

JURNAL EDUHEALTH

Volume 3 Nomor 2, September 2013

Evaluasi Pasca Revitalisasi Pelayanan Kesehatan Di Posyandu Kota Surabaya Tahun 2013

Stres Sebagai Faktor Terjadinya Peningkatan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi

Hubungan Jenis Kontrasepsi Suntik Dengan Perubahan Berat Badan

Hubungan Fungsi Afektif Keluarga Terhadap Kecerdasan Emosional Remaja

Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Ibu Dalam Memilih Makanan Sehari – Hari Dalam Keluarga Di RT 25 RW 09 Lingkungan Tirtoudan Kelurahan Tosaren

Penerapan Metode *Blended Learning* Berbasis ICT Untuk Meningkatkan Minat Dan Prestasi Belajar Pada Mata Kuliah Ilmu Sosial Budaya Dasar (ISBD) Di Prodi D-III Kebidanan FIK Unipdu Jombang

Perbandingan Penetapan Kadar Ketoprofen Tablet Secara Alkalimetri Dengan Spektrofotometri- Uv

Hubungan Antara Paritas Ibu Dengan Kejadian Postpartum Blues

Hubungan Antara Ketuban Pecah Dini Dan Kejadian Asfiksia Pada Bayi Baru Lahir

Pengaruh Stimulasi Kutaneus (*Slow Stroke Back Massage*) Terhadap Penurunan Nyeri Haid (*Dismenorea*)

Diterbitkan oleh :
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Pesantren Tinggi Darul Ulum Jombang

Jurnal EduHealth	Vol. 3	No. 2	Hal. 69-137	Jombang September 2013	ISSN 2087-3271
---------------------	--------	-------	----------------	---------------------------	-------------------

DAFTAR ISI

No	Judul	Halaman
1.	Evaluasi Pasca Revitalisasi Pelayanan Kesehatan Di Posyandu Kota Surabaya Tahun 2013 Achmad Zakaria	74 – 78
2.	Stres Sebagai Faktor Terjadinya Peningkatan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Khotimah	79 – 83
3.	Hubungan Jenis Kontrasepsi Suntik Dengan Perubahan Berat Badan Suyati	84 – 88
4.	Hubungan Fungsi Afektif Keluarga Terhadap Kecerdasan Emosional Remaja Nasrudin	89 – 96
5.	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Ibu Dalam Memilih Makanan Sehari – Hari Dalam Keluarga Di RT 25 RW 09 Lingkungan Tirtoudan Kelurahan Tosaren Ratna Wardani dan Yuan Prianggajati	97 – 102
6.	Penerapan Metode <i>Blended Learning</i> Berbasis ICT Untuk Meningkatkan Minat Dan Prestasi Belajar Pada Mata Kuliah Ilmu Sosial Budaya Dasar (ISBD) Di Prodi D-III Kebidanan FIK Unipdu Jombang Sri Banun Titi Istiqomah dan Ninik Azizah	103 – 113
7.	Perbandingan Penetapan Kadar Ketoprofen Tablet Secara Alkalimetri Dengan Spektrofotometri- Uv Susilowati Andari	114 – 119
8.	Hubungan Antara Paritas Ibu Dengan Kejadian <i>Postpartum Blues</i> Masruroh	120 – 125
9.	Hubungan Antara Ketuban Pecah Dini Dan Kejadian Asfiksia Pada Bayi Baru Lahir Ninik Azizah	126 – 129
10	Pengaruh Stimulasi Kutaneus (<i>Slow Stroke Back Massage</i>) Terhadap Penurunan Nyeri Haid (<i>Dismenorea</i>) Zuliani, Mukhoirotin dan Pujiani	130 – 134

STRES SEBAGAI FAKTOR TERJADINYA PENINGKATAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI

Khotimah

Prodi S1 Ilmu Keperawatan

Fakulta Ilmu Kesehatan

Universitas Pesantren Tinggi Darul Ulum Jombang

Email : khotimahhasan@yahoo.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan gangguan sistem peredaran darah yang ditandai oleh meningkatnya tekanan darah dalam tubuh. Seseorang yang menderita hipertensi dapat berpotensi mengalami komplikasi, seperti stroke dan penyakit jantung lainnya yang dapat berakibat fatal. Desain penelitian adalah *analitik observasional* dengan pendekatan *cross sectional*. teknik yang digunakan menggunakan *simple random sampling*. Pengumpulan data dengan cek list dan kuesioner, uji statistik dilakukan dengan menggunakan uji *Spearman Rho*. Dengan signifikan $\alpha < 0,05$. Hasil uji statistik didapatkan hasil signifikansi $\alpha = 0,000$ yang nilainya lebih kecil dari $\alpha < 0,05$ artinya stres dapat sebagai faktor terjadinya peningkatan tekanan darah pada penderita hipertensi. Stres memiliki peran yang sangat besar terhadap peningkatan tekanan darah, sehingga perlu melakukan manajemen stress terutama pada penderita hipertensi agar peningkatan tekanan darah dapat terkontrol.

