

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar belakang

Hipertensi menjadi permasalahan kesehatan utama di negara maju dan negara berkembang, penyakit yang tidak menular dan merupakan penyebab kematian nomor satu secara global. Penyakit ini terjadi akibat tekanan darah menjadi naik karena gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi terganggu sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkannya (Ayuningjati & Rosyid, 2024). Hipertensi sering disebut sebagai *silent killer* karena termasuk penyakit yang mematikan, penyakit ini tidak secara langsung membunuh penderitanya, tetapi dengan cara memicu terjadinya penyakit lain yang tergolong kelas berat dan mematikan, serta dapat meningkatkan risiko serangan jantung, gagal jantung, stroke dan gagal ginjal (Seftiani et al., 2019).

World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi, dengan prevalensi tertinggi berada di wilayah Asia Tenggara (WHO, 2023). Penyakit tekanan darah tinggi telah membunuh 9,4 juta warga dunia setiap tahunnya. Pada 2025 mendatang diproyeksikan sekitar 29% warga dunia terkena hipertensi. Persentase penderita hipertensi saat ini paling banyak terdapat di negara berkembang. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia adalah 34,1%. Hal ini meningkat dibandingkan prevalensi hipertensi Riskesdas 2013 yaitu sebesar 25,8%. Angka ini tergolong tinggi membuat persentase Indonesia masuk peringkat 5 kasus hipertensi terbanyak di dunia (Ayuningjati & Rosyid, 2024).

Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) pada tahun 2023, dokter mendiagnosis orang yang terkena hipertensi di Indonesia berusia 15 tahun ke atas dengan jumlah 8 %, sedangkan usia 18 tahun ke atas terdapat 8,6 % penduduk. Selanjutnya dari hasil pengukuran tekanan darah usia 15 tahun ke atas didapatkan hasil 29,2 dan usia 18 tahun ke atas 30,8 %. Jika dipecah per wilayah, DKI Jakarta

memiliki proporsi penduduk yang hipertensi terbanyak, yakni mencapai 12,6%. Provinsi lain dengan proporsi penduduk hipertensi yang tergolong banyak adalah di Yogyakarta, Sulawesi Utara, dan Kalimantan Timur dengan prevalensi di atas 10%. Sementara prevalensi hipertensi terendah berada di Papua Pegunungan yang hanya 2,2% (BKKPK, 2023). Stres adalah salah satu faktor pemicu hipertensi yang paling sulit diatasi, stres yang berlebihan maka akan berisiko tinggi untuk memicu kambuhnya penyakit hipertensi (Mad Zaini et al., 2022).

Hipertensi berdampak pada aspek fisik, psikososial, ekonomi yang dapat mengakibatkan stress. Stres yang berlebihan dapat meningkatkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Stress adalah reaksi atau respon tubuh terhadap stressor psikososial, yang disebabkan adanya perubahan mendadak pada aktivitas yang biasa pasien lakukan, adanya pengobatan dan perubahan perilaku baik secara fisik maupun emosional (Hasana & Harfe'i, 2019). Stres yang berlangsung dalam jangka waktu lama dapat mengakibatkan disfungsi sistem saraf otonom dan sistem hormonal tubuh. Respon ini berpotensi meningkatkan risiko hipertensi secara berkelanjutan pada individu yang tidak dapat mengelola stres dengan baik (Hasanah & Kartika, 2020).

Peningkatan kadar stres dapat menyebabkan perilaku hidup yang kurang sehat, seperti kebiasaan merokok, minum alkohol, serta pola makan tinggi garam dan lemak, yang semuanya merupakan faktor pemicu hipertensi (Permatasari et al., 2019). Stres akut maupun kronis, berhubungan erat dengan peningkatan tekanan darah, terutama pada individu yang memiliki riwayat hipertensi. Stres dapat memicu aktivasi sistem saraf simpatik dan pelepasan hormon stres seperti kortisol dan adrenalin yang berfungsi meningkatkan tekanan darah. Akumulasi stres yang berlangsung lama atau tidak terkelola dapat memperburuk hipertensi, yang pada gilirannya dapat memperburuk kualitas hidup pasien (Raggi et al., 2020). Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden mengalami tingkat stres sedang yaitu 30 orang (52,6%) dan untuk Hipertensi paling banyak mengalami pre hipertensi sebanyak 22 orang (38,6%). Hasil uji spearman didapatkan $p=0.003$ dengan kemaknaan $p=0.003$ dengan kemaknaan $p<0.005$ yang berarti H1 diterima (Halawa et al., 2023).

