

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan suatu penyakit yang ditandai dengan adanya peningkatan tekanan darah secara kronis. Hipertensi dapat terjadi disebabkan oleh jantung yang bekerja terlalu keras untuk mencukupi oksigen dan nutrisi di seluruh tubuh. Kondisi ini sangat berpotensi menimbulkan berbagai komplikasi yang berbahaya jika tidak ditangani dengan cepat (Roesmono et al., 2017). Faktor-faktor yang mempengaruhi hipertensi sangat beragam, seperti faktor genetik atau keturunan, jenis kelamin, umur, obesitas, kebiasaan mengonsumsi garam dan juga stres. Beberapa faktor tersebut mayoritas tidak berdiri sendiri, melainkan saling berhubungan yang kemudian menyebabkan terjadinya hipertensi, utamanya adalah faktor stres (Linda, 2018). Stres adalah salah satu faktor pemicu hipertensi yang paling sulit diatasi. Seseorang dengan riwayat hipertensi yang kemudian mengalami stres yang berlebihan maka akan berisiko tinggi untuk memicu kambuhnya penyakit hipertensi (Priono & Kustina, 2017).

Kondisi stres pada penderita hipertensi akan menjadikan kelenjar *pituitary* otak mengirimkan hormon kelenjar endokrin yang kemudian akan berdampak pada peningkatan produksi hormon adrenalin dan juga hormon hidrokortison, sehingga menyebabkan detak jantung yang lebih cepat sehingga terjadi peningkatan tekanan darah (Situmorang, 2020). Stres menjadikan tubuh meningkatkan produksi dari hormone kortison dan

adrenalin yang tentunya hal ini juga akan meningkatkan tekanan darah. Kondisi ini jika tidak ditangani dengan baik tentunya dapat muncul kerusakan / komplikasi pada organ lain (Situmorang, 2020). Hipertensi mungkin tidak bisa sembuh 100%, tetapi bagi para penderita hipertensi dapat memperbaiki gaya hidup sesuai dengan nilai-nilai kesehatan agar dapat meminimalisir terjadinya kekambuhan pada kasus hipertensi seperti rajin berolahraga, mengatur pola makan, mencegah obesitas dan mengkonsumsi obat secara teratur serta mengendalikan stres. Salah satu langkah yang bisa ditempuh agar dapat mengurangi stres ialah menerapkan strategi koping yang adaptif.

Koping merupakan suatu usaha untuk mengurangi stres. Setiap orang memiliki mekanisme koping yang berbeda-beda (Priono & Kustina, 2017). Koping adalah langkah / metode dari individu agar dapat mengatasi masalah serta mengurangi stres yang dirasakan. Seseorang yang memiliki mekanisme koping adaptif maka seseorang tersebut akan mampu menyelesaikan masalah dengan baik dan terhindar dari stres yang berkepanjangan. Maka dari itu, semakin menurun koping stres seseorang maka risiko kekambuhan hipertensi pun juga akan semakin tinggi. Akan tetapi, bagi penderita hipertensi tidak cukup jika hanya mengendalikan mekanisme koping dan pengendalian stres yang baik, tetapi juga harus dibarengi dengan pola gaya hidup sehat sebagai langkah pencegahan serta penatalaksanaan farmakologi dan non farmakologi untuk mengatasi jika sudah terjadi hipertensi (Kushariyadi, 2017). Oleh sebab itu, perlu adanya kontribusi dari para tenaga kesehatan khususnya anggota masyarakat yang menderita penyakit hipertensi mengenai keterampilan dan

juga pengetahuan mengenai coping stres, dengan harapan agar tingkat kasus hipertensi dapat semakin ditekan (Priono & Kustina, 2017).

Data mengenai kasus hipertensi di Jawa Timur yang dirilis oleh Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur (2020) menyebutkan jumlah kasus hipertensi pada penduduk berusia  $\geq 15$  mencapai 11.008.334 kasus dimana dari jumlah tersebut diketahui bahwa 5.375.369 (48,83%) kasus diantaranya adalah laki-laki dan jumlah kasus perempuan sebanyak 5.632.699 kasus (51,17%) (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur., 2020). Sedangkan untuk di wilayah Kabupaten Jember diketahui bahwa jumlah kasus hipertensi pada tahun 2021 hingga bulan November telah mencapai 140.276 kasus, jauh melampaui jumlah kasus pada tahun 2020 yang hanya mencapai 74.162 kasus. Salah satu kecamatan yang mengalami peningkatan cukup pesat adalah Sumbersari, dimana pada tahun 2020 jumlah kasus hipertensi di Kecamatan Sumbersari hanya sebesar 4.306 kasus, sedangkan pada tahun 2021 hingga bulan November, tercatat jumlah penderita hipertensi telah mencapai 9116 kasus (Dinas Kesehatan Kabupaten Jember, 2021).

