

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lanjut usia sering mengalami penurunan fungsi organ tubuh yang dapat menyebabkan berbagai gangguan kesehatan, termasuk peningkatan tekanan darah (Martani et al., 2022). Peningkatan tekanan darah menjadi masalah kesehatan yang signifikan di masyarakat, salah satunya dipicu oleh aktivasi sistem saraf simpatis akibat kecemasan yang memengaruhi regulasi kardiovaskular. Kondisi tersebut mengakibatkan jantung dan mengakibatkan vasokonstriksi, yang membuat naiknya tekanan darah. Respons cemas yang berlangsung secara berkepanjangan memperbesar risiko perburukan hipertensi, terutama pada individu dengan riwayat tekanan darah tinggi (Wina & Sudaryanto, 2026). Komplikasi berat yang dapat timbul meliputi penyakit kardiovaskular, stroke, serta kerusakan pada berbagai organ tubuh lainnya. dapat muncul jika tekanan darah tinggi tidak terkontrol selama waktu tertentu berkembang menjadi kondisi menetap secara permanen atau hipertensi kronis yang berisiko menimbulkan komplikasi lebih lanjut (Saragih & Karimah, 2023).

Menurut data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2024, sekitar 1,4 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun di seluruh dunia mengalami hipertensi, yang setara dengan 33% dari populasi pada rentang usia tersebut, sekitar 44% tidak menyadari kondisinya, 44% telah terdiagnosis dan mendapatkan pengobatan, hanya 23% yang tekanan darahnya terkontrol (WHO, 2025). Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023, prevalensi hipertensi di Indonesia yang ditetapkan

berdasarkan diagnosis dokter tercatat sebesar 8,1%, sedangkan prevalensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah mencapai 29,5% (Kemenkes RI, 2024). Sementara itu, jumlah lanjut usia hipertensi di Provinsi Jawa Timur pada tahun 2024 diperkirakan mencapai 6.896.624 jiwa, dengan proporsi 49,2% laki-laki dan 50,8% perempuan (Dinkes Provinsi Jawa Timur, 2025). Jumlah penderita tekanan darah tinggi di Kabupaten Lamongan tahun 2024 sebanyak 338.454 jiwa (Dinkes Kabupaten Lamongan, 2025). Pasien hipertensi di Puskesmas Turi adalah 3.698 orang, dan yang mengikuti kegiatan Prolanis sebanyak 135 orang, 60 orang diantaranya adalah lanjut usia (Puskesmas Turi, 2026).

Hasil penelitian Sari & Widodo (2022) Hasil penelitian tersebut menunjukkan rata-rata tekanan darah sebesar 155/95 mmHg, dengan 48% responden mengalami kecemasan sedang dan 30% kecemasan berat. Pratiwi & Handayani (2021) melaporkan rata-rata tekanan darah sebesar 150/92 mmHg dengan 51% responden mengalami kecemasan sedang; serta Lestari & Putra (2021) angka tertentu, dengan temuan bahwa persentase 158/96 mmHg, dimana 46% responden mengalami kecemasan sedang dan 28% mengalami kecemasan berat.

Hasil studi pendahuluan yang dilaksanakan di Puskesmas Turi Lamongan, terhadap 10 lanjut usia hipertensi menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik sebesar 161,2 mmHg dan tekanan darah diastolik sebesar 98,4 mmHg. Hasil wawancara menunjukkan bahwa 3 responden (30%) tidak mengalami gejala kecemasan, sedangkan 7 responden (70%) mengalami gejala kecemasan. Gejala kecemasan yang dirasakan meliputi perasaan khawatir berlebihan terhadap kondisi kesehatan sebanyak 5 responden (50%), jantung berdebar sebanyak 4 responden

(40%), sulit tidur 3 responden (30%), mudah lelah 3 responden (30%), serta perasaan gelisah dan tegang 5 responden (50%), responden juga mengungkapkan adanya rasa takut terhadap kemungkinan terjadinya komplikasi penyakit yaitu 7 orang (70%).

Tekanan darah dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain usia, konsumsi garam yang berlebihan, aktivitas fisik, obesitas, jenis kelamin, penggunaan obat-obatan, serta gangguan psikologis. Gangguan psikologis yang sering ditemukan pada lanjut usia hipertensi adalah kecemasan (Fauziah & Triandari, 2023). Faktor psikologis berupa kecemasan memiliki pengaruh yang besar terhadap peningkatan tekanan darah, di mana kondisi emosional yang tidak stabil juga dapat memicu terjadinya hipertensi. Kecemasan dapat memicu respons fisiologis berupa peningkatan denyut jantung serta penyempitan pembuluh darah, yang berpotensi menyebabkan peningkatan tekanan darah secara sementara (Ento et al., 2025). Kondisi kecemasan juga berperan dalam meningkatkan aktivitas sistem saraf simpatis, yang kemudian merangsang pelepasan hormon stres dan mempersiapkan tubuh dalam keadaan siaga. Aktivasi sistem saraf simpatis yang berlebihan tersebut dapat menyebabkan terjadinya vasokonstriksi sehingga berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah (Nurjaman et al., 2025).

Peningkatan tekanan darah yang berlangsung secara kronis dapat menyebabkan kerusakan pada organ target, termasuk jantung, otak, ginjal, serta pembuluh darah (Kemenkes RI, 2018). Tekanan darah yang tinggi dapat menyebabkan gangguan fungsi ginjal yang berpotensi berkembang menjadi penyakit ginjal kronis, serta kerusakan pada pembuluh darah retina yang berdampak

pada penurunan kemampuan penglihatan. Kerusakan pada organ-organ tersebut terjadi akibat tekanan yang berlangsung secara terus-menerus pada dinding pembuluh darah, sehingga memicu perubahan struktural, aterosklerosis, serta gangguan perfusi ke berbagai organ tubuh (Perhi, 2019). Kondisi ini meningkatkan risiko terjadinya berbagai komplikasi, seperti penyakit jantung koroner, gagal ginjal, stroke, retinopati, hingga kematian mendadak (Muttaqin, 2019).

