

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tekanan darah tinggi merupakan salah satu penyakit yang memerlukan pengelolaan jangka panjang dan kepatuhan terapi secara konsisten. Masalah yang tidak jarang terjadi banyak penderita hipertensi yang mengalami kecemasan terhadap hasil pengukuran tekanan darah, meskipun mereka telah rutin mengonsumsi obat antihipertensi. Kecemasan tersebut disebut dengan *anticipatory anxiety* atau kecemasan yang muncul sebelum seseorang menghadapi suatu situasi karena mengantisipasi hasil atau konsekuensi yang mungkin terjadi. Pada pasien hipertensi kecemasan ini muncul karena adanya kekhawatiran terhadap hasil tekanan darah yang diperoleh akan menunjukkan kondisi yang lebih buruk dibandingkan harapan pasien. (Riyada et al., 2023). Kecemasan merupakan Keadaan yang seringkali diikuti oleh respons berupa perasaan takut dan ketidakpastian, hal itu merupakan sinyal kesadaran akan datangnya ancaman. Sinyal ini mendorong seseorang untuk bersiap menghadapi potensi bahaya sehingga dapat memengaruhi kesehatan fisik dan psikologis (Asfar, 2025).

Angka kejadian white coat hypertension (WCH) atau kecemasan saat melakukan pemeriksaan medis diperkirakan sekitar 10–30% pada pasien yang dinyatakan hipertensi (Novtariansyah, 2025). Data yang didapat dari hasil

Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia masih tinggi, mencapai angka 34,5% pada penduduk usia di atas 18 tahun (BPAFK Surakarta, 2026). Berdasar hasil rekapitulasi data dinas kesehatan kota Mojokerto Jumlah pengidap hipertensi di Kabupaten Mojokerto pada tahun 2024 yang menerima layanan pemeriksaan tekanan darah tinggi menunjukkan angka 80.573 jiwa (Dinkes Mojokerto, 2024).

Hasil survei awal peneliti yang dilakukan di lokasi penelitian pada bulan April diperoleh sebanyak 8 pasien mengatakan sesekali merasa cemas akan hasil tensi yang tidak sesuai harapan mereka. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian pasien masih memiliki tingkat kecemasan terhadap kondisi kesehatannya. Kecemasan tersebut diduga dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan, persepsi terhadap penyakit, serta pengalaman yang dirasakan oleh pasien selama menjalani kondisi tersebut.

Faktor pencetus hipertensi bisa disebabkan usia, jenis kelamin, dan riwayat genetik, dimana seseorang yang memiliki riwayat dari keluarga hipertensi, memiliki risiko lebih tinggi mengalami hipertensi, sementara itu, faktor yang dapat diubah berkaitan dengan gaya hidup seperti obesitas, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, asupan garam berlebih, kurangnya aktivitas fisik, serta stres dan kondisi psikologis kecemasan yang dapat memicu peningkatan tekanan darah (Yunaria et al., 2025).

Peningkatan tekanan darah terjadi akibat interaksi berbagai faktor fisiologis dan perilaku yang mempengaruhi curah jantung dan resistensi perifer. Kecemasan pada saat pemeriksaan kesehatan dapat mempengaruhi

peningkatan tekanan darah yang disebut sebagai White Coat Hypertension (WCH). Kondisi ini terjadi ketika seseorang merasa cemas saat berada di fasilitas kesehatan atau saat dilakukan pemeriksaan tekanan darah, yang seringkali dipicu oleh *anticipatory anxiety* yaitu kecemasan antisipatif yang muncul akibat ketakutan bahwa hasil pengukuran tekanan darah akan lebih buruk dari ekspektasi pasien. Kecemasan antisipatif ini memicu aktivasi sistem saraf simpatis yang melepaskan hormon stres sehingga detak jantung meningkat dan pembuluh darah mengalami penyempitan (Townsend & Cohen, 2024).

Peningkatan tekanan darah yang terjadi akibat respon kecemasan saat pemeriksaan berpotensi menghasilkan nilai yang tidak mencerminkan kondisi tekanan darah pasien yang sebenarnya. Respons ini sering kali bersumber dari *anticipatory anxiety*, di mana pasien sudah mengalami kecemasan sebelum pemeriksaan dilakukan karena mengantisipasi hasil yang tidak sesuai harapan, sehingga tekanan darah meningkat.

