

# **BAB I PENDAHULUAN**

## **A. Latar Belakang**

Lanjut usia merupakan seseorang mengalami pertambahan umur dengan disertai dengan penurunan fungsi fisik yang ditandai dengan penurunan massa otot serta kekuatannya, laju denyut jantung maksimal, peningkatan lemak tubuh, dan penurunan fungsi otak. Kelompok lanjut usia merupakan kelompok penduduk yang berusia 60 tahun keatas. Pada lanjut usia akan terjadi proses menghilangnya kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri atau mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya secara perlahan-lahan sehingga tidak dapat bertahan terhadap infeksi dan memperbaiki kerusakan yang terjadi (Akbar, 2020).

Lanjut usia memiliki perubahan dalam struktur dan fungsi pada sel, jaringan serta sistem organ. Perubahan tersebut mempengaruhi kemunduran kesehatan fisik yang pada akhirnya akan berpengaruh pada kerentanan terhadap penyakit. Pada usia tersebut lansia mengalami penurunan fungsi imun tubuh fungsi imun tubuh termasuk penurunan fungsi jantung yang salah satu penyakitnya yaitu hipertensi (Akbar, 2020).

Hipertensi merupakan tekanan darah tinggi yang bersifat abnormal dan diukur paling tidak pada tiga kesempatan yang berbeda. Secara umum, seseorang dianggap mengalami hipertensi apabila tekanan darahnya lebih tinggi dari 140/90 mm/Hg. Hipertensi juga sering diartikan sebagai suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik lebih dari 120 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 80 mmHg (Ardiansyah, 2019). Peningkatan tekanan darah  $\leq 140/90$

mm/Hg secara kronis, berdasarkan klasifikasi JNC VL Hipertensi dapat dikategorikan menjadi *prehypertensi*, derajat 1 dan derajat 2 (Kapita Selekta, 2014). Hipertensi dapat didefinisikan sebagai tekanan darah persisten dimana tekanan sistoliknya diatas 140 mmHg dan tekanan diastoliknya diatas 90 mmHg (Mahmudah, 2022).

Hipertensi menurut data *World Health Organization* (WHO) tahun 2022 menunjukkan sekitar 1,6 milyar orang didunia menderita hipertensi, yang berarti setiap 1 dari 3 orang didunia terdiagnosis menderita hipertensi, hanya 47.5% diantaranya yang mengkonsumsi obat. Jumlah penderita hipertensi didunia terus meningkat setiap tahunnya. Diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,9 milyar orang yang akan terkena hipertensi serta setiap tahun ada 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi (WHO, 2022).

Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2022 menyebutkan angka prevalensi hipertensi pada penduduk >60 tahun berdasarkan pengukuran secara nasional sebesar 34,11%. Dimana Provinsi Sumatera Barat sebesar 25,16%. Dan berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat Tahun 2022, hipertensi merupakan penyakit dengan jumlah terbanyak ke-3 yang diderita oleh Lansia (SKI, 2022).

Hipertensi ketika tidak terkontrol dapat menyebabkan komplikasi kerusakan organ lain. Komplikasi hipertensi yang terjadi bisa mengakibatkan stroke yang dikarenakan pendarahan karena tekanan tinggi di otak atau akibat embolus yang terlepas dari pembuluh otak, infark miokardium dikarenakan arteri koroner yang mengalami arterosklerotik tidak dapat menyuplai cukup

oksigen ke miokardium atau apabila terbentuk trombus yang dapat menghambat aliran darah melalui pembuluh tersebut, gagal ginjal dan ensefalopati (kerusakan otak) dapat terjadi terutama pada hipertensi maligna (hipertensi yang meningkat cepat) (Mahmudah, 2022).

Hipertensi dapat menyebabkan risiko terjadinya kerusakan pada kardiovaskular, otak, dan ginjal sehingga menyebabkan terjadinya komplikasi beberapa penyakit, seperti stroke, infark miokard, gagal ginjal, dan gagal jantung. Kerusakan pada organ terjadi karena tingginya tekanan darah yang tidak dipantau dalam waktu yang lama dapat menyebabkan kerusakan pada pembuluh darah di seluruh tubuh dan menyebabkan perubahan pada organ-organ tersebut. Keadaan tingginya peningkatan tekanan darah yang semakin parah akan menyebabkan tingginya kejadian gagal jantung, stroke, dan gagal ginjal, sehingga akan semakin tinggi pula kejadian kesakitan dan kematian akibat hipertensi (Manik, 2020).

