik mengkaji hubungan antara dukungan sosial keluarga dan tingkat stres pada Pasien hipertensi di desa, terutama di Desa Krowe yang memiliki karakteristik sosial dan budaya tersendiri.

Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengisi kekosongan literatur terkait aspek psikososial dalam pengelolaan hipertensi. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan gambaran nyata mengenai peran dukungan sosial keluarga terhadap kondisi psikologis penderita hipertensi, sehingga dapat menjadi dasar bagi intervensi non-medis yang lebih holistik dan berbasis masyarakat.

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan tingkat stress pada Pasien hipertensi di desa krowe?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk :

Menganalisis hubungan antara Dukungan sosial keluarga dan Tingkat stres pada Pasien hipertensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Memberikan tambahan referensi ilmiah dalam bidang psikologi kesehatan, terutama mengenai peran dukungan sosial keluarga terhadap stres dan perilaku kesehatan pada penderita hipertensi. Penelitian ini juga berkontribusi dalam

memperkaya pengembangan teori-teori psikososial yang sesuai dengan kondisi masyarakat di daerah pedesaan.

2. Praktis

- a. Bagi universitas Muhammadiyah Ponorogo penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam perkembangan ilmu psikologi terkait minat psikologi klinis.
- b. Bagi Pasien hipertensi: Penelitian ini dapat membantu Pasien memahami peran penting dukungan sosial keluarga dalam mengurangi stres dan menjaga kondisi kesehatan secara optimal.
- c. Bagi keluarga dan lingkungan sosial: Hasil penelitian ini diharapkan menjadi dasar untuk meningkatkan keterlibatan keluarga dan lingkungan sekitar dalam memberikan dukungan, baik secara emosional maupun dalam bentuk bantuan langsung kepada anggota keluarga yang mengalami hipertensi.
- d. Bagi tenaga kesehatan dan pemerintah desa: Temuan dari penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam merancang program atau intervensi berbasis masyarakat yang bertujuan meningkatkan kesadaran, kepatuhan berobat, serta perilaku hidup sehat pada penderita hipertensi.
- e. Bagi peneliti selanjutnya: Penelitian ini dapat dijadikan pijakan awal dalam melakukan studi lebih lanjut mengenai aspek psikososial dalam pengelolaan penyakit kronis, terutama di wilayah dengan karakteristik sosial pedesaan.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Desa Krowe dengan subjek yaitu Pasien yang menderita hipertensi dimulai usia 35 hingga lansia. Fokus utama dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial keluarga sebagai variabel bebas dan tingkat stres sebagai variabel terikat. Penelitian dilaksanakan dalam rentang waktu tertentu yang telah ditentukan oleh peneliti. Studi ini dibatasi hanya pada dua variabel tersebut dan tidak membahas faktor lain seperti gaya hidup, faktor genetik, maupun kondisi ekonomi yang juga dapat memengaruhi stres pada Pasien hipertensi.

F. Definisi Istilah

1. Dukungan sosial keluarga

Dukungan keluarga adalah suatu proses hubungan berupa sikap, tindakan, dan penerimaan keluarga terhadap anggotanya yang bersifat mendukung dan memberikan pertolongan kepada anggotanya (Mariyani dan Nurhayati, t.t.) . Dukungan ini mencerminkan adanya perhatian, kepedulian, serta keterlibatan aktif keluarga dalam membantu anggota keluarga yang membutuhkan.

Dukungan keluarga merupakan unsur penting dalam proses penyembuhan dan pemulihan penyakit (Fiscarina dkk., 2023) . Dukungan ini meliputi perhatian, kasih sayang, motivasi, serta bantuan dalam bentuk informasi maupun tindakan nyata yang bertujuan membantu individu dalam menjalani pengobatan dan meningkatkan kondisi kesehatannya.

Dukungan keluarga merupakan bentuk pemberian dukungan terhadap anggota keluarga lain yang mengalami permasalahan, yaitu dukungan

permeliharaan, emosional untuk mencapai kesejahteraan keluarga dan memenuhi kebutuhan psikososial (Psikologi dkk., t.t.) · Pemberian dukungan keluarga bertujuan untuk mencapai kesejahteraan keluarga serta memenuhi kebutuhan psikososial individu, sehingga dapat membantu individu dalam menghadapi masalah dan meningkatkan kualitas hidupnya.

