



HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA KELOMPOK RESIKO TINGGI HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KUMELEMBUAI

Glorya Saroinsong¹, Agusteivie Telew², Vera Tombokan³

^{1,2,3}Ilmu Kesehatan Masyarakat, Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Masyarakat, Universitas Negeri Manado, Tondano, Indonesia
Email: gloryaferonika08@gmail.com

Abstract

Stress is a physical and emotional reaction of a person to environmental changes that require adjustment. Hypertension is a condition where there is an abnormal and persistent increase in blood pressure, caused by risk factors that do not function properly in maintaining normal blood pressure levels. This research aims to determine the relationship between stress levels and the incidence of hypertension in high-risk groups in the working area of the Kumelembuai Community Health Center. This research uses a cross-sectional design and was conducted in Paslaten Village, Minahasa Regency. The instrument used is the Depression Anxiety Stress Scales questionnaire. (DASS 42). Data analysis was conducted using the chi-square test. The research results indicate that 44.2% of respondents experienced low stress, 55.8% experienced moderate stress, and no respondents experienced high stress. A total of 93% of respondents had stage I hypertension, while 7% had stage II hypertension. The chi-square test results showed a p-value of 0.044, which means there is a significant relationship between stress levels and the occurrence of hypertension in the high-risk hypertension group in the working area of the Kumelembuai Community Health Center.

Keywords: *Stress levels, incidence of hypertension*

Abstrak

Stres adalah reaksi fisik dan emosional seseorang terhadap perubahan lingkungan yang membutuhkan penyesuaian diri. Hipertensi adalah kondisi di mana terjadi peningkatan tekanan darah yang abnormal dan berkelanjutan, yang disebabkan oleh faktor risiko yang tidak berfungsi dengan baik dalam menjaga tekanan darah tetap normal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dan kejadian hipertensi pada kelompok risiko tinggi di wilayah kerja Puskesmas Kumelembuai. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* dan dilaksanakan di Desa Paslaten, Kabupaten Minahasa. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner Depression Anxiety Stress Scales (DASS 42). Analisis data dilakukan dengan uji chi-square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 44,2% responden mengalami stres rendah, 55,8% mengalami stres sedang, dan tidak ada responden yang mengalami stres tinggi. Sebanyak 93% responden mengalami hipertensi stadium I, dan 7% mengalami hipertensi stadium II. Hasil uji chi-square menunjukkan nilai p sebesar 0,044, yang berarti terdapat hubungan signifikan antara tingkat stres dan kejadian hipertensi pada kelompok risiko tinggi hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kumelembuai.

Kata kunci: *Tingkat stres, kejadian hipertensi*

Penulis Korespondensi:

Glorya Saroinsong | gloryaferonika08@gmail.com

PENDAHULUAN

Stres adalah reaksi seseorang baik secara fisik dan emosional apabila perubahan dari lingkungan yang mengharuskan seseorang untuk menyesuaikan diri. Stres dapat digolongkan menjadi tiga bagian, yaitu stres berat, stres ringan, dan stres sedang, juga stres tidak memandang usia. Stres dapat memicu adrenalin, yang memampahi jantung lebih cepat mengakibatkan tekanan darah meningkat. Hipertensi adalah penyakit berbahaya yang dapat mengakibatkan kematian dini. Semakin lama penyakit ini maka akan semakin bertambah-tambah. Pada tahun 2025, pada kurang lebih 1.5 milyar penduduk akan mengalami penyakit hipertensi. Indonesia memiliki kasus hipertensi sekitar 1,5 juta orang pertahun akan tidak 4% yang dapat dikendalikan.

Penyakit hipertensi tidak menular akan tidak memicu masalah kesehatan yang memunculkan penyakit lainnya. Hipertensi dapat dikontrol dengan menjaga tekanan darah agar tetap normal sehingga dapat mengurangi komplikasi pada organ tubuh lainnya yang dapat membahayakan penderita. Menurut WHO, penderita hipertensi dikelompokkan pada beberapa kelompok orang terkena hipertensi, yaitu orang tua, orang afrika, orang dengan keluarga hipertensi orang yang memiliki berat badan, orang yang malas bergerak, perokok, pecinta makanan asin, alkoholik, dan pengidap penyakit kronis.