Faktor risiko hipertensi harus diwaspadai dan melakukan upaya pencegahan sedini mungkin, harus rutin mengontrol tekanan darah lebih dari satu kali perbulan dan tetap berusaha untuk menghindari faktor pencetus yakni pola makan dan gaya hidup yang sehat. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kekambuhan hipertensi yaitu faktor gaya hidup, meliputi pola makan dengan diet rendah garam, pengobatan, olahraga, kontrol dengan teratur, dan juga manajemen stress (Manik, 2020).

Stres merupakan respon individu, baik sebagai respon fisik maupun psikis terhadap tuntutan dan ancaman yang dihadapi sepanjang hidupnya, yang

dapat menyebabkan perubahan pada diri individu baik perubahan fisik, psikologi maupun spiritual. Pendapat lainnya mengartikan stres sebagai respon yang tidak dapat dihindari oleh individu yang diperlukan untuk memberikan stimulus terhadap perubahan dan pertumbuhan. Berdasarkan pengertian beberapa ahli disimpulkan stres merupakan sebuah respon yang dialami setiap individu dan menimbulkan dampak, baik dampak positif maupun negatif (Potter & Perry, 2017).

Dampak stress dapat berupa gejala fisik maupun psikis dan menimbulkan gejala-gejala tertentu yaitu gejala fisiologis, psikologis, kognitif, interpersonal, dan organizational. Gejala fisiologis yang dirasakan individu berupa keluhan seperti sakit kepala, sembelit, diare, sakit pinggang, urat tegang pada tengkuk, tekanan darah tinggi, kelelahan, sakit perut, maag, berubah selera makan, susah tidur, dan kehilangan semangat (Sofaria & Saputra, 2017).

Pada umumnya, tanda dan gejala stress akan mengalami perasaan tertekan atau mengalami ketegangan. Hal ini yang mengakibatkan seseorang yang mengalami perubahan dalam hidupnya, gejala stres dapat dilihat dari gejala biologis, psikologis, kognitif. Gejala biologis bagian dari respon yang mempengaruhi gangguan psikofisiologis dalam organ tertentu adanya faktor genetik, penyakit yang pernah diderita sebelumnya, diet dapat mengganggu sistem organ tertentu, adanya efek pada berbagai macam sistem tubuh seperti sistem syaraf otonom, level hormon dan aktivitas otak yang tidak seimbang sehingga mengakibatkan timbulnya stress. Gejala psikologis meliputi kondisi emosional yang tidak stabil seperti marah, kecewa dan karakteristik

kepribadian yang membuat seseorang mengalami stres. Gejala kognitif dan perilaku seperti adanya ancaman fisik, pikiran negatif tentang keadaan fisik, dan pengalaman hidup yang membuat seseorang cemas tentang masa depan dan itu berlangsung dalam jangka waktu yang lama (Hardjana, 2022).

Stres dapat menjadi salah satu faktor penyebab hipertensi, meskipun bukan satu-satunya penyebab. Hipertensi yang disebabkan stres dikarenakan respon fisiologis tubuh yang dikarenakan hormon adrenalin dan kortisol yang meningkatkan detak jantung, menyempitkan pembuluh darah yang terjadi secara terus-menerus (kronis) yang mengakibatkan kerusakan pembuluh darah (Mahmudah, 2022).

Stress diklasifikasikan menjadi stres ringan, sedang, dan berat. Stres ringan merupakan suatu tingkatan stres yang sering terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi ini dapat membantu individu untuk menjadi lebih waspada dan mencegah bagaimana berbagai kemungkinan yang akan terjadi. Stres ini tidak mencakup aspek fisiologik seseorang. Pada respon perilaku didapatkan semangat kerja berlebihan, mudah lelah dan tidak bisa santai. Stres ringan tidak akan menimbulkan penyakit kecuali jika dihadapi terus menerus (Atziza, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hartanti, dkk (2022) yang berjudul hubungan antara tingkat stress dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Wonopringgi Pekalongan. Hasil penelitian menyatakan bahwa banyak didapatkan lansia tingkat stress sedang yaitu 59.7% dan banyak didapatkan yaitu 74.5% lansia memiliki hipertensi derajat II. Hasil penelitian

menyatakan ada hubungan antara tingkat stress dengan kejadian hipertensi pada lansia *p-value* 0,012 ( $p < 0,05$ ) di Puskesmas Wonopringgi Pekalongan.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Amira, dkk (2021) yang berjudul hubungan tingkat stress dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Guntur Kabupaten Garut. Hasil penelitian didapatkan bahwa lebih dari separuh responden memiliki Tingkat stress sedang yaitu 58.7% dan lebih dari separuh yaitu 59.6% responden memiliki derajat hipertensi II. Hasil penelitian menyatakan ada hubungan antara tingkat stress dengan kejadian hipertensi pada lansia *p-value* 0,017 ( $p < 0,05$ ) di Puskesmas Guntur Kabupaten Garut.