Berdasarkan definisi diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan keluarga merupakan proses hubungan interpersonal yang diwujudkan melalui sikap, tindakan, dan penerimaan anggota keluarga dalam memberikan bantuan kepada anggota lainnya yang mengalami permasalahan. Dukungan ini mencakup aspek emosional, informasional, dan instrumental yang bertujuan memenuhi kebutuhan psikososial, meningkatkan kesejahteraan, serta membantu proses penyembuhan dan pemulihan kesehatan individu dapat lebih mampu menghadapi maslaah dan meningkatkan kualitas hidupnya.

2. Tingkat Stres

Stres adalah bagian dari kehidupan sehari-hari dan tidak dapat dihindari. Namun, stress berlebihan dapat berdampak negatif pada kesehatan (“Hubungan Kondisi Psikologis Stress dengan Hipertensi pada Penduduk Usia Diatas 15 Tahun di Indonesia,” 2021) . Stres adalah reaksi tubuh saat seseorang menghadapi tekanan dari lingkungan sekitarnya. Reaksi ini bisa mempengaruhi kondisi fisik dan pikiran, seperti membuat jantung berdebar atau merasa cemas. Pada orang dengan hipertensi, stress dapat menyebabkan tekanan darah meningkat.

Menurut Situmorang (2020) menyebutkan bahwa stress adalah kondisi respons fisiologis dan psikologis individu terhadap tekanan lingkungan yang

ditandai dengan peningkatan tekanan darah, terutama pada kelompok dewasa akhir (Cicilia Pujiastuti dkk., 2022) . Secara fisiologis, stress dapat ditandai dengan peningkatan denyut jantung, ketegangan otot, serta kenaikan tekanan darah,. Sementara itu, secara psikologis, stres dapat menimbulkan perasaan cemas, gelisah, mudah marah, dan kesulitan berkonsentrasi. Kondisi ini umumnya dipicu oleh berbagai faktor, seperti beban kerja, permasalahan keluarga, kondisi kesehatan, maupun perubahan dalam kehidupan. Dalam keadaan stress, tubuh akan melepaskan hormon seperti adrenalin yang menyebabkan penyempitan pembuluh darah dan peningkatan aktivitas jantung, sehingga berdampak pada meningkatnya tekanan darah. Dampak tersebut cenderung lebih signifikan pada kelompok dewasa akhir, karena kemampuan adaptasi tubuh yang menurun seiring bertambahnya usia, sehingga meningkatkan resiko terjadinya hipertensi.

3. Pasien Hipertensi

Hipertensi atau yang lebih dikenal sebagai tekanan darah tinggi adalah suatu kondisi dimana terjadi peningkatan tekanan pada pembuluh darah secara terus menerus. Hipertensi termasuk dalam kategori the silent killer yang mana penderita tidak akan mengetahui atau menyadari bahwa dirinya mengalami hipertensi jika tidak memeriksakan tekanan darahnya (Anshari, 2019) .

Hipertensi menjadi masalah kesehatan Masyarakat yang serius, jika tidak terkontrol akan berkembang dan menimbulkan komplikasi yang berbahaya. (stroke, penyakit jantung koroner, dan gagal ginjal) (Julita dkk., t.t.) . Hipertensi dapat diartikan sebagai kondisi ketika tekanan darah seseorang berada di atas normal, yaitu jika tekanan sistolik lebih dari 140 mmHg dan diastolic 90 mmHg atau lebih.

Pengukuran ini dilakukan satu tubuh dalam keadaan istirahat, sebanyak dua kali, dengan jeda waktu sekitar lima menit untuk memastikan hasilnya akurat (Sari, 2017).

Hipertensi merupakan kondisi ketika tekanan darah individu berada di atas batas normal secara menetap, yang ditandai dengan peningkatan sistolik dan diastolic. Tekanan sistolik mengacu pada tekanan saat jantung memompa darah ke seluruh tubuh, sedangkan tekanan diastolic merupakan tekanan saat jantung berada dalam fase istirahat diantara denyutan.

G. Definisi Operasional

1. Dukungan Sosial Keluarga

Dukungan Keluarga adalah suatu bentuk hubungan interpersonal meliputi sikap, tindakan dan penerimaan terhadap anggota keluarga, sehingga keluarga merasa selalu diperhatikan (Wicaksono dkk., 2024). Dukungan keluarga terjadi melalui interaksi antar anggota keluarga, seperti komunikasi, perhatian, dan kedekatan emosional. Adanya dukungan membuat individu merasa dihargai, tidak sendirian, dan memiliki tempat untuk berbagi. Dukungan keluarga dapat meningkatkan ketenangan emosional serta membantu individu menghadapi masalah atau stress. Dukungan yang baik dapat membantu menjaga kesehatan, meningkatkan semangat, dan mempercepat proses pemulihan saat sakit.