METODE

Rancangan penelitian ini menggunakan rancangan desain *cross sectional* (potong-lintang) yang merupakan rancangan dalam penelitian ini mencakup semua jenis penelitian pengukuran variabel yang diteliti dan dilakukan satu kali pada satu saat. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh kelompok resiko tinggi hipertensi yang aktif melakukan kontrol dan tercatat pada data rekam medis, dimana terdiagnosis memiliki hipertensi di Puskesmas Kumelembuai dengan jumlah 75 orang dan Penentuan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Simple Random Sampling*, yaitu sebanyak 43 Sampel..

HASIL

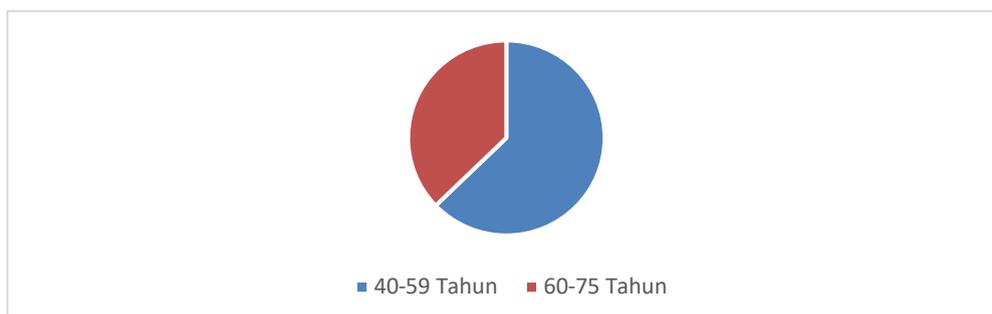
Analisis Univariat

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Variabel	Frekuensi	Persentase %
Usia Responden		
40-59 Tahun	27	62,8%
60-75 Tahun	16	37,2%
Total	43	100%

Dari penelitian yang telah dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Kumelembuai, diperoleh data dengan kelompok usia 40-59 Tahun sebanyak 27 Orang (62,8%) dan Usia 60-75 tahun sebanyak 16 orang (37,2%) Orang.

Gambar 1. Diagram Karakteristi Responden Berdasarkan Usia

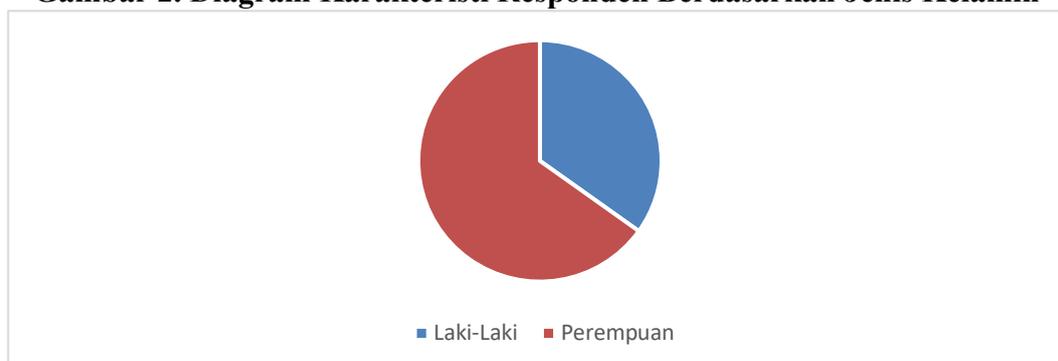


Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Variabel	Frekuensi	Persentase %
Jenis Pekerjaan		
Laki-Laki	15	34,9%
Perempuan	28	65,1%
Total	43	100%

Dari penelitian yang telah dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Kumelembuai, diperoleh responden berdasarkan Jenis Kelamin yaitu sebanyak 15 Orang (34,9%) untuk responden berjenis kelamin Laki-laki dan sebanyak 28 Orang (65,1%) untuk jenis kelamin Perempuan.

