

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Lansia adalah suatu proses menua individu yang ditandai dengan bertambahnya usia sehingga menyebabkan adanya penurunan fungsi organ tubuh seperti otak, jantung, hati dan ginjal serta meningkatnya disfungsi jaringan aktif dalam tubuh. Jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia semakin meningkat sehingga kemungkinan besar dapat menimbulkan banyak permasalahan yang cukup mengkhawatirkan baik dari masalah fisik maupun psikososial. Individu dikatakan lanjut usia apabila berumur 65 tahun keatas. Lanjut usia bukanlah suatu masalah, akan tetapi merupakan suatu proses kehidupan yang ditandai dengan disfungsi kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan lingkungan sosial. Usia lanjut dikatakan sebagai tahap akhir dari proses kehidupan manusia, dimana setiap individu akan mengalami yang namanya proses menua sehingga fungsi tubuh tidak dapat berjalan dengan normal.

Pada lansia yang mengalami masalah kesehatan akan menimbulkan rasa takut yang tidak jelas secara terus-menerus, sehingga menyebabkan mereka berfikir bahwa dirinya tidak mampu lagi untuk melakukan pekerjaan atau aktivitas sehari-hari yang akan membuatnya merasa terganggu, kesepian, sedih, depresi, merasa takut bahkan cemas. Kecemasan merupakan suatu

masalah kesehatan jiwa yang sering muncul terhadap individu terutama pada lanjut usia. Rasa takut dan cemas pada lansia secara tidak langsung akan mengakibatkan masalah psikologis, dimana lansia tersebut akan merasa stres akan kondisi dirinya sehingga dapat menimbulkan masalah baru yang lebih serius seperti halnya penyakit hipertensi yang paling banyak diderita oleh lansia.

Hipertensi merupakan suatu penyakit yang paling sering di jumpai oleh masyarakat dengan jumlah penderita yang terus-menerus meningkat setiap tahunnya. Hipertensi juga dikatakan suatu penyakit yang membunuh secara diam-diam yang penyebabnya masih belum diketahui secara pasti. Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi adalah keadaan individu yang mempunyai riwayat penyakit tekanan darah diatas normal sehingga menyebabkan resiko terjadinya angka kesakitan dan angka kematian.

Menurut data *World Health Organization*, diseluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% orang menderita hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% ditahun 2025. Dari 972 juta orang yang menderita hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara berkembang, termasuk Indonesia. Prevalensi hipertensi meningkat dengan bertambahnya usia. Pada kelompok umur 25-34 tahun sebesar 7%. Jumlahnya meningkat menjadi 16% pada kelompok umur 33-44 tahun dan meningkat lagi menjadi 29% pada kelompok umur 60 tahun atau lebih (WHO, 2011).

Menurut data Riskesdas Provinsi Jawa Timur prevalensi penyakit hipertensi mencapai 26,2%. Prevalensi penyakit hipertensi tertinggi terdapat pada kelompok usia  $\geq 75$  tahun yaitu 62,4% (BPPK Kemenkes, 2013). Berdasarkan data prevalensi hipertensi dari Dinas Kesehatan Kabupaten Sumenep pada tahun 2014 didapatkan bahwa penderita hipertensi lansia berjumlah 17.621 jiwa dengan usia 60-69 tahun menjadi usia terbanyak. Berdasarkan data pada tahun 2017 di UPT Puskesmas Talango didapatkan bahwa penderita hipertensi dengan usia 45-59 tahun sebanyak 118 jiwa, sedangkan untuk usia 60 tahun ke atas sebanyak 171 jiwa.

Berdasarkan survey awal yang dilakukan didapatkan saat wawancara di desa Gapurana Kecamatan Talango, dari 10 orang lansia yang mengalami hipertensi, ada 5 lansia mengatakan bahwa dirinya, lebih sensitif, mudah marah, sering pusing, gampang tersinggung dengan ucapan orang lain, dan ada 3 lansia selalu bertanya tentang penyakitnya yang diderita saat ini. Disamping itu ada 2 lansia mengatakan bahwa dirinya biasa saja dengan penyakit yang dideritanya sehingga tidak terlalu menganggap serius akan penyakitnya.