Menurut Fredman (2010), dukungan keluarga dapat dilakukan lewat dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, serta dukungan informasional (Keperawatan Berbudaya Sehat dkk., 2024).

- a. Dukungan Emosional merupakan salah satu bentuk dukungan keluarga yang berperan dalam menciptakan kondisi yang aman dan nyaman bagi individu sebagai tempat untuk beristirahat dan melakukan pemulihan. Dukungan ini ditunjukkan melalui sikap empati, perhatian, dan kasih sayang dari anggota keluarga, sehingga membantu individu dalam mengelola serta mengendalikan emosinya secara lebih baik (Pengelola, +DWI+FITRIYANTI+NU+13.4, T.T.).
- b. Dukungan Penghargaan berfungsi sebagai bentuk pengakuan dan validasi terhadap individu (Hasibuan dkk., 2026). Dukungan ini ditunjukkan melalui pemberian pujian, penghargaan, dan dorongan positif, sehingga individu merasa dihargai, memiliki kepercayaan diri, serta termotivasi dalam menjalani aktivitasnya.
- c. Dukungan Instrumental dukungan dimana keluarga menjadi sumber pertolongan yang praktis dan langsung (Center dkk., 2022). Dukungan ini dapat berupa membantu kebutuhan sehari-hari, menyediakan biaya, atau memberikan pertolongan praktis dan lainnya, sehingga individu merasa terbantu dalam menjalani aktivitas dan menghadapi masalahnya.
- d. Dukungan Informasional adalah bentuk dukungan dari keluarga berupa pemberian informasi, saran, atau arahan yang berkaitan dengan kondisi kesehatan. Dukungan ini membantu anggota keluarga, terutama yang sedang sakit, agar lebih memahami kondisi yang dialami dan mengetahui cara merawat diri, sehingga kesehatannya dapat lebih terjaga dan meningkat.

2. Stres

Stres merupakan respon atau reaksi tubuh terhadap berbagai tuntutan atau tekanan yang bersifat umum. Kondisi ini tidak muncul sebagai akibat dari masalah atau penyakit yang dialami, tetapi juga dapat menjadi faktor pemicu yang memperburuk atau menyebabkan gangguan kesehatan (Kesehatan dkk., t.t.).

Menurut Lazarus dan Folkman (1984) Stres adalah kondisi yang terjadi akibat hubungan antara individu dan lingkungan sekitarnya ketika tuntutan yang dihadapi melebihi kemampuan individu untuk mengatasinya (koping), sehingga dapat mengancam kesehatan fisik maupun mental (Hidayati¹ dan^{#38}; Harsono², 2021).

Menurut Sarafino dan Smith (2012) aspek-aspek stress yaitu :

a. Aspek Biologis

Aspek biologis dari stress berupa gejala fisik yang dialami individu antara lain sakit kepala, gangguan tidur, gangguan pencernaan, gangguan makan, gangguan kulit, dan produksi keringat yang berlebihan selain itu juga ditandai dengan adanya otot-otot tegang, pernafasan dan jantung tidak teratur, gugup, cemas, gelisah, perubahan nafsu makan, maag, dan lain sebagainya.

b. Aspek Psikologis

Aspek psikologis stress yaitu berupa gejala psikis antara lain gangguan kognisi (pikiran), emosi, serta tingkah laku (Anggun Saputri dan Sugiharto, t.t.).

3. Pasien Hipertensi

Hipertensi adalah kondisi ketika tekanan darah meningkat secara tidak normal, yaitu ditandai dengan tekanan sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolic lebih dari 90 mmHg.

Menurut Lany Gunawan, (2001) Hipertensi berdasarkan penyebabnya dapat dibedakan menjadi 2 golongan besar yaitu (Pendekatan dkk., t.t.) :

- a. Hipertensi essensial (Hipertensi primer) yaitu hipertensi yang tidak diketahui penyebabnya.
- b. Hipertensi sekunder yaitu hipertensi yang disebabkan oleh penyakit lain.

