

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang sangat penting untuk diatasi karena jumlah penderitanya semakin tinggi (Sinurat et al. 2024). Hipertensi sendiri sering dikenal sebagai *silent killer* atau pembunuh diam-diam yang tidak memiliki gejala yang muncul (Widyarni, Irianty 2023). Hipertensi adalah keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah yang diatas normal. Dikatakan mengalami peningkatan tekanan darah apabila tekanan darah sistolik ≥ 130 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 80 mmHg (Unger et al. 2020). Hipertensi jika dibiarkan dapat menyebabkan komplikasi yang mengenai berbagai organ seperti jantung, ginjal, otak, mata dan arteri perifer. Kerusakan pada organ tersebut tergantung pada seberapa tinggi tekanan darah dan seberapa lama tekanan darah tinggi tersebut tidak terkontrol (Silvianah 2024).

Penatalaksanaan hipertensi terbagi menjadi dua yaitu secara farmakologi dan non farmakologi. Jika secara non farmakologi dapat dilakukan dengan cara memodifikasi gaya hidup, pengurangan berat badan, olahraga, serta menghentikan kebiasaan merokok(Wulandari et al., 2023). Sedangkan terapi farmakologi adalah metode pengobatan yang menggunakan obat-obatan, yang paling sering digunakan dalam pengobatan hipertensi adalah obat golongan Calcium Channel Blocker (CCB) dan Angiotensin Receptor Blocker (ARB). Pada tahun 2024, hipertensi menyerang sekitar 1,4 miliar orang berusia 30-79 tahun di seluruh dunia, namun hanya 320 juta orang yang tekanan darahnya terkontrol (World Health Organization 2025). Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi hipertensi pada penduduk berusia ≥ 18 tahun menurun dari 34,1% di tahun 2018 menjadi 30,8% di tahun 2023 (Sari et al., 2025).

Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 yang diterbitkan oleh BKKP Kementerian Kesehatan RI bahwa prevalensi hipertensi pada penduduk

di Indonesia dengan usia ≥ 15 tahun berdasarkan diagnosis dokter 8% dan berdasarkan pengukuran tekanan darah 29,2%. Sedangkan prevalensi hipertensi dengan usia ≥ 18 tahun berdasarkan diagnosis dokter 8,6% dan berdasarkan pengukuran tekanan darah 30,8% (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI, 2023). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi secara nasional adalah 28,5% pada tahun 2013 dan 34,11% pada tahun 2018. Berdasarkan kelompok usia, presentase hipertensi adalah sebagai berikut: kelompok usia 15 – 24 tahun sebesar 13,2%; usia 34 – 44 tahun 31,6%; usia 45 – 54 tahun 45,3%; usia 55 – 64 tahun 55,2%; usia 65-74 tahun 63,2%, dan kelompok usia di atas 75 tahun adalah 69,5% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024). Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi hipertensi di Jawa Tengah dan DI Yogyakarta masing-masing mencapai 32,9% dan 31,8%. Angka tersebut lebih tinggi dibandingkan prevalensi nasional yang tercatat sebesar 30,8% (Hatta, 2026)

Kabupaten Sleman pada 3 bulan terakhir 1 Maret 2026 sampai dengan 31 Mei 2026, tercatat sebanyak 52.223 pasien hipertensi yang masih berada dalam perawatan. Pada bulan Mei 2026 terdapat 3.181 pasien baru yang terdaftar dalam program perawatan hipertensi. Dari seluruh pasien yang sedang dalam perawatan, sebanyak 15.420 pasien (30%) memiliki tekanan darah yang terkontrol, sedangkan 9.089 pasien (17%) memiliki tekanan darah yang tidak terkontrol. Selain itu, terdapat 26.988 pasien (52%) yang tidak melakukan kunjungan selama periode pemantauan (Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman, 2026). Berdasarkan data luaran perawatan hipertensi di Puskesmas Kalasan selama 3 bulan terakhir 1-Mar-2026 sampai dengan 31-May-2026, tercatat sebanyak 2.218 pasien hipertensi yang berada dalam program perawatan. Dari jumlah tersebut, 644 pasien (29%) memiliki tekanan darah yang terkontrol dengan tekanan darah $<140/90$ mmHg, sementara itu, 368 pasien (17%) memiliki tekanan darah yang tidak terkontrol dengan tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg. Selain itu, terdapat 1.206 pasien (54%) yang tidak melakukan

kunjungan selama periode pemantauan. (Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman, 2026).