Gambar 2. Diagram Karakteristi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

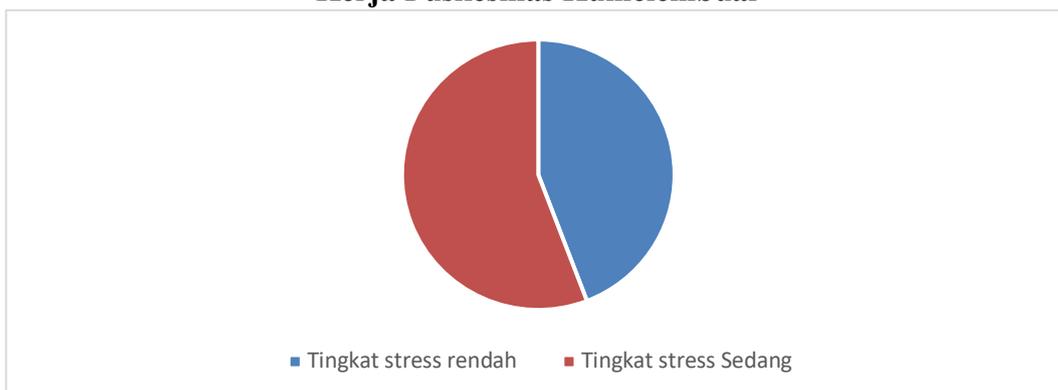


Tabel 3. Tingkat Stres Kelompok Resiko Tinggi Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kumelembuai

Variabel	Frekuensi	Persentase %
Tingkat Stres Rendah	19	44,2%
Tingkat Stres Sedang	24	55,8%
Tingkat Stres Tinggi	-	-
Total	43	100%

Dari penelitian yang telah dilaksanakan wilayah kerja Puskesmas Kumelembuai, diperoleh responden pada Kategori Tingkat stress rendah sebanyak 19 Orang (44,2%) dan responden dengan kategori Tingkat stress sedang sebanyak 24 Orang (55,8%). Sedangkan untuk responden dengan kategori Tingkat stress tinggi tidak ada.

Gambar 3. Diagram Tingkat Stres Kelompok Resiko Tinggi Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kumelembuai

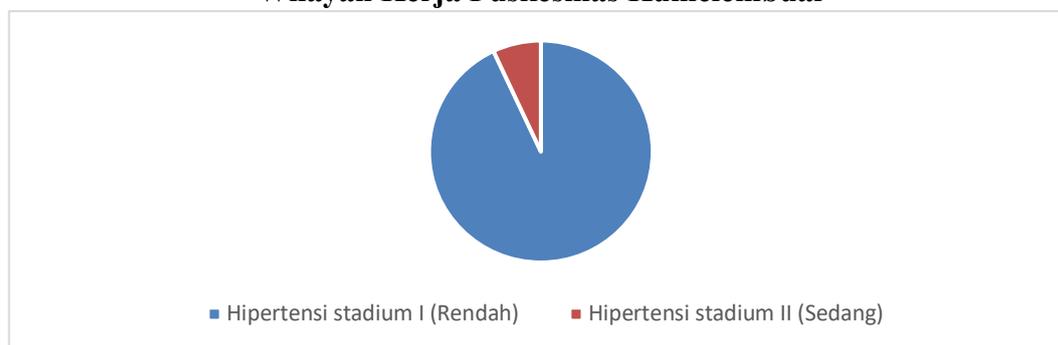


Tabel 4. Kejadian Hipertensi Kelompok Resiko Tinggi Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kumelembuai

Variabel	Frekuensi	Persentase %
Hipertensi Stadium I (Rendah)	40	93,0%
Hipertensi Stadium II (Sedang)	3	7,0%
Hipertensi Stadium III (Tinggi)	-	-
Total	43	100%

Dari penelitian yang telah dilaksanakan di Wilayah kerja Puskesmas Kumelembuai, diperoleh responden yang mengalami Hipertensi Stadium I (Rendah) sebanyak 40 orang (93,0%) dan responden yang mengalami Hipertensi Stadium II (Sedang) sebanyak 3 orang (7,0%).