Koping merupakan suatu usaha untuk mengurangi stres. Setiap orang memiliki mekanisme koping yang berbeda-beda (Puspanegara, 2019). Koping adalah langkah atau metode dari individu agar dapat mengatasi masalah serta mengurangi stres yang dirasakan. Seseorang yang memiliki mekanisme koping adaptif 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 (Mad Zaini et al., 2022).

Faktor yang mempengaruhi lansia mengambil strategi koping adalah dukungan sosial baik dari keluarga, saudara, teman dan faktor dari diri sendiri serta faktor lingkungan, beberapa strategi koping lansia yang sering dipergunakan lansia dalam menghadapi suatu masalah dapat digolongkan menjadi beberapa kelompok koping meliputi koping konfrontasi, penggunaan dukungan sosial, merencanakan penyelesaian masalah, kontrol diri, pelepasan diri, penerimaan tanggungjawab, pelarian dan penghindaran dan penilaian positif (Siregar, 2018).

Berdasarkan penelitian Van der (2017) efek koping terhadap stres pada pasien hipertensi dapat menggunakan teknik koping emosional seperti relaksasi dan meditasi karena dapat mengalami penurunan yang signifikan dalam tekanan darah dan dapat meningkatkan kualitas hidup pada pasien dengan hipertensi (Babak et al., 2022) . Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Ariasti (2016), tentang mekanisme koping terhadap stres dengan kejadian hipertensi yang didapat bahwa sebanyak 50,8% responden memiliki koping maladaptif (Ajmain, 2021).

Kualitas hidup pada penderita dengan hipertensi dipengaruhi oleh faktor individu dan faktor lingkungan. Faktor individu diantaranya usia, jenis kelamin, pendidikan, status pernikahan, pekerjaan, lama menderita hipertensi dan keteraturan berobat (Chendra & Zulkarnain, 2020). Penilaian kualitas hidup individu dipengaruhi oleh 4 (empat) domain, yaitu kesehatan fisik, kesejahteraan psikologis, hubungan social, dan hubungan dengan lingkungan secara umum (Juniarta Pande Made, 2018).

Hipertensi berdampak pada aspek fisik, psikososial, ekonomi penderita yang dapat menimbulkan stress. Kondisi ini pada akhirnya akan menimbulkan ketidaknyamanan dan mempengaruhi kualitas hidup penderita hipertensi (Rohana, 2023). Kualitas hidup merupakan hal yang sangat penting untuk setiap orang. Kualitas hidup merupakan suatu sebutan untuk mengungkapkan rasa kesejahteraan berupa rasa puas dan kebahagiaan. Masyarakat menilai kesehatan itu dimulai dari segi fisik, mental, juga sosial individu (Sumakul et al., 2017). Untuk mencegah stres pasien harus memiliki mekanisme coping yang baik agar kualitas hidupnya baik.

Berdasarkan penelitian sebelumnya oleh Yulitasari et al. (2021) menunjukkan bahwa seseorang dengan hipertensi memiliki kualitas hidup yang lebih buruk dibandingkan dengan tekanan darah normal di Puskesmas Sendayu II Bantul, terdapat sebanyak 60,80% responden memiliki kualitas hidup baik dan 20% memiliki kualitas hidup buruk. Pasien tidak ada masalah dalam aktivitas fisik 75%, kesejahteraan psikologis 88,3%, dan hubungan sosial baik 81%. Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden tergolong memiliki kualitas hidup yang baik (Rezy Aprilia Nur Khafidhoh & Kartika Sari, 2024).