Peran tenaga kesehatan memiliki signifikansi yang tinggi dalam memberikan asuhan yang tidak hanya berorientasi pada pengendalian tekanan darah, tetapi juga mempertimbangkan aspek psikologis pasien. Pendekatan perawatan yang komprehensif, meliputi edukasi kesehatan, dukungan emosional, serta penerapan teknik manajemen stres yang efektif, dapat berkontribusi dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien sehingga meningkatkan kepatuhan terhadap terapi dan kualitas hidup. Pemahaman yang lebih mendalam mengenai hubungan antara hipertensi dan kecemasan, disertai dengan penerapan intervensi keperawatan yang tepat diperlukan untuk mengatasi kondisi tersebut (Rkiyanah, 2024). Pengendalian tekanan darah pada lanjut usia hipertensi dapat dilakukan melalui pendekatan non-farmakologis berbasis komunitas yang bersifat holistik, mencakup dimensi fisik dan psikologis. Berbagai intervensi, seperti *progressive muscle relaxation*, senam hipertensi, serta edukasi diet DASH, telah terbukti efektif dalam menurunkan tekanan darah sekaligus mengurangi tingkat kecemasan pada lanjut usia hipertensi di lingkungan komunitas (Li'wuliyya, 2024). Pendekatan lain seperti relaksasi napas dalam, yoga, aktivitas fisik teratur, serta terapi komplementer turut berperan dalam menekan aktivitas sistem saraf simpatis yang menjadi salah satu

faktor penyebab peningkatan tekanan darah (Citra & Lismayanti, 2025). Intervensi berbasis perubahan gaya hidup, termasuk senam hipertensi dan konsumsi makanan tinggi kalium, juga mendukung stabilisasi tekanan darah secara signifikan (Sembiring et al., 2025).

Meskipun penelitian mengenai hubungan antara tingkat kecemasan dan tekanan darah pada lanjut usia hipertensi telah banyak dilakukan, masih terdapat beberapa keterbatasan. Sebagian besar penelitian lebih berfokus pada lansia hipertensi di fasilitas pelayanan kesehatan seperti rumah sakit dan Puskesmas, sehingga belum menggambarkan kondisi lansia dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan masyarakat. Penelitian sebelumnya umumnya belum mengkaji secara mendalam keterkaitan faktor psikologis, khususnya kecemasan, dengan tekanan darah pada lansia hipertensi dalam konteks sosial dan budaya masyarakat pedesaan. Oleh karena itu, penelitian ini menawarkan kebaruan melalui pendekatan berbasis komunitas di Puskesmas Turi Lamongan, dengan fokus pada hubungan tingkat kecemasan dan tekanan darah pada lanjut usia hipertensi sehingga diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih spesifik sesuai kondisi masyarakat setempat.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan tekanan darah pada lanjut usia Yang Menderita Hipertensi Yang Mengikuti Program Prolanis di Puskesmas Turi Lamongan?.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan tingkat kecemasan dengan tekanan darah pada lanjut usia yang menderita hipertensi yang mengikuti program Prolanis di Puskesmas Turi Lamongan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pada lanjut usia yang menderita hipertensi yang mengikuti program Prolanis di Puskesmas Turi Lamongan.
2. Mengukur tekanan darah pada lanjut usia yang menderita hipertensi yang mengikuti program Prolanis di Puskesmas Turi Lamongan.
3. Menganalisis hubungan antara tingkat kecemasan dengan tekanan darah pada lanjut usia yang menderita hipertensi yang mengikuti program Prolanis di Puskesmas Turi Lamongan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Menambah referensi terkait hubungan antara tingkat kecemasan dengan tekanan darah pada lanjut usia yang menderita hipertensi. Temuan penelitian ini diharapkan mampu memperkuat landasan teoretis bahwa faktor psikologis, seperti kecemasan, memiliki pengaruh terhadap kondisi fisiologis tubuh yaitu tekanan darah.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Lanjut Usia Hipertensi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat praktis bagi lanjut usia hipertensi dengan meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya pengelolaan kecemasan sebagai salah satu faktor yang memengaruhi tekanan darah. Temuan penelitian ini juga diharapkan dapat membantu penderita dalam menerapkan strategi pengendalian stres atau kecemasan guna menjaga stabilitas tekanan darah.

2. Bagi perawat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam pemberian asuhan keperawatan yang lebih holistik dengan mempertimbangkan aspek psikologis, khususnya tingkat kecemasan pada lanjut usia hipertensi. Selain itu, hasil penelitian ini dapat mendukung perawat dalam merancang intervensi yang tepat untuk mengendalikan tekanan darah pasien.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi sebagai sumber referensi tambahan dalam pengembangan materi pembelajaran, terutama yang berkaitan dengan hubungan antara kesehatan mental dan kondisi fisik, seperti hipertensi. di samping itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menunjang peningkatan mutu pendidikan di bidang keperawatan dan kesehatan.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan menjadi sumber rujukan dan landasan bagi pengembangan penelitian lanjutan yang lebih komprehensif mengenai hubungan antara kecemasan dan tekanan darah pada lanjut usia dengan hipertensi. Hasil penelitian ini juga diharapkan memberikan bahan perbandingan serta memperkuat temuan pada penelitian selanjutnya yang mengkaji topik serupa.