Gambar 4. Gambaran Kejadian Hipertensi Kelompok Resiko Tinggi Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kumelembuai



Analisis Bivariat

Dari penelitian yang dilaksanakan di Wilayah kerja Puskesmas Kumelembuai, Peneliti melakukan uji *Chi Square* untuk melihat hipotesis korelatif antara Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Kelompok Resiko Tinggi Hipertensi.

Tabel 5. Hasil Uji Chi Square

Tingkat Stres	Kejadian Hipertensi				Total	P-value
	Hipertensi Stadium I (Rendah)		Hipertensi Stadium II (Sedang)			
	f	%	F	%		
Tingkat Stres Rendah	16	82,4%	3	15,8	19	100%
Tingkat Stres Sedang	24	100%	0	0%	24	100%
Total	40	93,3%	3	7,0%	43	100%

Berdasarkan Tabel tabulasi silang antara Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi, diketahui sebanyak 16 responden yang memiliki tingkat stress rendah yang mengalami Kejadian Hipertensi Stadium I (Rendah) dan 3 responden mengalami tingkat stress rendah yang mengalami Kejadian Hipertensi Stadium II (Sedang). Selanjutnya terdapat 24 memiliki tingkat stress sedang yang mengalami Kejadian Hipertensi Stadium I (Rendah). Sedangkan

untuk responden yang berada pada kategori stres sedang tidak ada yang mengalami Kejadian Hipertensi Stadium II (Sedang).

PEMBAHASAN

Penelitian ini berfokus pada karakteristik demografi penduduk usia 40-59 tahun di Kumelembuai, dengan 62,8% responden berusia 40-59 tahun dan 37,2% berusia 60-75 tahun. Distribusi menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah laki-laki (65,1%), sedangkan perempuan mencakup 34,9% dari total responden. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan dalam tingkat risiko dan stres antara laki-laki dan perempuan dalam kelompok berisiko tinggi.

Studi ini juga meneliti tingkat stres di antara kelompok berisiko tinggi di tempat kerja Kumelembuai. Dari 19 responden, 44,2% mengalami stres tinggi, yang menunjukkan bahwa individu dapat mengelola stres secara efektif. Namun, 55,8% responden mengalami stres tinggi, yang menunjukkan bahwa stres merupakan masalah yang signifikan di tempat kerja. Studi ini menunjukkan bahwa intervensi harus lebih efektif dalam mengelola individu yang mengalami stres tinggi.

Hasilnya menunjukkan bahwa individu yang memiliki tingkat stres tinggi memiliki potensi untuk mengelola stres tetapi memerlukan tindakan yang lebih intensif untuk mengurangi tingkat stres. Program pengelolaan stres yang komprehensif dan lingkungan kerja yang mendukung akan bermanfaat dalam meningkatkan kondisi kehidupan dan mengurangi kelompok berisiko tinggi dalam populasi.

Studi ini juga meneliti tingkat stres di antara kelompok berisiko tinggi di tempat kerja Kumelembuai. Dari 40 responden, 93,0% mengalami stres tinggi, yang menunjukkan bahwa individu dalam kelompok berisiko tinggi memiliki tingkat stres tinggi tetapi tidak mengalami kemajuan yang signifikan. Hal ini menunjukkan perlunya intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup dan mengurangi kelompok berisiko tinggi di tempat kerja. Sebagai kesimpulan, penelitian ini menyoroti pentingnya mengatasi tingkat stres di antara kelompok berisiko tinggi di tempat kerja Kumelembuai. Dengan berfokus pada faktor-faktor ini, intervensi dapat lebih efektif dan bermanfaat dalam mengurangi populasi berisiko tinggi.