Kata Kunci : Stres, Hipertensi

ABSTRACT

Hypertension is a circulatory system disorder characterized by increased blood pressure in the body . A person suffering from hypertension can potentially develop complications , such as stroke and other heart diseases that can be fatal . Hypertension is not known for certain contributing factors ,The study design was observational analytic cross sectional approach . used the technique using simple random sampling . Collecting data with check lists and questionnaires , statistical tests performed using Spearman Rho test . With significant $\alpha < 0.05$, The test results showed statistical significance of $\alpha = 0.000$, which value is smaller than $\alpha < 0.05$ means stress can be a factor in the increase in blood pressure In patients with hypertension. Stress has a major role to the increase in blood pressure , so it needs to conduct stress management, especially in patients with hypertension that increases in blood pressure can be controlled

Keywords : Stress , Hypertension

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah suatu gangguan pada sistem peredaran darah, yang cukup banyak mengganggu kesehatan masyarakat. Banyak orang tidak menyadari bahwa dirinya menderita hipertensi. Hal ini disebabkan gejalanya yang tidak nyata dan pada stadium awal belum meninggalkan gangguan yang serius pada kesehatannya (Gunawan, 2001). Hipertensi sering kali berakibat fatal dan apabila tidak di tangani dapat menimbulkan kerusakan organ tubuh, kerusakan organ tubuh tersebut antara lain jantung, ginjal, mata dan pembuluh darah (Parsudi, 2009). Kerusakan atau komplikasi tersebut tergantung pada ukuran tekanan darah, lama diderita, penanganannya dan faktor resiko lain (Soeharto, 2004).

Hipertensi 90% tidak diketahui secara pasti faktor penyebabnya, namun dari berbagai penelitian telah di temukan beberapa faktor yang sering menyebabkan terjadinya hipertensi. Salah satunya adalah [gaya hidup yang tidak sehat](#), contohnya adalah konsumsi garam yang tinggi, makanan berlebihan, minum alkohol dan merokok (Yuliarti, 2011). Selain gaya hidup, tingkat stress diduga berpengaruh terhadap peningkatan tekanan darah. seseorang mengalami stres katekolamin yang ada di dalam tubuh akan meningkat sehingga mempengaruhi mekanisme aktivitas saraf simpatis, dan terjadi peningkatan saraf simpatis, ketika saraf simpatis meningkat maka akan terjadi peningkatan kontraktilitas otot jantung sehingga menyebabkan curah jantung meningkat, keadaan inilah yang cenderung menjadi faktor mencetus hipertensi (Dekker, 1996).

Data yang diperoleh dari Puskesmas Peterongan pada September 2012 disebutkan penderita hipertensi yang memeriksakan diri di Puskesmas terus meningkat setiap bulan. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui Stress sebagai factor peningkatan tekanan darah pada

penderita hipertensi. Hipotesis penelitian adalah stres sebagai faktor terjadinya peningkatan tekanan darah pada penderita hipertensi.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang di gunakan adalah analitik observasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel penelitian ini adalah penderita hipertensi di Dusun Pajaran sebanyak 77. Alat untuk mengukur tingkat stres adalah kuesioner dari *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS) Clintools (2006). Cara pengukuran kuesioner terdiri dari berbagai pernyataan dengan pilihan empat jawaban untuk setiap pernyataan yaitu:

0 : Tidak sesuai dengan saya sama sekali, atau tidak pernah.

1. Sesuai dengan saya sampai tingkat tertentu, atau kadang kadang.
2. Sesuai dengan saya sampai batas yang dapat dipertimbangkan, atau lumayan
3. sering.
4. Sangat sesuai dengan saya, atau sering sekali.
5. Dengan kriteria penilaian tingkat stres sebagai berikut:

Normal : 0 - 29

Ringan : 30 - 59

Sedang : 60 - 89

Berat : 90 - 109

Sangat berat : > 120

Alat untuk mengukur tekanan darah dengan Sphygmomanometer dan Stetoskop. Dengan kriteria tingkat hipertensi sebagai berikut:

Normal : < 120 / < 80

Prahipertensi : 120 - 139 / 80 - 89

Hipertensi : 140 / 90

Hipertensi Stadium 1 : 140 - 159 / 90 - 99

Hipertensi Stadium 2 : 160 - 180 / 100 - 110

Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei 2013 di Dusun Pajaran Desa Peterongan Kecamatan Peterongan Kabupaten Jombang. Analisa data diuji dengan uji statistika *Spearman rho* taraf signifikan $p < 0,05$.