Pada lanjut usia yang menderita hipertensi sering kali mengalami kecemasan, karena mereka berfikir bahwa dirinya tidak dapat melakukan aktivitas seperti biasanya. Kecemasan sangat berpengaruh pada lansia yang menderita hipertensi, karena dapat menyebabkan pembuluh darah semakin menyempit sehingga tekanan darah akan meningkat dan melebihi batas

normal. Sekitar 90% penyebab hipertensi belum diketahui secara pasti yang disebut dengan hipertensi esensial (primer), sekalipun diketahui penyebabnya terdapat beberapa teori yang mengatakan bahwa hipertensi disebabkan oleh adanya faktor genetik, perubahan hormon, dan perubahan simpatis. Sedangkan hipertensi yang disebabkan oleh adanya masalah kesehatan atau gangguan penyakit tertentu disebut hipertensi sekunder (Arif Muttaqin, 2009).

Keadaan tubuh lansia yang mempunyai riwayat hipertensi akan kembali normal, apabila lansia tersebut dapat mengendalikan faktor penyebab terjadinya hipertensi. Akan tetapi faktor-faktor psikologis pada lansia sangat berpengaruh terhadap proses pencegahan hipertensi. Kemampuan fisik yang dialami oleh lansia, mengakibatkan lansia tersebut merasa takut dan cemas karena penyakit yang diderita tidak dapat sembuh seperti semula bahkan semakin memburuk sehingga harapan untuk sembuh menjadi semakin menurun. Ketika individu merasa cemas, individu tersebut merasa tidak nyaman, takut bahkan merasa panik dan berfikir negatif terhadap lingkungan disekitarnya.

Hipertensi pada lansia dapat diminimalisir dengan cara menjauhi faktor-faktor penyebab hipertensi yaitu, mengatur gaya hidup dan pola makan yang sehat, mengatur penurunan berat badan, pembatasan alkohol, natrium, tembakau, mengurangi konsumsi garam yang berlebihan dan melakukan kegiatan aktivitas setiap hari dengan berolahraga secara teratur serta melakukan teknik-teknik relaksasi untuk mengurangi stres akibat kecemasan.

Kecemasan pada lansia yang menderita hipertensi dapat dicegah dengan melakukan teknik relaksasi seperti latihan pernafasan yang bertujuan untuk mengurangi rasa cemas dan kegelisahan lansia yang menderita hipertensi, serta melakukan teknik relaksasi dengan terapi musik agar lansia tersebut merasa lebih tenang dan sejahtera (Arif Muttaqin, 2009).

Berdasarkan wawancara dan presentase lanjut usia yang menderita hipertensi di desa Gapurana Kecamatan Talango, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Desa Gapurana Kecamatan Talango Kabupaten Sumenep”. Kajian tersebut diharapkan menjadi salah satu upaya untuk mencegah atau mengurangi tingkat kecemasan pada lansia yang menderita hipertensi dan mempertahankan kualitas hidup para lansia di masa yang akan datang.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Adakah hubungan tingkat kecemasan dengan kejadian hipertensi pada lansia di desa Gapurana Kecamatan Talango Kabupaten Sumenep?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui tingkat kecemasan dengan kejadian hipertensi pada lansia di desa Gapurana Kecamatan Talango

### 1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pada lansia di desa Gapurana Kecamatan Talango
- b. Mengidentifikasi hipertensi pada lansia di desa Gapurana Kecamatan Talango
- c. Menganalisis hubungan tingkat kecemasan dengan kejadian hipertensi pada lansia di desa Gapurana Kecamatan Talango.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Bagi Lansia

Untuk memotivasi lansia yang menderita hipertensi agar lebih menjaga kesehatannya dan bisa memenuhi kebutuhan hidupnya sendiri tanpa bantuan orang lain.

### 1.4.2 Manfaat bagi Peneliti

Sebagai pedoman bagi peneliti tentang bagaimana meneliti hubungan tingkat kecemasan pada lansia yang menderita hipertensi dan menambah pengetahuan bagi peneliti untuk meneliti fenomena-fenomena lain yang terjadi ditempat kerja.

#### 1.4.3 Manfaat bagi Puskesmas

Sebagai acuan agar dalam memberikan pelayanan kesehatan pada lansia khususnya dengan hipertensi tetap diperhatikan dengan perubahan psikologis yang terjadi pada lansia terutama tingkat kecemasannya.

#### 1.4.4 Manfaat bagi tenaga keperawatan di Puskesmas

Meningkatkan kemampuan dan ketrampilan tenaga perawat di Puskesmas dalam mengkaji dan mengaplikasikan asuhan keperawatan lansia dengan hipertensi tanpa mengabaikan sedikit pun faktor psikologis yang dialami oleh lansia tersebut.

