

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang.

Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan kronis yang ditandai dengan meningkatkannya tekanan darah pada dinding pembuluh darah arteri. Keadaan tersebut mengakibatkan jantung bekerja lebih keras untuk mengedarkan darah ke seluruh tubuh melalui pembuluh darah, sehingga dapat mengganggu aliran darah, merusak pembuluh darah, bahkan menyebabkan penyakit degeneratif, hingga kematian (Sari, 2017).

Salah satu penyakit yang mendapatkan perhatian lebih pada dunia ini merupakan penyakit dengan prevalensi yang cukup tinggi, menurut WHO diseluruh dunia tekanan darah tinggi diperkirakan akan mempengaruhi lebih dari satu dari tiga orang dewasa berusia 25 tahun keatas atau sekitar satu miliar orang. Prevalensi tertinggi di Afrika 46% orang dewasa, sedangkan prevalensi terendah ditemukan di Amerika 35% orang dewasa (WHO, 2013).

Prevalensi hipertensi sendiri di Indonesia yang didapat melalui pengukuran pada umur  $\geq 18$  tahun sebesar 25,8%, tertinggi di Bangka Belitung 30,8%, Kalimantan Timur 29,6 % dan Jawa Barat 29,4%, prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat melalui kuesioner terdiagnosis tenaga kesehatan sebesar 9,4 % yang terdiagnosis tenaga kesehatan atau sedang minum obat sebesar 9,5 %, jadi ada 0,1 % yang minum obat sendiri. Responden yang memiliki tekanan darah normal tetapi mengonsumsi obat

tekanan darah sebesar 0,7 %. Jadi Prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 26,5 % (Kemenkes, 2013).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan sebelumnya adalah Hipertensi di kota Jember mengalami peningkatan dari tahun 2016 sebanyak 18.935 penderita hipertensi menjadi 30.511 di tahun 2017, sedangkan penderita hipertensi di Puskesmas Sumbersari Kab. Jember merupakan yang tertinggi, data yang didapatkan adalah sebanyak 288 penderita hipertensi pada tahun 2017, dan 41 penderita pada bulan januari sampai april 2018, data yang didapatkan berdasarkan dengan wilayah kerja Puskesmas Sumbersari (Dinkes, 2017).

Kejadian hipertensi sangat berpengaruh dengan berkembangnya gaya hidup modern yang dijalani oleh masyarakat saat ini, seperti kurangnya aktifitas fisik, dan gemar mengonsumsi makanan instan dengan kandungan lemak dan natrium yang tinggi. Selain itu, gaya hidup tidak jarang membuat manusia tertekan dengan segala rutinitas harian sehingga dapat menimbulkan stres, kebiasaan merokok, kebiasaan mengonsumsi alkohol dan kafein yang berlebih (Sari, 2017).

Stres rentan terhadap masyarakat yang hidup daerah perkotaan. Stres juga dapat menjadi faktor risiko terjadinya hipertensi. Menurut Savitri (2017) Stres pada hipertensi dapat berupa kekhawatiran, ketegangan syaraf dan badai kejiwaan membuat tekanan darah semakin meningkat. Kejadian hipertensi lebih besar terjadi pada individu yang memiliki kecenderungan stres emosional. Keadaan seperti tertekan, murung, dendam, takut dan rasa bersalah dapat merangsang timbulnya hipertensi (Sari, 2017).

Hipertensi terjadi pada orang dengan stres disebabkan oleh dua hal yakni hormon yang dihasilkan oleh stres itu sendiri dan terjadinya penyempitan pembuluh darah yang disebabkan oleh stres, menurut Donsu (2017) keadaan stres dapat merangsang pengeluaran hormon adrenalin sehingga jantung akan berdebar lebih cepat dan keras atau hipertensi, dan menurut Hawari (2016) stres dapat menyebabkan jantung berdebar-debar, pembuluh darah melebar dan menyempit sehingga yang bersangkutan nampak mukanya merah atau pucat.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Andrian (2013) bahwa stres dan olahraga mempunyai hubungan bermakna dengan kejadian hipertensi pada lansia, penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Akinlua dkk (2016) dengan metode kajian studi campuran sistematis bahwa penyebab utama timbulnya hipertensi pada masyarakat lepas di Nigeria adalah stres.

Selain stres faktor lain menyebabkan hipertensi adalah konsumsi kopi. Kopi juga merupakan minuman yang mejadi faktor penyebab terjadinya hipertensi, kopi mengandung kafein yang jika di konsumsi dapat menyebabkan gangguan sistem syaraf sehingga yang dapat mengganggu perasaan dan gangguan tidur sehingga jika dikonsumsi secara berlebihan dapat menyebabkan tekanan darah meningkat lalu akan turun kembali (Wade, 2016).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Susilawati, Sety dan Tina (2017) bahwa ada hubungan antara konsumsi kopi dan kualitas tidur dengan kejadian hipertensi pada dewasa muda (22-40 tahun), dan penelitian yang

dilakukan oleh Firmansyah dan Rustam (2016) bahwa ada hubungan antara merokok dan konsumsi kopi dengan tekanan darah pada pasien hipertensi dan minum kopi 3-4 cangkir/hari dapat menyebabkan hipertensi stadium 1 pada orang dewasa (Kalimullah, 2015).