Stres didefinisikan sebagai keadaan umum yang terjadi adanya tuntutan situasi yang tidak seimbang akibat adanya interaksi individu dengan lingkungannya (Purwanti, 2022). Keadaan stres ini dapat merangsang kelenjar adrenal untuk memproduksi beberapa hormon salah satunya hormon adrenalin. Hormon ini memberikan sinyal kepada jantung untuk bekerja lebih cepat dan kuat sehingga tekanan darah dapat meningkat dan bisa mempersempit aliran pada pembuluh darah (Dewi *et al.*, 2022). Stres yang terus-menerus dapat menimbulkan gejala seperti sakit kepala, gampang marah, tidak bisa tidur yang dapat mengakibatkan gangguan keseimbangan fisik ataupun psikis. Stres emosional yang terjadi secara tiba-tiba, baik secara positif atau negatif jika berkombinasi dengan faktor lain misalnya hipertensi dapat memicu stroke (Selvianora 2025).

Tingkat stres pada hipertensi juga merupakan faktor yang paling mempengaruhi tekanan darah pada lansia atau orang dewasa umumnya seperti depresi, cemas, dan stres. Hal tersebut terjadi karena mengalami perubahan yang bersifat normal dari fisik dan mental, penurunan fungsi biologis pada lansia maupun orang dewasa dari aspek kehidupan yang saling berhubungan seperti perubahan fisik, psikologis, dan sosial (Sinurat *et al.* 2024). Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, masalah kesehatan jiwa pada penduduk usia ≥ 15 tahun diukur menggunakan Self Reporting Questionnaire (SRQ-20), yang menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental masih menjadi isu kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian.

Hasil penelitian Hidayati *et al.*, 2022 menunjukkan bahwa uji statistik dengan menggunakan uji spearman's rho diperoleh nilai signifikansi $p(0,001) < \alpha(0,05)$ yang berarti ada hubungan antara stres dengan peningkatan tekanan darah pada pasien hipertensi (Hidayati *et al.*, 2022). Penelitian Octavia *et al.*, 2024 menunjukkan nilai tingkat stres dengan tekanan darah $p\text{-value} = 0,030$ dengan

$\alpha=0,05$. Jadi $0,030 < 0,05$ yang berarti ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan tekanan darah pada penderita hipertensi usia produktif dengan menggunakan uji Somer's dihasilkan nilai p-value 0,001 atau p-value $< 0,005$, maka terdapat hubungan antara tingkat stres dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Bangetayu Semarang, dengan nilai keeratan hubungan *correlation coefficient* yaitu 0,001 (Ardian, Nu, and Sari 2025).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti serta wawancara kepada penanggung jawab di Puskesmas Kalasan pada bulan April 2026 didapatkan data penderita hipertensi pada tahun 2025 terdapat 4.217 pasien, sedangkan tahun 2026 terdapat 4.254 pasien. Dalam 3 bulan terakhir Januari-Maret 2026 terdapat 2.150 pasien penderita hipertensi yang dimana dari 2.150 pasien, tekanan darah yang terkendali sebanyak 27% dengan jumlah 589 pasien dengan tensi di bawah 140/90 mmHg, untuk tekanan darah tidak terkendali terdapat 16% dengan jumlah 336 pasien di atas 140/90 mmHg. Usia rata-rata pada penderita hipertensi > 18 tahun, tetapi untuk mayoritas yang terkena hipertensi yaitu pada lansia, walaupun sebagian juga ada usia produktif yang dimana bekerja sebagai petani dan karyawan swasta (pabrik). Berdasarkan hasil wawancara yang dimana belum menggunakan instrumen pengukuran tingkat stres sebagian pasien mengeluhkan beban pekerjaan, masalah ekonomi serta kelelahan fisik yang berpotensi dapat memicu stres terutama pada usia produktif. Untuk para lansia stres dapat muncul dikarenakan kesehatan yang semakin menurun bahkan keterbatasan aktivitas. Selain faktor stres, rendahnya kepatuhan pasien dalam kontrol rutin ke puskesmas masih menjadi permasalahan yang sering ditemukan di lapangan dengan alasan seperti jarak tempat tinggal yang jauh dan malas untuk mengantri di puskesmas, yang dimana pasien tidak dapat memantau kondisi tekanan darah secara berkala.

