

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Stres merupakan istilah populer yang sering digunakan dalam perbincangan sehari-hari. Penggunaannya tidak terbatas pada kalangan tertentu. Konsep stres pertama kali diperkenalkan oleh Hans Selye, seorang ahli fisiologi Kanada pada tahun 1936, melalui penelitiannya yang menganalisis hubungan rangsangan lingkungan dan kesehatan dengan melacak reaksi-reaksi hormonal berantai yang sebagai akibat adanya tekanan emosi yang berlebihan pada seseorang. Tekanan emosional yang berkelanjutan dapat menyebabkan kematian (Subowo, 1993).

Masalah stres sangat menarik untuk dibahas, karena merupakan bagian dari kehidupan sehari-hari yang menuntut penyesuaian diri dari masalah yang dapat mengganggu keseimbangan tubuh berupa gangguan badan (stres fisik) atau gangguan jiwa (stres psikis) yang bersumber pada frustrasi, konflik, tekanan atau krisis (Maramis, 1980). Telah banyak penelitian yang membuktikan bahwa stres mempunyai pengaruh besar pada proses sehat dan sakit baik terhadap fisik maupun psikis (Mc Quade & Alkman, 1991).

Tidak semua orang akan mengalami gangguan jiwa, tingkah laku dan gangguan jasmani bila mengalami stres. Keadaan ini tergantung pada

terhadap stres, posisi sosial, keadaan keluarganya, serta penghargaan masyarakat terhadap orang tersebut (Prawiroharjo, 1985).

Daya tahan terhadap stres yang sering disebut sebagai daya tahan terhadap frustrasi (stress tolerance) tidak selalu sama pada masing-masing individu. Setiap orang mempunyai "titik kritis" dimana yang bersangkutan karena dibebani stressor tertentu mulai goyah dan runtuh (Setyonegoro, 1981).

Sudah lama diketahui bahwa stres atau ketegangan jiwa (rasa tertekan, murung, rasa marah, dendam, rasa takut, rasa bersalah) dapat merangsang kelenjar anak ginjal melepaskan hormon adrenalin dan memacu jantung berdenyut lebih cepat serta lebih kuat sehingga tekanan darah akan meningkat (Gunawan, 2001). Meningkatnya Tekanan Darah Sistol (TDS) dan Tekanan Darah Diastol (TDD), meningkatnya sirkulasi kadar katekolamin, cortisol, vasopresin, endorfin, aldosteron dan penurunan ekskresi sodium di urine merupakan respon dari rangsangan stres akut intervensi pengendalian stres seperti relaksasi, meditasi dan *bio feed back* mampu mencegah dan mengobati hipertensi (Schrall, *et. al.*, 1990).

Hubungan antara stres dengan hipertensi, diduga melalui aktivitas saraf simpatik yang dapat meningkatkan tekanan darah secara intermiten. Apabila stres menjadi berkepanjangan, dapat berakibat tekanan darah menetap tinggi. Hal ini secara pasti belum terbukti, akan tetapi pada binatang percobaan dibuktikan, pemaparan terhadap stres membuat binatang tersebut hipertensi. Pada survei hipertensi, pada masyarakat kota didapatkan angka prevalensi yang lebih tinggi dibandingkan dengan masyarakat pedesaan (Sugiri *et. al.* 1996).

Salah satu faktor yang mempermudah terjadinya hipertensi adalah stres psikososial. Gangguan semacam ini dalam psikiatri termasuk dalam gangguan psikosomatik atau sekarang disebut sebagai faktor psikologis yang mempengaruhi kondisi fisik (Lipowski, 1980; Ditkeswa, 1983; Kaplan, 1994). Stres atau konflik emosional sering mendahului terjadinya gangguan psikosomatik termasuk hipertensi (Lachman, 1972; Lipowski, 1980). Terdapat teori mengenai terjadinya gangguan psikosomatik, antara lain adalah teori profil kepribadian. Dalam teori ini mengatakan bahwa watak, sikap, kebiasaan dan kecenderungan bereaksi dan komponen lain dari keperibadian berperan penting dalam mempengaruhi berkembangnya gangguan psikosomatik. Dalam PPDGJ II gangguan psikosomatik disebut sebagai faktor psikologis yang mempengaruhi kondisi fisik (Ditkeswa, 1983).

B. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui hubungan antara stres dengan hipertensi di poliklinik penyakit dalam RSUD Muhammadiyah Yogyakarta.

C. Keaslian Penelitian

Penelitian tentang hubungan stres dengan hipertensi telah banyak dilakukan. Di Semarang penelitian tentang hipertensi pada masyarakat kota dan hipertensi pada masyarakat pedesaan telah dilakukan oleh Hermaji dan Sugiri (1981) akan tetapi penelitian tentang hubungan stres dengan hipertensi pada