Studi pendahuluan yang dilaksanakan oleh peneliti di Klinik Rawat Inap dr. M. Suherman Jember yang merupakan salah satu fasilitas pelayanan kesehatan di Sumbersari diketahui bahwa sejak bulan September hingga November 2021 jumlah kasus hipertensi mencapai 252 kasus dan kasus hipertensi di fasilitas pelayanan kesehatan tersebut menduduki peringkat ke 7 sebagai jenis penyakit paling banyak ditemui pada bulan September dengan jumlah kunjungan sebanyak 66 kasus, kemudian menduduki peringkat

ke 9 pada bulan Oktober dengan jumlah kunjungan mencapai 65 kasus dan peringkat ke 11 pada bulan November dengan jumlah kunjungan pasien hipertensi sebanyak 58 kasus. Sedangkan untuk data penderita stres berdasarkan data *World Health Organization* (2019), sekitar 264 juta orang yang mengalami stres dan atau depresi di seluruh dunia. Sedangkan di Indonesia sendiri kurang lebih ada 10 juta kasus depresi pada pasien yang berusia diatas 15 tahun (Putri et al., 2020).

Hasil studi pendahuluan yang dilaksanakan melalui wawancara pada 3 pasien rawat jalan dengan penyakit hipertensi di lokasi penelitian, diketahui bahwa 2 pasien diantaranya memiliki tingkat stres yang tinggi. Tingginya tingkat stres yang dimiliki pasien dipengaruhi oleh masalah pekerjaan dan efek pandemi Covid 19. Selain itu, juga didapatkan data mengenai strategi koping, dimana 3 pasien tersebut mengatakan cenderung lebih sulit untuk mengendalikan emosi saat menghadapi masalah, misalnya untuk masalah hipertensi yang dihadapi ketiga pasien cenderung untuk lebih menggali informasi mengenai pengobatan hipertensi baik dari teman, keluarga yang juga menderita hipertensi atau dari tenaga kesehatan, salah satu pasien juga mengatakan bahwa ia juga telah mencoba pengobatan alternatif untuk mengobati hipertensi yang diderita.

Berdasarkan pemaparan masalah tersebut, peneliti ingin meneliti hubungan strategi koping dengan tingkat stres pada penderita tekanan darah tinggi di Klinik Rawat Inap dr. M. Suherman Jember. Sehingga nantinya diharapkan dapat diketahui sejauh mana pentingnya pengendalian stres pada

penderita hipertensi, serta apa saja langkah bagi seseorang dengan hipertensi untuk dapat mengendalikan stresnya dan pada akhirnya dari penelitian ini diharapkan kelompok masyarakat yang menderita hipertensi dan termasuk risiko tinggi hipertensi dapat melakukan tindakan *preventif* untuk mencegah hipertensi dan komplikasi yang ditimbulkan.

## **B. Rumusan Masalah**

### 1. Pernyataan Masalah

Hipertensi dapat disebabkan oleh bermacam-macam hal, misal faktor genetik, jenis kelamin, umur, obesitas, kebiasaan mengonsumsi garam dan juga stres. Dari berbagai faktor tersebut, faktor stres merupakan faktor yang paling sulit dikendalikan. Hal ini disebabkan karena seseorang dengan riwayat hipertensi yang kemudian memiliki stres yang berlebihan maka akan berisiko tinggi untuk memicu timbulnya penyakit hipertensi. Cara yang dapat ditempuh untuk mengurangi stres adalah dengan menerapkan strategi koping yang sesuai. Tetapi sayang, sampai saat ini masih banyak masyarakat khususnya penderita hipertensi yang masih tidak mempedulikan tentang pengendalian stres yang baik yang disebabkan oleh tingkat pengetahuan tentang stres dan mekanisme koping yang masih rendah. Maka dari itu stres lalu disebut sebagai salah satu penyebab yang paling berpengaruh terhadap hipertensi.

### 2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimanakah strategi koping yang dimiliki oleh penderita hipertensi di klinik rawat inap dr. M. Suherman Jember?

- b. Bagaimanakah tingkat stres yang dirasakan penderita hipertensi di klinik rawat inap dr. M. Suherman Jember?
- c. Apakah ada hubungan antara strategi koping dengan tingkat stres pada penderita hipertensi di klinik rawat inap dr. M. Suherman Jember?

### **C. Tujuan**

#### **1. Tujuan Umum**

Menganalisis hubungan strategi koping dengan tingkat stres pada penderita hipertensi di klinik rawat inap dr. M. Suherman Jember.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi strategi koping yang dimiliki oleh penderita hipertensi di klinik rawat inap dr. M. Suherman Jember.
- b. Mengidentifikasi tingkat stres yang dirasakan penderita hipertensi di klinik rawat inap dr. M. Suherman Jember.
- c. Menganalisis hubungan strategi koping dengan tingkat stres pada penderita hipertensi di klinik rawat inap dr. M. Suherman Jember.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Bagi Klinik**

Sebagai catatan dan rujukan bagi klinik dalam pelaksanaan penanganan pada pasien hipertensi terkait dengan stres yang dirasakan.

#### **2. Bagi Perawat**

Memberikan informasi dan wawasan sebagai bahan untuk mengembangkan ilmu keperawatan dan meningkatkan kualitas pelayanan

keperawatan dalam mengatasi stres yang dirasakan oleh penderita hipertensi.

### **3. Bagi Masyarakat**

Dapat menyadarkan masyarakat serta menambah wawasan mengenai pentingnya pemilihan strategi coping dalam pengendalian stres pada pasien hipertensi.