Konsumsi kopi di kota Jember rata-rata 2,91 kg/tahun perorang, konsumsi kopi pada laki-laki 3,83 kg/tahun pada perempuan 1,97 kg/tahun, di lihat dari hasil penelitian diatas bahwa laki-laki merupakan pengonsumsi kopi terbanyak pertahunnya. Dan juga berdasarkan penelitian yang sama bahwa kawasan Perkotaan di Kabupaten Jember (Kecamatan Patrang, Sumbersari dan Kaliwates), dengan karakter kepadatan penduduk tinggi, dan juga merupakan masyarakat dengan penghasil kopi dan memiliki kebiasaan minum kopi (Lestari, Haryanto, & Mawardi, 2009).

Maka dari data dan penelitian yang di lakukan sebelumnya menunjukkan bahwa faktor hipertensi yakni konsumsi kopi dan stres merupakan faktor penyebab kambuhnya hipertensi, dikarenakan hipertensi tidak dapat disembuhkan melainkan dapat dikontrol, maka dari itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres dan kebiasaan minum kopi dengan kejadian hipertensi pada masyarakat Kec. Sumbersari Kab. Jember.

## **B. Rumusan Masalah**

### **1. Pernyataan masalah**

Hipertensi merupakan penyakit degenartif, dimana penyakit ini masih belum dapat ditangani dengan semaksimal mungkin dan penyebab

pastinya pun masih belum diketahui, tetapi hipertensi dapat dipicu oleh beberapa penyebab seperti tingkat stres dan konsumsi kopi, stres dapat meningkatkan sistem syaraf dan meningkatkan hormon adrenalin yang dapat meningkatkan tekanan darah, sedangkan kopi memiliki kandungan kafein yang juga dapat mengganggu sistem syaraf pusat, menyempitkan pembuluh darah dan mengganggu kualitas tidur sehingga tekanan darah meningkat, stres dan konsumsi kopi saat ini sangat diminati oleh masyarakat kebanyakan sehingga potensi terjadinya hipertensi juga semakin meningkat.

## **2. Pertanyaan masalah**

Adakah hubungan tingkat stres dan kebiasaan minum kopi dengan stadium hipertensi pada masyarakat Kecamatan Sumpersari Kabupaten Jember.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan tingkat stress dan kebiasaan minum kopi dengan kejadian hipertensi pada masyarakat Kecamatan Sumpersari Kabupaten Jember.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi tingkat stres pada masyarakat Kecamatan. Sumber Sari Kabupaten Jember.
- b. Mengidentifikasi jumlah konsumsi kopi pada masyarakat Kecamatan Sumpersari Kabupaten Jember.

- c. Mengidentifikasi lama konsumsi kopi pada masyarakat Kecamatan Sumpalsari Kabupaten Jember.
- d. Menganalisis hubungan tingkat stres dan kebiasaan minum kopi dengan stadium hipertensi pada masyarakat Kecamatan Sumpalsari Kabupaten Jember

#### **D. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini di harapkan dapat memberikan manfaat kepada berbagai pihak antara lain :

##### **1. Puskesmas**

Sebagai bahan masukan untuk meningkatkan pelayanan kesehatan seperti penyuluhan tentang penyebab hipertensi seperti kebiasaan minum kopi dan stres pada pelayanan yang mengacu pada penyakit hipertensi.

##### **2. Ilmu Keperawatan**

Sebagai masukan bagi ilmu keperawatan serta meningkatkan wawasan pengetahuan dan sikap dalam pengelolaan, khususnya pencegahan kekambuhan pada pasien hipertensi. Serta aplikasi yang akan dilakukan pada saat praktik kemahasiswaan nantinya. Dan juga diharapkan penelitian ini dapat menjadi acuan dalam penelitian selanjutnya.

##### **3. Peneliti**

Dapat mengaplikasikan secara langsung ilmu keperawatan khususnya hasil dari penelitian ini pada pencegahan kekambuhan pasien

hipertensi dalam mencapai derajat kesehatan yang lebih tinggi lagi pada penderita hipertensi.

#### **4. Masyarakat**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat mencegah dan juga melakukan pencegahan yang dianjurkan sehingga tidak terjadi komplikasi yang berlanjut, seperti pembatasan konsumsi kopi dan manajemen stres.