HASIL

Tabel 1. Distribusi frekwensi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin di dusun pajaran desa peterongan kecamatan peterongan kabupaten jombang tahun 2013.

No.	Jenis kelamin	Jumlah	Prosentase
1.	Laki-laki	31	40,3 %
2.	Perempuan	46	59,7 %
	Jumlah	77	100%

Sumber : Kuesioner tahun 2013

Tabel 2 Distribusi responden menurut golongan umur di dusun pajaran desa peterongan kecamatan peterongan kabupaten jombang tahun 2013.

No.	Golongan Umur	Jumlah	Prosentase
1.	30-39	10	12,9 %
2.	40-49	15	19,5 %
3.	50-59	14	18,2 %
4.	60-69	18	23,4 %
5.	70-79	11	14,3 %
6.	80-89	5	6,5 %
7.	90-99	4	5,2 %
	Jumlah	77	100%

Sumber : kuesioner tahun 2013

Tabel 3 Distribusi responden menurut pekerjaan di dusun pajaran desa peterongan kecamatan peterongan kabupaten jombang tahun 2013.

No.	Pekerjaan	Jumlah	Prosentase
1.	PNS	2	2,6 %
2.	Swasta	7	9,1 %
3.	Wiraswasta	6	7,8 %
4.	Petani	38	49,4 %
5.	IRT	24	31,2 %
	Jumlah	77	100%

Sumber : Kuesioner tahun 2013

Tabel 3 Hubungan stres terhadap tekanan darah pada penderita hipertensi di dusun pajaran desa peterongan kecamatan peterongan kabupaten jombang tahun 2013.

Hipertensi	Kategori Hipertensi			TOTAL
	Pra hipertensi	Hipertensi stadium 1	Hipertensi stadium 2	
Normal	5 (6,5 %)	3 (3,9 %)	1 (1,3 %)	9 (11,7 %)
Ringan	9 (11,7 %)	20 (26 %)	6 (7,8 %)	35 (45,5 %)
Sedang	2 (2,6 %)	8 (10,4 %)	16 (20,8 %)	26 (33,8 %)
Berat	1 (1,3 %)	-	6 (7,8 %)	7 (9,1 %)
TOTAL	17 (22,1 %)	31 (40,3 %)	29 (37,7 %)	77 (100%)

Sumber : Hasil observasi

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat diketahui bahwa dari 77 responden yang berada pada prahipertensi yaitu 22,1 persen (17 orang) yang mana 5 responden dari jumlah tersebut termasuk normal, 9 responden stres ringan, 2 responden stress sedang dan 1 responden stress berat. Dan yang berada pada hipertensi stadium 1 yaitu 40,3 persen (31 responden) yang mana 3 responden dari jumlah tersebut termasuk dalam kategori normal, 20 responden stres ringan dan 8 responden yang mengalami stres sedang. Dan untuk hipertensi stadium 2 yaitu 37,7 persen (29 responden) yang mana 1 responden dari jumlah tersebut kategori normal, 6 responden kategori stress ringan, 16 responden stress sedang dan 6 responden mengalami stress berat.

Uji statistik dengan spearman rho didapatkan hasil $\alpha = 0,000$ yang nilainya lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ maka dapat disimpulkan H_0 ditolak berarti ada hubungan antara stres dengan tekanan darah pada penderita hipertensi di dusun pajaran desa peterongan kecamatan peterongan kabupaten jombang.

PEMBAHASAN

Stres merupakan suatu reaksi atau respon tubuh terhadap stressor psikososial (tekanan mental atau beban kehidupan) yang menimbulkan suatu ketegangan dalam diri seseorang. Berdasarkan tabel 3 bahwa prosentase tertinggi dari tingkat stres hampir setengahnya yaitu kategori ringan (45,5 %), sedang (33,8 %), berat (9,1 %) dan 11,7 % kategori normal. Kemungkinan stress pada responden dapat disebabkan karena pekerjaan, dimana pekerjaan responden sebagian besar (49,4%) adalah tani, pekerjaan ini menyebabkan stress fisik dan psikologis akibat ketidakpastian penghasilan keluarga. Menurut Triarsati (2009), meningkatnya stress bisa dipengaruhi oleh beberapa faktor, faktor yang paling umum adalah beban pekerjaan, uang, hubungan keluarga, perceraian, kematian orang

tercinta, pindah tempat tinggal/ tempat kerja menjadi sumber stress besar.