KESIMPULAN

Responden pada Kategori Tingkat stress rendah sebanyak 19 Orang (44,2%) dan responden dengan kategori Tingkat stress sedang sebanyak 24 Orang (55,8%). Sedangkan untuk responden dengan kategori Tingkat stress tinggi tidak ada. Responden yang mengalami Hipertensi Stadium I (Rendah) sebanyak 40 orang (93,0%) dan responden yang mengalami Hipertensi Stadium II (Sedang) sebanyak 3 orang (7,0%). Ada Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Kelompok Resiko Tinggi Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kumelembuai.

DAFTAR PUSTAKA

- Fitriyani, Y., Sugiarto, S., & Wuni, C. (2020). Faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi esensial di desa kemingking dalam kabupaten muaro jambi. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 6(1), 449-458.
- Tri Ayu, I. (2023). *PENGARUH TERAPI MURROTAL AL-QUR'AN TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN HIPERTENSI* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).
- Situmorang, F. D. (2020). Hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada anggota prolans di Wilayah Kerja Puskesmas Parongpong. *Klabat Journal of Nursing*, 2(1), 11-18.

- Pujiastuti, C., Hindriyastuti, S., & Winarsih, B. D. (2022). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pasien Rawat Inap Di Rumah Sakit Mardi Rahayu Kudus. *The Shine Cahaya Dunia D-Iii Keperawatan*, 7(01).
- Sugiyanto, M. P. (2022). Hubungan Tingkat Stress Terhadap Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Adiyoswa Kelurahan Kedawung. *Jurnal Multidisiplin Dehasen (MUDE)*, 1(4), 543-552.
- American Heart Association. 2016. *High Blood Pressure*. <http://www.heart.org/ide/groups/heart-public/@wcm/@hcm/ucm-300310.pdf>. Diakses pada Juni 2023.
- Dedik, Budiyanto. 2023. Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Hipertensi Di Dusun Danutojo Desa Gondoruso Kabupaten Lumajang. *Profesional Health Journal*, Volume 4, Nomor 2sp, Juni 2023, 144-157.
- Fanny, Damayanti, Situmorang. 2020. Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Anggota Plolanis Di Wilayah Kerja Puskesmas Parongpong. *Klabat Journal of Nursing*, Volume 2, Nomor 1, April 2020, e-ISSN: 2685-7154.
- Mila, Mulia, Riskia. 2021. Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. Skripsi, Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan dr.Soebandi Jember. Jember: Yayasan Pendidikan *Jember International School(JIS)*.
- Mita, Putri, Sugiyanto. 2022. Hubungan Stress Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Lansia Kelurahan Kedawung. *Jurnal Multi Disiplin Dehasen (MUDE)*, Volume 1, Nomor 4, Oktober 2022, 543-552.
- Muh, Syahril Rafsanjani. 2019. Hubungan Kadar High Density Lipoprotein (HDL) Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Profesi Medika*, Volume 13, Nomor 2, 2019.
- Nurul, Fitriyah. 2021. Hubungan Tingkat Stress Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. Skripsi, Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan dr.Soebandi Jember. Jember: Yayasan Pendidikan *Jember International School(JIS)*.
- Pascoe, M. C., Hetrick, S. E., & Parker. 2020. The Impact of Stress on Students in Secondary School and Higher Education. *International Journal of Adolescence and Youth*, Volume 25, Number 1, 104-112.
- Upik, Pebriyani. 2022. Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Angka Kejadian Hipertensi Pada Usia Produktif Di Puskesmas Kedaton Bandar Lampung. *Jurnal Medula*, Volume 12, Nomor 2, Juli 2022.
- Sugiyono. 2016. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Windani, C., Sari, M., Sumarni, N., & Rahayu, Y, S. 2019. Hubungan Stres Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kadungora Kabupaten Garut. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, Volume 4, Nomor 2.
- World Health Organization*. 2019. *Hypertension*. <https://www.who.int/health-topics/hypertension/#tab=tab-1>. Diakses pada Juni 2021.
- Yulistina, F., Deliana, S. M., % Rustiana, E. R. 2017. Korelasi Asupan Makanan, Stres, Dan Aktifitas Fisik Dengan Hipertensi Pada Usia Menopause. *Unnes Journal of Public Health*, Volume 6, Nomor 1.