

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan isu kesehatan utama di dunia, karena menjadi faktor risiko tertinggi dari berbagai penyakit kardiovaskular, serta belum sepenuhnya terkelola dengan baik di berbagai belahan dunia. Hipertensi di definisikan sebagai kondisi medis yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah secara abnormal dan berkelanjutan pada beberapa kali pemeriksaan tekanan darah. Hal ini terjadi akibat adanya satu atau lebih faktor risiko yang tidak berjalan sebagaimana mestinya dalam mempertahankan tekanan darah tetap dalam batas normal. Dikatakan hipertensi apabila tekanan darah sistolik >140 mmHg dan tekanan darah diastolik >90 mmHg. Hipertensi seringkali memicu perubahan pada pembuluh darah, yang dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah yang lebih tinggi (Norkhalifah, 2022). Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang sering terjadi pada lansia, terutama pada usia 60 tahun ke atas. Kondisi ini disebabkan oleh penurunan fungsi organ-organ tubuh secara menyeluruh pada usia lanjut, khususnya sistem kardiovaskular, sehingga meningkatkan risiko terjadinya peningkatan tekanan darah atau hipertensi (Rahma, 2022). Selain itu, lansia dengan hipertensi seringkali mengalami permasalahan psikologis. Permasalahan psikologis merupakan kondisi yang banyak dialami lansia, terutama munculnya kecemasan akibat ketakutan dan ketidaktahuan lansia tentang apa yang di alami dan apa yang akan terjadi selanjutnya (Faijurahman, 2022).

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) 2025 prevalensi hipertensi pada tahun 2024 sebanyak 1,4 miliar jiwa dimana berada pada rentang usia 30-79 tahun. Hipertensi merupakan penyebab kematian tertinggi ke-10 di dunia. Asia Tenggara menduduki peringkat ketiga dari seluruh dunia dengan prevalensi hipertensi tertinggi (25%) setelah Afrika dan Mediterania Timur. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) pada tahun 2023 prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 602.982 jiwa atau sebesar 31,1%. Sedangkan berdasarkan kelompok usia, di Indonesia prevalensi hipertensi pada kelompok umur 18-24 tahun sebesar 11,1% pada kelompok umur 25-34 tahun sebesar 17,8%, kelompok umur 35-44 sebesar 27,6% dan Pada kelompok umur 45-54 sebesar 39,5%, pada kelompok umur 55-64 sebesar 58,6% dan pada kelompok umur 75 tahun keatas sebesar 65,2%. Angka kejadian hipertensi di Indonesia sangat tinggi, terutama pada populasi lanjut usia (lansia). Prevalensi penderita hipertensi di Provinsi Jawa Timur sebesar 35% atau sekitar 89.343 jiwa (Survei Kesehatan Indonesia, 2023). Prevalensi penderita hipertensi di Ponorogo yang ditemukan adalah 315,191 dan diberikan pelayanan tercatat sebesar 50,1% dari total penderita hipertensi. Meskipun masih sangat jauh dari harapan, namun pencapaian ini sudah mengalami peningkatan dari tahun 2023 yang lalu. Dinas Kesehatan Kabupaten Ponorogo melaporkan bahwa jumlah penderita hipertensi di Kecamatan Kauman sebanyak 15.402 jiwa, dimana 2.323 nya adalah lansia. Dari jumlah tersebut, pelayanan kesehatan terbagi pada dua pusat pelayanan, dimana Puskesmas Kauman Baru mencatat sebanyak 11.574 jiwa penderita hipertensi (Dinkes Ponorogo, 2024).

Hipertensi dapat muncul akibat penurunan elastisitas dinding aorta, katup jantung menebal dan menjadi kaku, serta kehilangan kemampuan jantung dalam memompa

darah, serta terjadi depresiasi pada elastisitas pembuluh darah dan meningkatnya resistensi pembuluh darah perifer. Setelah lebih dari dua dekade, kemampuan jantung untuk memompa darah mengalami penurunan sebesar 1% setiap tahunnya, yang berujung pada pengurangan kontraksi serta volume darah yang dipompa. Di samping penurunan fungsi fisiologis sistem kardiovaskuler, lansia juga harus menghadapi berbagai tantangan dan tekanan hidup yang dapat memicu respons di dalam diri mereka (Fitrianti & Putri, 2018). Pada lansia terjadi perubahan kardiovaskular yang dipengaruhi oleh berapa perubahan fungsi, yaitu bertambahnya massa jantung, ventrikel kiri mengalami hipertrofi, dan kemampuan peregangan jantung berkurang karena perubahan pada jaringan ikat dan penumpukan lipofusin. Kemampuan arteri dalam menjalani fungsinya berkurang sampai 50%, pembuluh darah kapiler mengalami penurunan elastisitas dan permeabilitas. Sehingga terjadi perubahan fungsional berupa kenaikan tahanan vascular sehingga menyebabkan peningkatan tekanan sistole dan penurunan perfusi jaringan (Sumarta, 2020).