Klinik Polres Metro Jakarta Barat, sebagai fasilitas kesehatan tingkat pertama, memiliki peran strategis dalam pengelolaan hipertensi di wilayah kerjanya. Data studi menunjukkan bahwa dari total kunjungan pasien tiap bulannya di klinik Polres Jakarta Barat 56 pasien terkait dengan hipertensi dan komplikasinya. Penelitian ini belum pernah dilakukan di klinik Polres Metro Jakarta Barat. Perawat berperan penting terhadap penanganan penyakit hipertensi melalui pendekatan promotif, kuratif dan preventif. Secara promotif, perawat dapat meningkatkan kesadaran tentang faktor risiko hipertensi edukasi ini mencakup aspek-aspek seperti pola makan rendah garam, peningkatan aktivitas fisik, serta manajemen stres. Selain itu, perawat juga memberikan penyuluhan mengenai bahaya merokok dan konsumsi alkohol yang dapat memengaruhi tekanan darah dalam upaya kuratif, perawat memberikan perawatan langsung kepada pasien yang terdiagnos hipertensi, termasuk

pemantauan tekanan darah, melakukan pengendalian stress dan dukungan emosional untuk membantu pasien mengelola kondisinya. Secara preventif, perawat melakukan skrining untuk deteksi dini penyakit hipertensi, terutama pada individu berisiko tinggi, serta memberikan bimbingan untuk perubahan gaya hidup yang sehat.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Stres Dan Mekanisme Koping Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Hipertensi Di Klinik Polres Metro Jakarta Barat”.

1.2. Rumusan Masalah

Hipertensi dapat mempengaruhi kesehatan individu di sepanjang hidupnya, yang dalam jangka panjang dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius seperti penyakit jantung koroner, stroke, dan gagal ginjal. Penyakit hipertensi merupakan salah satu ancaman kesehatan global yang terus meningkat, dengan dampak yang signifikan terhadap angka kematian dan kualitas hidup masyarakat dengan prevalensi yang terus bertambah.

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. Mekanisme koping merupakan suatu usaha untuk mengurangi stres. Koping adalah langkah atau metode dari individu agar dapat 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. Hipertensi memberikan dampak penurunan kualitas hidup secara fisik, psikologis maupun social.

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka pertanyaan penelitiannya adalah “Bagaimana hubungan stress dan mekanisme coping dengan kualitas hidup pada penderita hipertensi di Klinik Polres Metro Jakarta Barat?”

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan stress dan mekanisme coping dengan kualitas hidup pada penderita hipertensi di klinik Polres Metro Jakarta Barat.

1.3.2. Tujuan Khusus

- 1.3.2.1. Mengetahui gambaran karakteristik pasien hipertensi (usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan) di klinik Polres Metro Jakarta Barat
- 1.3.2.2. Mengetahui gambaran stress pada pasien hipertensi di klinik Polres Metro Jakarta Barat
- 1.3.2.3. Mengetahui gambaran mekanisme coping pada pasien hipertensi di klinik Polres Metro Jakarta Barat
- 1.3.2.4. Mengetahui gambaran kualitas hidup pada pasien hipertensi di klinik Polres Metro Jakarta Barat
- 1.3.2.5. Mengetahui hubungan stress dengan kualitas hidup pada pasien hipertensi di Klinik Polres Metro Jakarta Barat
- 1.3.2.6. Mengetahui hubungan mekanisme coping dengan kualitas hidup pada pasien hipertensi di Klinik Polres Metro Jakarta Barat

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Untuk Profesi Keperawatan

Diharapkan penelitian ini dapat mengembangkan pengetahuan dan informasi mengenai hubungan stress dan mekanisme coping dengan kualitas hidup pada pasien hipertensi dan dapat membantu dalam memberikan edukasi yang lebih terarah kepada pasien dengan hipertensi serta dapat menjadi acuan dalam mengembangkan intervensi keperawatan yang komprehensif.

1.4.2. Bagi Klinik Polres Metro Jakarta Barat

- 1.4.2.1. Memberikan data dan informasi yang dapat digunakan sebagai dasar pengembangan program pengelolaan hipertensi
- 1.4.2.2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dan dapat membantu dalam merancang strategi intervensi yang lebih efektif
- 1.4.2.3. Meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan bagi pasien dengan penyakit hipertensi
- 1.4.2.4. Mengetahui hubungan stress dan mekanisme coping dengan kualitas hidup terhadap pasien hipertensi

1.4.3. Bagi Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas MH Thamrin Jakarta

Diharapkan penelitian ini dapat menambah kepustakaan program studi Sarjana Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas MH Thamrin Jakarta dan dapat dijadikan sebagai dasar untuk penelitian lebih lanjut dan komprehensif

1.4.4. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan dapat menjadi pedoman dalam mengembangkan penelitian tentang hubungan stres dan mekanisme coping dengan kualitas hidup pada penderita Hipertensi di klinik Polres Metro Jakarta Barat.