Dinas Kesehatan Kota Padang mencatat prevelensi kejadian hipertensi mencapai 165.555 jiwa, kejadian hipertensi pada laki-laki mencapai 82.476 jiwa sedangkan pada Perempuan mencapai 86.078 jiwa. Data yang diperoleh bahwa kejadian hipertensi terbanyak di Kota Padang ada di Puskesmas Belimbing yaitu mencapai 12.753 jiwa, disusul oleh Puskesmas Lubuk Begalung mencapai 12.082 jiwa dan Puskesmas Pauh yaitu 11.133 jiwa (Dinkes Kota Padang, 2023).

Prevelensi kejadian hipertensi di Puskesmas Belimbing pada tahun 2024 pada lansia mencapai 1.298 jiwa. Sedangkan pasien hipertensi yang melakukan kunjungan ke Puskesmas Belimbing dari bulan Maret-Mei sebanyak 473 jiwa (Puskesmas Belimbing, 2025).

Berdasarkan hasil survei awal yang peneliti lakukan pada tanggal Maret 2025 kepada 10 lansia di Puskesmas Belimbing Kota Padang didapatkan bahwa 8 lansia (80%) memiliki tekanan darah terakhir diperiksa di Puskesmas

rata-rata 160/90 mmHg penyebab hipertensi pada lansia dikarenakan memiliki genetik serta lansia memiliki perilaku atau pola hidup yang kurang baik seperti (mengkonsumsi kopi, merokok, makanan yang dapat memicu terjadinya hipertensi) serta hipertensi yang di alami lansia disebabkan oleh stres, dimana lansia tidak dapat mengatasi stres, lansia sering merasa sedih, marah dan mudah tersinggung dengan hal-hal yang sepele seperti suara keramaian dan kebisingan di sekitar rumah, lansia ditegur tidak boleh minum kopi dan merokok, lansia juga tidak menerima masukan tentang bagaimana pengendalian stres dengan berzikir, beribadah dan melakukan aktifitas yang di sukai serta lansia mengatakan sering merasa tidak mampu mengendalikan tingkat stresnya. Sedangkan 2 lansia (20%) merasa tidak bermanfaat di masa tua dan merasa tidak dihargai. Peneliti juga menemukan bahwa lansia memiliki tekanan darah rata-rata <140/90 mmHg.

Berdasarkan uraian latar belakang maka peneliti telah melakukan penelitian tentang **“Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Belimbing Kota Padang Tahun 2025”**.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah penelitian ini “apakah ada hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Belimbing Kota Padang Tahun 2025?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Belimbing Kota Padang tahun 2025.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketuinya distribusi frekuensi kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Belimbing Kota Padang tahun 2025
- b. Diketuinya distribusi frekuensi tingkat stres pada lansia di Puskesmas Belimbing Kota Padang tahun 2025
- c. Diketuinya hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Belimbing Kota Padang tahun 2025.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Teoritis**

#### **a. Bagi peneliti**

Diharapkan dapat di jadikan sebagai tambahan sumber ilmu pengetahuan tentang hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Belimbing Kota Padang.

#### **b. Bagi peneliti selanjutnya**

Diharapkan dapat di jadikan sebagai acuan bagi peneliti selanjutnya sebagai bahan perbandingan dalam meneliti tentang hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Belimbing Kota Padang.

## 2. Praktis

### a. Universitas Alifah Padang

Dapat memberikan informasi terkait hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Belimbing Kota Padang.

### b. Puskesmas Belimbing Kota Padang

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan bagi pihak petugas kesehatan tentang hubungan tingkat stress dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Belimbing.

## E. Ruang Lingkup

Penelitian ini membahas tentang hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Belimbing Kota Padang tahun 2025. Variabel independen dalam penelitian ini adalah tingkat stres sedangkan variabel dependen kejadian hipertensi. Penelitian ini merupakan penelitian *deskriptif analitik* desain *cross sectional*. Studi penelitian ini telah dilakukan dari bulan Maret sampai Agustus 2025 di Puskesmas Belimbing Kota Padang. Populasi dalam penelitian ini lansia di Puskesmas Belimbing berjumlah 473 sedangkan pengambilan sampel menggunakan teknik *accidental sampling* sebanyak 41 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan tensi meter dan kuesioner yang didapatkan langsung dari responden. Data dianalisis secara univariat dan bivariat dengan uji statistik menggunakan *Chi-Square*.