

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang masih menjadi masalah kesehatan utama karena prevalensinya yang tinggi dan dampak komplikasinya yang serius. Meskipun terapi obat telah tersedia dan program pengendalian hipertensi telah dilakukan di pelayanan kesehatan primer, masih banyak pasien yang tekanan darahnya tidak terkontrol secara optimal. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengelolaan hipertensi belum sepenuhnya efektif. Selain faktor biologis dan kepatuhan minum obat, terdapat faktor lain yang berpotensi memengaruhi kestabilan tekanan darah, salah satunya adalah faktor psikososial seperti stres. Namun, aspek psikososial sering kali belum menjadi perhatian utama dalam pengelolaan hipertensi di layanan kesehatan primer, sehingga kemungkinan kontribusinya terhadap peningkatan tekanan darah belum tergali secara optimal (Titin Hamzah, Nasrun Pakaya, 2025).

Stres psikososial merupakan salah satu faktor penting yang berperan dalam kejadian hipertensi, khususnya pada kelompok usia ≥ 45 tahun. Secara global, *World Health Organization* menyatakan bahwa stres merupakan respons terhadap tekanan yang berkepanjangan dan dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular, termasuk hipertensi, melalui aktivasi sistem saraf simpatis dan peningkatan hormon stres seperti kortisol. Pada kelompok usia dewasa akhir hingga lansia, stres psikososial cenderung lebih tinggi akibat perubahan kondisi

kesehatan, penurunan fungsi fisik, serta perubahan peran sosial. Selain itu, berbagai penelitian menunjukkan bahwa tingkat stres pada pasien hipertensi tergolong tinggi, di mana sebagian besar responden mengalami stres dengan distribusi stres berat 37,5%, stres sedang 32,5%, dan stres ringan 25,0%, sehingga secara keseluruhan lebih dari 90% pasien hipertensi mengalami stres dalam berbagai tingkat. Stres tersebut umumnya disebabkan oleh kondisi kesehatan yang menurun, kekhawatiran terhadap komplikasi penyakit, ketergantungan pada pengobatan jangka panjang, masalah ekonomi, serta kurangnya dukungan sosial, yang pada usia ≥ 45 tahun cenderung bersifat kronis dan berkepanjangan. Kondisi stres yang tidak terkontrol dapat memicu peningkatan tekanan darah melalui mekanisme fisiologis tubuh (WHO, 2023).

Data nasional dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang signifikan di Indonesia meskipun berbagai upaya pencegahan dan pengendalian telah dilakukan. Berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah di lapangan, prevalensi hipertensi pada penduduk dewasa cukup tinggi, yang menunjukkan bahwa hipertensi merupakan masalah kesehatan yang luas di masyarakat. Namun demikian, jika ditinjau berdasarkan kelompok usia, prevalensi hipertensi meningkat secara signifikan pada kelompok usia ≥ 45 tahun, sehingga kelompok usia tersebut menjadi kelompok yang paling berisiko mengalami hipertensi. Kondisi ini menunjukkan bahwa semakin bertambah usia, maka risiko terjadinya hipertensi semakin tinggi, sehingga kelompok usia ≥ 45 tahun perlu mendapatkan perhatian

husus dalam upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi (Survei Kesehatan Indonesia, 2023).

Pada tingkat provinsi, Jawa Timur merupakan salah satu wilayah dengan prevalensi hipertensi yang cukup tinggi di Indonesia. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, hipertensi termasuk dalam penyakit tidak menular yang paling banyak ditemukan di fasilitas pelayanan kesehatan, terutama pada kelompok usia ≥ 45 tahun. Peningkatan kejadian hipertensi pada kelompok usia tersebut menunjukkan bahwa faktor penuaan serta faktor psikososial seperti stres memiliki peran penting dalam peningkatan tekanan darah. Hal ini didukung oleh penelitian yang menyatakan bahwa prevalensi hipertensi meningkat seiring bertambahnya usia dan dipengaruhi oleh kondisi psikologis individu, termasuk stres yang dapat memperburuk kondisi hipertensi.

Secara lebih spesifik, pada tingkat daerah, Kabupaten Mojokerto juga menunjukkan bahwa hipertensi menjadi salah satu masalah kesehatan yang cukup tinggi. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Mojokerto, hipertensi termasuk dalam 10 besar penyakit terbanyak di fasilitas pelayanan kesehatan dengan kecenderungan peningkatan jumlah kasus setiap tahunnya, khususnya pada kelompok usia ≥ 45 tahun. Kondisi ini menunjukkan bahwa kelompok lansia di wilayah Mojokerto merupakan kelompok yang paling rentan mengalami peningkatan tekanan darah. Oleh karena itu, wilayah Mojokerto menjadi lokasi yang relevan untuk dilakukan penelitian terkait hubungan stres