Penelitian mengenai hubungan tingkat stres dengan tekanan darah pada pasien hipertensi telah banyak dilakukan sebelumnya. Penelitian oleh Hidayati et al. (2022), Lingga dan Pakpahan (2024), serta Ardian et al. (2025) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan tekanan darah

pada pasien hipertensi. Penelitian ini terletak pada pengkajian hubungan tingkat stres dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Kalasan dengan menggunakan data fenomena hipertensi terbaru tahun 2026. Selain itu, penelitian ini dilakukan di puskesmas dengan kasus hipertensi yang cukup tinggi menempati peringkat ke 7 serta tingkat ketidakpatuhan kunjungan yang masih besar. Berdasarkan studi pendahuluan, sebagian pasien hipertensi di Puskesmas Kalasan mengeluhkan berbagai faktor yang berpotensi menimbulkan stres, seperti beban pekerjaan, masalah ekonomi, kelelahan fisik, penurunan kondisi kesehatan pada lansia, serta rendahnya kepatuhan kontrol rutin, namun belum pernah dilakukan pengukuran tingkat stres secara terstruktur menggunakan instrumen penelitian PSS-10. Dengan demikian, Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan tingkat stres dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kalasan guna untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kondisi tekanan darah pada pasien hipertensi.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara tingkat stres dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kalasan?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengidentifikasi hubungan antara tingkat stres dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kalasan.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1.3.2.1 Mengidentifikasi karakteristik dari responden usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan
- 1.3.2.2 Mengidentifikasi tingkat stres pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kalasan
- 1.3.2.3 Mengidentifikasi tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kalasan

1.3.2.4 Menganalisis hubungan antara tingkat stres dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kalasan

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Akademis

Sumber ini dapat digunakan untuk menambahkan wawasan serta referensi bagi peneliti lain untuk dapat mengembangkan dan meningkatkan hasil yang lebih baik, serta dasar bagi studi lanjutan seperti intervensi manajemen stress guna meningkatkan kapasitas penelitian berbasis bukti di perguruan tinggi kesehatan Indonesia.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Responden

Memberikan pemahaman kepada responden bahwa kondisi stres yang dialami dapat berpengaruh terhadap perubahan tekanan darah. Dengan adanya penelitian ini, responden diharapkan dapat lebih menyadari pentingnya mengendalikan stres dalam kehidupan sehari-hari sebagai salah satu upaya untuk menjaga kestabilan tekanan darah. Selain itu, juga dapat menambah pengetahuan responden mengenai pentingnya menjaga kesehatan fisik dan mental agar kondisi hipertensi yang di alami tidak semakin memburuk.

1.4.2.2 Bagi Puskesmas

Menjadikan masukan dan pengembangan program kesehatan berbasis pengelolaan stres untuk pasien hipertensi. Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk menerapkan intervensi pengukuran dan penanganan hubungan tingkat stress dengan tekanan darah sebagai bagian dari upaya preventif dan promotive dipelayanan primer

1.4.2.3 Bagi Masyarakat Umum

Menambahkan pengetahuan tentang hubungan tingkat stres dengan tekanan darah pada pasien hipertensi serta membangun kesadaran bahwa pengelolaan stress secara alami dan sederhana dapat menjadi alternatif tambahan dalam menjaga tekanan darah.