Tingkat hipertensi di dusun pajaran desa peterongan kecamatan peterongan kabupaten jombang hampir setengahnya yaitu (40,3 %) dalam ketegori hipertensi stadium 1. Hipertensi yang di derita responden dalam stadium sebagian dalam stadium 1 disebabkan karena responden sebagian aktif meminum obat anti hipertensi yang diperolehnya dari puskesmas. Tingginya hipertensi dapat dipengaruhi oleh banyak factor, dari berbagai penelitian telah ditemukan beberapa faktor yang sering menyebabkan hipertensi. Salah satunya adalah gaya hidup yang tidak sehat, konsumsi garam yang tinggi, makanan berlebihan, minum alkohol dan merokok (Yuliarti, 2011). Selain gaya hidup, tingkat stress juga berpengaruh terhadap peningkatan tekanan darah.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan uji statistik dengan spearman rho dengan signifikan $\alpha < 0,05$ didapatkan hasil $\alpha = 0,000$ yang nilainya lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ maka dapat disimpulkan ada hubungan antara stres dengan tekanan darah pada penderita hipertensi di dusun pajaran desa peterongan kecamatan peterongan kabupaten jombang. Nilai korelasi sebesar 0,8 artinya sangat kuat dan positif artinya semakin besar tingkat stres yang dialami seseorang maka semakin besar juga tekanan darah. Hal ini sesuai dengan teori pada saat seseorang mengalami stres terjadinya peningkatan katekolamin yang ada dalam tubuh sehingga mempengaruhi mekanisme aktifitas saraf simpatis, jika mekanisme saraf simpatis terganggu maka saraf simpatis akan meningkat, sehingga terjadi peningkatan kontraktilitas otot jantung dan hal ini menyebabkan curah jantung meningkat, keadaan inilah yang menjadikan seseorang mengalami hipertensi (Dekker, 1996).

Dari hasil penelitian di dapatkan terdapat hubungan yang kuat antara kejadian hipertensi dengan kondisi stress, sehingga disarankan bagi penderita hipertensi diharapkan dapat memenejemen terhadap stress yang dialami sehingga hipertensi dapat lebih terkontrol.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik (edisi revisi VI)*. Jakarta : Rineka Cipta
- Dekker, E. 1996. *Hidup dengan Tekanan Darah Tinggi*. Jakarta : CV Muliasari
- Clintools. 2006. Kuesioner DASS 42. [http://www. Depression Anxiety Stress Scale 42.com](http://www.DepressionAnxietyStressScale42.com). diakses tanggal 12 januari 2011 jam 16.23 WIB.
- Eumura, K and Mori, H.T. 2006. Influence of age and sex on high-fat diet-induced increas in blood plessure. *Nagoya J. Med. Sci.* 68,109-114
- Gunawan, Lany.2001.*Hipertensi Tekanan Darah Tinggi*. Yogyakarta:Kanisius
- Hidayat, A.A. 2007. *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan ilmiah*. Jakarta : Salemba Medika
- Indriyani, W.N. 2009. *Deteksi Dini Kolesterol, Hipertensi & Stroke*. Jakarta : Milestone
- Jalal, F. Dkk, 2006. *Hubungan Lingkar Pinggang dengan Kadar Gula Darah, Trigliserida dan tekanan darah*, Universitas Andalas, Sumatera Barat, Indonesia.
- Mansjoer, A. 2005. *Kapita Selekta Kedokteran, Jilid I, edisi 3*. Jakarta : Media Aesculapius
- Notoatmodjo, S. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nursalam. 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Parsudi A.I. *Ginjal Dan Hipertensi Pada Usia Lanjut dalam Geriatri Ilmu Kesehatan Usia Lanjut*. Edisi 4. Jakarta: FK-UI; 2009
- Sastroasmoro, S dan Sofyan, I. 1995. *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta : Binarupa Aksara
- Santoso, D. 2010. *Membonsai Hipertensi*. Surabaya: Jaring Pena
- Suharto, Imam (2004). *Pencegahan & penyembuhan penyakit jantung koroner*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Yuliarti, Nurheti. 2011. *.Pengobatan Hipertensi Dengan Herbal : Cetakan I*. Jakarta : Agromedia Pustaka.