psikososial dengan tekanan darah pada pasien hipertensi usia ≥ 45 tahun (Kemenkes, 2023).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Ngoro Mojokerto pada tanggal 06 Februari 2026 terhadap 5 pasien hipertensi, diperoleh bahwa sebagian responden mengalami stres psikososial. Hasil wawancara menunjukkan bahwa 3 responden mengalami stres yang berkaitan dengan pekerjaan, kondisi sosial dan ekonomi, serta kondisi psikologis. Kondisi tersebut ditunjukkan melalui adanya penurunan kesehatan, kekhawatiran terhadap komplikasi penyakit, ketergantungan terhadap pengobatan jangka panjang, masalah ekonomi, serta kurangnya dukungan sosial. Hal tersebut memicu munculnya perasaan cemas dan ketegangan psikologis pada responden.

Stres psikososial yang dialami secara terus-menerus dapat mempengaruhi kondisi fisiologis tubuh melalui aktivasi sistem saraf simpatis. Aktivasi ini menyebabkan peningkatan denyut jantung dan penyempitan pembuluh darah (vasokonstriksi) yang berdampak pada peningkatan tekanan darah. Hal ini menunjukkan bahwa stres psikososial memiliki peran dalam peningkatan tekanan darah pada pasien hipertensi. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan stres psikososial dengan tekanan darah pada pasien hipertensi usia ≥ 45 tahun di Puskesmas Ngoro Mojokerto.

Pada kelompok usia ≥ 45 tahun, stres psikososial menjadi salah satu masalah yang sering dialami dan berkaitan dengan kondisi kesehatan yang menurun, kekhawatiran terhadap komplikasi penyakit, serta tuntutan sosial dan

ekonomi. Kondisi tersebut dapat menimbulkan perasaan cemas dan ketegangan psikologis yang berlangsung dalam jangka waktu lama. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa individu dengan tingkat stres psikososial yang lebih tinggi cenderung memiliki tekanan darah yang kurang terkontrol dibandingkan dengan individu yang mampu mengelola stres dengan baik, sehingga kondisi ini perlu mendapatkan perhatian dalam pengelolaan hipertensi pada usia dewasa akhir hingga lansia.

Selain itu, stres psikososial juga berkaitan dengan kemampuan individu dalam menjalani pengobatan dan mengelola kondisi kesehatannya. Individu yang mengalami stres cenderung memiliki kesulitan dalam menjaga kestabilan emosi serta kurang optimal dalam menjalankan pengobatan secara teratur. Hal ini dapat berdampak pada ketidakstabilan tekanan darah dan meningkatkan risiko terjadinya komplikasi. Oleh karena itu, stres psikososial menjadi aspek yang penting untuk diperhatikan dalam upaya pengendalian hipertensi, khususnya pada kelompok usia ≥ 45 tahun.

Hipertensi berkembang melalui interaksi kompleks antara faktor risiko biologis, perilaku, dan psikososial yang mengakibatkan tekanan darah persistennya tinggi dan sering sulit terkontrol. Faktor biologis seperti usia lanjut, genetika, obesitas, dan komorbiditas metabolik memberikan kerentanan awal terhadap hipertensi, tetapi gaya hidup dan kondisi psikososial sering menjadi pemicu utama peningkatan tekanan darah dalam perjalanan penyakit ini (Sood et al., 2024).

1.2 Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis ingin menelusuri lebih lanjut apakah terdapat hubungan stres psikososial dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di puskesmas ngoro mojokerto.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara stres psikososial dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di puskesmas.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini adalah:

1. Mengidentifikasi tingkat stres psikososial pada pasien hipertensi di puskesmas ngoro mojokerto.
2. Mengidentifikasi tekanan darah pada pasien hipertensi di puskesmas ngoro mojokerto.
3. Menganalisis hubungan antara stres psikososial dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di puskesmas ngoro mojokerto.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah ilmu pengetahuan di bidang kesehatan, khususnya mengenai peran faktor psikososial terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi. Penelitian ini juga diharapkan dapat

menjadi referensi ilmiah bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan stres dan penyakit kardiovaskular.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan (Puskesmas)

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi puskesmas dalam meningkatkan mutu pelayanan kesehatan, khususnya dalam pengelolaan hipertensi melalui pendekatan yang lebih komprehensif dengan mempertimbangkan aspek psikososial pasien.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi tenaga kesehatan, khususnya perawat, dalam memberikan asuhan keperawatan yang lebih holistik dengan memperhatikan faktor stres psikososial sebagai bagian dari pengendalian tekanan darah pada pasien hipertensi.

3. Bagi Pasien Hipertensi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman pasien mengenai pentingnya pengelolaan stres sebagai salah satu upaya dalam menjaga kestabilan tekanan darah.