

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Stres dapat memicu hipertensi melalui aktivitas sistem saraf sistem saraf simpatis yang mengakibatkan peningkatan tekanan darah secara intermiten (tidak pasti) (Andria, 2013). Ketika seseorang mengalami stres, hormon adrenalin akan meningkatkan tekanan darah melalui kontraksi arteri (vasokonstriksi) dan peningkatan denyut jantung. Jika stres terus berlangsung maka tekanan darah akan tetap sehingga orang tersebut akan mengalami hipertensi (Sounth, 2014).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif, umumnya tekanan darah tinggi meningkat perlahan seiring bertambahnya usia (Triyanto, 2014). Hipertensi penyakit yang tergolong penyakit silent killer yang dapat membunuh manusia secara tidak terduga. Hipertensi dapat membunuh penderitanya secara perlahan dan juga hipertensi dapat mengakibatkan munculnya penyakit serius lainnya seperti serangan jantung, gagal jantung, penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal. Seperti diketahui bahwa penyebab timbulnya penyakit ini karena gaya hidup dan pola makan yang tidak tepat seperti makan cepat saji yang kaya akan lemak, makanan acar, ditambah lagi olahraga dan tekanan hidup memicu stres dan depresi (Ridwan, 2009).

Hipertensi merupakan kondisi yang paling sering ditemui dalam pengobatan primer. Hipertensi menurut *World Health Organization (WHO)* adalah suatu keadaan dimana pembuluh darah memiliki tekanan darah tinggi (tekanan darah persisten tekanan darah sistolik 140 mmHg atau tekanan darah diastolik 90 mmHg). Tekanan darah adalah kekuatan darah melawan tekanan dinding arteri ketika darah dipompa oleh jantung ke seluruh tubuh. Semakin tinggi tekanan darah, semakin keras kerja jantung (WHO, 2013).

Menurut Gunawan (2001) dalam Prasetyorini dan Pramesti (2012) salah satu penyebab terjadinya peningkatan tekanan darah pada penderita hipertensi adalah stres. Stres merupakan tekanan fisik atau psikologis yang tidak menyenangkan, stres dapat merangsang kelenjar adrenal untuk melepaskan adrenalin dan memicu jantung berdetak lebih cepat dan kuat, sehingga tekanan darah meningkat. Banyak orang beranggapan bahwa keluhan dan tanda hipertensi, tidak demikian. Hipertensi tidak memiliki keluhan dan tanda yang khas, karena: itulah yang disebut dengan silent killer, bahkan fakta membuktikan bahwa satu dari empat pasien tidak mengetahui jika mereka menderita hipertensi. Oleh karena itu penyakit ini cukup mengancam jiwa (Familia, 2010).

Faktor risiko hipertensi dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu hipertensi ireversibel dan hipertensi reversibel. Hipertensi yang dapat dimodifikasi termasuk merokok, obesitas, gaya hidup monoton dan stres.

Beberapa faktor penyebab stres adalah masalah pekerjaan, faktor ekonomi, rumah tangga, kurang tidur dan lain-lain. Hipertensi yang tidak dapat diubah meliputi usia, jenis kelamin, suku, keturunan (Rusdi & Isnawati, 2009).

Komplikasi hipertensi dapat menyebabkan penyakit jantung koroner, infark jantung, stroke dan gagal ginjal. Komplikasi hipertensi dapat menyebabkan angka kematian yang tinggi. Dampak hipertensi Lansia dapat memicu risiko serangan jantung, stroke, dan gagal ginjal (Depkes, 2007). Menurut Nasir et al (2011),

Berdasarkan penelitian Idawati Manurung (2012), hubungan antara stres dengan peningkatan tekanan darah pasien rawat jalan dengan nilai (0,05) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres dengan peningkatan tekanan darah pasien yang pernah mengalami hipertensi. untuk waktu yang lama

Usia tua merupakan tahapan akhir yang akan dialami oleh setiap manusia. Meski usia selalu bertambah dan bisa saja terjadi penurunan fungsi organ tubuh dengan begitu lansia tetap bisa menjalani hidup sehat. Lanjut usia dalam menjalani kehidupan sehari-hari tidak hanya dengan mempertahankan gaya hidup sehat seperti olahraga dan bisa menjaga pola makan juga harus dilakukan oleh setiap manusia (Lembaga Kemanusiaan PKPU, 2011). Menurut organisasi Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), seseorang disebut orang lanjut usia (Lansia) jika berusia 60-74 tahun.

Menua bukanlah penyakit bagi lansia dan bukan merupakan penghalang untuk mempertahankan produktivitas dan kemandirian dalam menjalankan kehidupan sehari-hari, meskipun memasuki usia tua mengalami kemunduran fisik atau mental yang dapat menimbulkan masalah penyakit, depresi, dan gangguan tidur (Azizah, 2011).

Menurut data Kementerian Sosial RI (2014), menunjukkan bahwa jumlah lansia di Indonesia diperkirakan mencapai 9,77% atau total 23,9 juta orang pada tahun 2010 dan meningkat lagi secara signifikan sebesar 11,4% atau sebagai sebanyak 28,8 juta orang pada tahun 2020.

Hasil Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) tahun 2013 menunjukkan bahwa proporsi kelompok umur 45-54 tahun ke atas selalu lebih tinggi pada kelompok hipertensi. Risiko hipertensi meningkat secara signifikan sejalan dengan bertambahnya usia dan kelompok usia >75 tahun berisiko 1,53 kali hipertensi. Prevalensi hipertensi pada wanita lebih banyak hipertensi sebesar 28,8% dan pria 22,8%.

Dari ini latar belakang diatas lah saya sebagai penulis tertarik untuk meneliti tentang “Gambaran Tingkat Stres Pada Lansia Dengan Hipertensi: *Literatur Review*”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “bagaimana gambaran tingkat stres pada lansia dengan hipertensi ? ”

## **C. Tujuan Penelitian**

Untuk menganalisa gambaran tingkat stres pada lansia dengan hipertensi.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Umum**

Hasil penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat memberikan informasi bagi pengembangan ilmu keperawatan. Serta akan menambah wawasan dan pengetahuan khususnya dibidang gerontik.

### **2. Bagi Peneliti**

Penelitian ini di harapkan dapat menambah wawasan dan meningkatkan ilmu pengetahuan penulis dan sebagai sarana serta hasil penelitian ini juga sebagai pengalaman dalam meneliti.

### **3. Bagi Penelitian Selanjutnya**

Hasil penelitian ini di harapkan dapat digunakan sebagai bahan bacaan dan referensi untuk menambah pengetahuan dan wawasan.