Kesalahan yang dapat terjadi dalam penegakan diagnosis hipertensi seperti overdiagnosis maupun penilaian yang tidak akurat terhadap keberhasilan terapi yang sedang dijalani. Kondisi ini juga berisiko memicu pemberian terapi yang tidak tepat, baik berupa penggunaan obat antihipertensi yang tidak diperlukan maupun penyesuaian dosis yang tidak sesuai. Kecemasan yang tidak diidentifikasi dengan baik dapat memengaruhi kualitas pengelolaan hipertensi secara keseluruhan serta

berpotensi meningkatkan risiko komplikasi kardiovaskular dalam jangka panjang (Cai et al., 2020).

Berbagai solusi digunakan untuk mengatasi peningkatan tekanan darah yang dipicu oleh kecemasan, hal yang diperlukan seperti pendekatan komprehensif yang mencakup terapi farmakologis dan non-farmakologis. Pengendalian stres dan modifikasi gaya hidup merupakan bagian penting dalam pengelolaan hipertensi karena stres psikologis dapat meningkatkan aktivasi sistem saraf simpatis dan memicu kenaikan tekanan darah (Organization, 2025). Psikoedukasi merupakan salah satu intervensi yang dapat diberikan pada klien hipertensi dengan kecemasan, dengan pemberian pendidikan kesehatan mengenai hipertensi dan kecemasan seperti latihan relaksasi, distraksi, teknik napas dalam, relaksasi otot progresif, serta afirmasi positif, pasien dapat meningkatkan pengetahuan dan kemampuan dalam mengelola kondisi fisik maupun psikologisnya (Utami et al., 2024).

Berdasarkan paparan diatas didapatkan bahwa kecemasan memiliki peran dalam memengaruhi hasil pengukuran tekanan darah pada pasien hipertensi. Kondisi ini mengindikasikan bahwa peningkatan tekanan darah tidak hanya disebabkan oleh faktor fisiologis, tetapi juga faktor psikologis yang dapat memengaruhi hasil pengukuran secara klinis. Oleh karena itu, penting untuk mengkaji lebih lanjut hubungan antara tingkat kecemasan dengan hasil pengukuran tekanan darah, khususnya pada pasien hipertensi yang sedang menjalani terapi obat. Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan hasil

pengukuran tekanan darah pada pasien hipertensi yang menjalani terapi obat. Dengan demikian, informasi terhadap pengaruh kecemasan dalam pengukuran tekanan darah menjadi penting untuk meminimalkan kesalahan diagnosis pada pasien hipertensi.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasar latar belakang yang dipaparkan sebelumnya, maka yang menjadi permasalahan dalam penelitian ini adalah “apakah terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan hasil pengukuran tekanan darah pada pasien hipertensi yang menjalani terapi obat”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengidentifikasi adanya hubungan antara tingkat kecemasan dengan hasil pengukuran tekanan darah pada pasien hipertensi yang menjalani terapi obat.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pada pasien hipertensi yang menjalani terapi obat.
2. Mengidentifikasi hasil pengukuran tekanan darah pada pasien hipertensi yang menjalani terapi obat.
3. Menganalisis apakah ada hubungan Tingkat kecemasan dengan hasil pengukuran tekanan darah pada pasien hipertensi yang menjalani terapi obat.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Petugas Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi tenaga kesehatan untuk memperhatikan kondisi psikologis pasien, khususnya tingkat kecemasan, saat melakukan pengukuran tekanan darah, sehingga hasil pengukuran dapat lebih akurat dan interpretasi klinis menjadi lebih tepat.

1.4.2 Bagi Pasien

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman pasien hipertensi tentang pentingnya mengelola kecemasan sebagai bagian dari upaya pengendalian tekanan darah, selain kepatuhan terhadap terapi obat yang dijalani.

1.4.3 Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi atau bahan kajian bagi institusi pendidikan dalam memperkaya literatur serta mendukung proses pembelajaran, penelitian, dan pengembangan ilmu di masa yang akan datang.