Lanjut usia merupakan fase kehidupan yang ditandai dengan proses penuaan alami yang menyebabkan penurunan kondisi fisik, psikologis, dan sosial. Seiring bertambahnya usia, kemampuan fisik dan psikologis lansia cenderung mengalami gangguan akibat penurunan fungsi sistem imun serta ketidak optimalan pemenuhan kebutuhan fisiologis, sehingga meningkatkan risiko terjadinya berbagai masalah kesehatan, salah satunya hipertensi. Tekanan darah pada lansia dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik fisik maupun psikologis, di antaranya status nutrisi, tingkat aktivitas fisik, kualitas tidur, dan kondisi psikologis. Permasalahan psikologis merupakan kondisi yang banyak dialami lansia, terutama munculnya perasaan cemas terhadap kondisinya saat

hipertensi. Terdapat empat belas hal utama yang berhubungan dengan kondisi psikologis lansia yang memicu kondisi hipertensi yaitu kesepian, isolasi sosial, kehilangan, kemiskinan, perasaan ditolak, perjuangan menemukan makna hidup, ketergantungan, perasaan tidak berguna, tidak berdaya dan putus asa, ketakutan terhadap kematian, sedih karena kematian orang lain, kemunduran fisik dan mental depresi, dan rasa penyesalan terhadap hal-hal yang lampau (Faijurahman, 2022). Pada lansia seringkali ditemukan hipertensi sistolik terisolasi. Sebaliknya, pada dewasa muda lebih sering dijumpai hipertensi dengan peningkatan tekanan diastolik tanpa peningkatan tekanan sistolik. Dampak hipertensi secara fisik dapat terlihat dengan adanya penyumbatan arteri coroner dan infark, hipertrofi ventrikel kiri, gagal jantung, memicu gangguan serebrovaskular dan arteriosclerosis coroner, hingga kematian. Dampak secara psikologis pada penderita hipertensi diantaranya pasien merasa hidupnya tidak berarti akibat kelemahan dan proses penyakit yang merupakan *long life disease*. Dengan adanya peningkatan tekanan darah ke otak pada lansia menyebabkan lansia sulit berkonsentrasi, sehingga berdampak pada hubungan sosial yaitu sulit bersosialisasi (Prastika & Siyam, 2021).

Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menimbulkan kecemasan pada lansia. Proses pengobatan yang relatif lama dan melelahkan ini, merupakan sebuah bentuk penyiksaan bagi penderitanya terutama pada lansia, serta dapat menimbulkan risiko komplikasi penyakit serius lainnya seperti serangan jantung, gagal jantung, stroke, gagal ginjal dan dapat memperpendek usia. Permasalahan kecemasan pada lansia penderita hipertensi juga dapat diakibatkan karena masalah finansial, biaya perawatan jangka panjang dan berkala, yang menjadi beban penderita. (Ridwan, 2017).

Kecemasan merupakan suatu kondisi patologis, yang mencakup respon yang tidak diharapkan atau tidak wajar dalam perilaku maupun fungsi neurovegetatif. Kecemasan dianggap wajar apabila tingkat kecemasan tidak berlebihan, tetapi jika sudah mencapai kecemasan berat dapat menjadi masalah serius (Gaol & Marmata, 2022). Di Indonesia prevalensi kecemasan akibat hipertensi sebesar 7% untuk usia 55-64 tahun, sedangkan pada usia 65-75 tahun keatas sebesar 9,8%. Hal ini menunjukkan bahwa lansia memiliki risiko mengalami kecemasan akibat hipertensi (Yuniartika & Murti, 2020).

Upaya untuk menurunkan kecemasan pada pasien hipertensi adalah manajemen stres melalui penerapan teknik relaksasi benson. Pada penelitian Yulendasari & Djamaludin (2021) menunjukkan bahwa teknik ini efektif dalam menurunkan tekanan darah, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Relaksasi benson bekerja dengan menghambat aktivitas sistem saraf otonom dan sistem saraf pusat serta meningkatkan aktivitas parasimpatis, yang ditandai dengan penurunan ketegangan otot rangka, penurunan tonus otot jantung, dan perubahan fungsi neuroendokrin. Selain itu pada penelitian Norkhalifah (2022) menunjukkan bahwa ada perubahan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan terapi hipnotis lima jari pada ketiga pasien. Hipnotis lima jari merupakan salah satu teknik relaksasi yang memanfaatkan kekuatan pikiran. Teknik ini diawali dengan meminta klien untuk menutup mata secara perlahan serta menarik napas dalam dan perlahan guna menimbulkan rasa rileks. Selanjutnya, klien diarahkan untuk mengosongkan pikiran dari hal-hal yang mengganggu dan memusatkan perhatian pada bayangan yang menyenangkan, sehingga tercipta perasaan tenang dan nyaman.

1.2 Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dari uraian diatas, maka pada penelitian ini peneliti akan melihat gambaran tingkat kecemasan pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kauman Baru Ponorogo tahun 2026.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dari uraian diatas, maka rumusan masalah yaitu bagaimana “Gambaran Tingkat Kecemasan pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kauman Baru Ponorogo Pada Tahun 2026?”

1.4 Tujuan Penulisan

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui gambaran tingkat kecemasan pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kauman Baru Ponorogo pada tahun 2026.

1.4.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik lansia penderita hipertensi meliputi usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan dan status perkawinan.
- b. Menganalisa tingkat kecemasan pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kauman Baru Ponorogo berdasarkan usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan dan status perkawinan.

1.5 Manfaat Penulisan

1.5.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai informasi tentang gambaran tingkat kecemasan pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kauman Ponorogo tahun 2026.

1.5.2 Manfaat Praktis

a. Bagi responden

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi dan berkontribusi dalam meningkatkan pengetahuan lansia mengenai tingkat kecemasan, sehingga diharapkan mampu menurunkan kecemasan yang dialami.

b. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai data dasar dalam mengembangkan penelitian berikutnya terutama tentang gambaran tingkat kecemasan pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kauman Ponorogo.

c. Bagi institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan ajar mata kuliah keperawatan gerontik dan mengembangkan teori-teori yang sudah ada.

d. Bagi pelayanan kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dan informasi bagi pelayanan kesehatan untuk meningkatkan asuhan keperawatan gerontik pada lansia penderita hipertensi dalam menurunkan tingkat kecemasan.