



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 2 Tahun 2024 Page 2043-2056

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Hubungan Tingkat Stres dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Usia Produktif Di Puskesmas Padang Bulan Medan Tahun 2023

Mira Octavia Lingga^{1✉}, Rotua Elvina Pakpahan², Friska Sri Handayani Br. Ginting³

STIKes Santa Elisabeth Medan

Email: miraoclingga64@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Hipertensi adalah kondisi peningkatan tekanan darah di atas tingkat normal, yakni melebihi 120/80 mmHg. Stres merupakan respons fisik dan psikologis terhadap tuntutan yang menimbulkan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari. Pada usia produktif, berbagai masalah kesehatan muncul, termasuk yang disebabkan oleh faktor degeneratif. Stres memiliki potensi memicu hipertensi melalui aktivitas sistem saraf simpatis, yang dapat menyebabkan kenaikan tekanan darah secara tidak teratur.. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan tingkat stress dengan tekanan darah pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Padang bulan Medan Tahun 2023. Penelitian ini menggunakan deskriptif korelasi dengan metode pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah sampel 68 orang. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner tingkat stres DASS dan lembar observasi tekanan darah. Hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan sebanyak 7 orang (10,3%) dari 15 tingkat stress ringan tekanan darah prehipertensi, 21 orang (41,2%) dari 51 tingkat stress sedang tekanan darah hipertensi derajat 1 dan 2 orang (2,9%) dari 2 tingkat stress berat tekanan darah hipertensi derajat 2. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariate dan bivariate. Hasil uji statistik spearman rank diperoleh nilai $r=0,264$ dan $p=0,030$ ($p<0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara tingkat stress dengan tekanan darah pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Padang Bulan Medan Tahun 2023 dengan tingkat keamatan lemah. Diharapkan pada penderita hipertensi usia produktif dapat melakukan terapi manajemen stres untuk penderita hipertensi agar tetap menjaga perilaku yang baik dalam kehidupan sehari-hari.

Kata Kunci: *Tingkat Stress, Hipertensi, Usia Produktif, Puskesmas*

Abstract

Hypertension is defined as an elevation in blood pressure above the normal level of 120/80 mmHg. Stress is a physical and psychological reaction to the demands causing tension in daily life. The productive age group today faces various health issues, partly due to degenerative factors. Stress can trigger the onset of hypertension through the activity of the sympathetic nervous system, leading to intermittent increases in blood pressure. This study aims to determine whether there is a relationship between stress levels and blood pressure in hypertensive patients of productive age at the Padang Bulan Health Center in Medan in 2023. This study used a descriptive correlation with a cross sectional approach. The sampling technique in this study used purposive sampling with a total sample of 68 people. The research instrument used the DASS stress level questionnaire and blood pressure observation sheets. The results obtained showed that 7 people (10.3%) out of 15 levels of mild stress had prehypertension blood pressure, 21 people (41.2%) out of 51 levels of moderate stress high blood pressure degree 1 hypertension and 2 people (2.9%) of 2 levels of severe stress blood pressure degree 2 hypertension. The data analysis used was univariate and bivariate analysis. Spearman rank statistical test results obtained $r = 0.264$ and $p = 0.030$ ($p < 0.05$). These results indicate that there is a significant relationship between stress levels and blood pressure in hypertensive patients of productive age at the Padang Bulan Medan Health Center in 2023 with a weak affinity level. It is hoped that productive age hypertension sufferers can carry out stress management therapy for hypertension sufferers so that they maintain good behavior in everyday life.

Keywords: *Stress Level, Hypertension, Productive Age, Community Health Center*

PENDAHULUAN

Hipertensi didefinisikan sebagai suatu kondisi terjadinya peningkatan tekanan darah di atas normal (Kosanke, 2019). Hipertensi yang dapat menyerang siapa saja yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah lebih dari 140/90 mmHg (Hasanah et al., 2022). Hipertensi termasuk salah satu penyakit yang mengakibatkan angka morbiditas dan mortalitas yang tinggi (Hasanah et al., 2022). Hipertensi adalah keadaan di dalam arteri terjadi peningkatan tekanan darah yang dapat menimbulkan risiko penyakit yang berkaitan dengan kardiovaskuler seperti serangan jantung, gagal ginjal, Stroke, dan kerusakan ginjal (Hasanah et al., 2022).

Usia produktif saat ini menghadapi berbagai masalah kesehatan, termasuk masalah degeneratif (Subrata & Wulandari, 2020). Kejadian hipertensi lebih tinggi pada usia 20-40 tahun (dewasa muda) dibandingkan usia lansia, dan dapat menjadi masalah serius yang mengganggu aktivitas serta berpotensi menimbulkan komplikasi berbahaya jika tidak ditangani dan pencegahan dini tidak dilakukan (Kosanke, 2019). merupakan faktor pengaruh hipertensi pada usia produktif (Amir et al., 2021). Ini adalah respons fisiologis dan psikologis

terhadap tekanan internal dan eksternal, dengan stres jangka panjang yang dapat merusak tubuh (Widya Sari et al., 2018). Stres mental atau psikososial meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular (Widya Sari et al., 2018), dan hipertensi dapat terjadi sebagai respons terhadap stres, menyebabkan tekanan darah melebihi batas normal (Pebriyani et al., 2022).

Stres tidak memandang usia, dapat menyerang siapa pun, baik muda maupun tua, terutama dalam konteks masyarakat urban yang dihadapkan pada tekanan pekerjaan atau persoalan ekonomi di kota kecil (Ramdani et al., 2017). Stres memicu reaksi tubuh seperti jantung berdebar-debar, nafas pendek, dan keringat dingin, dengan hormon adrenalin meningkatkan denyut jantung dan tekanan darah (Pebriyani et al., 2022). Stres dapat bertindak langsung dengan mempengaruhi sistem pengaturan utama, khususnya aksis hipotalamus-hipofisis-adrenal dan sistem saraf otonom, yang menyebabkan pelepasan katekolamin abnormal yang merusak kinerja vascular, dorongan simpatis yang tidak tepat dan dengan demikian memberikan kontribusi untuk meningkatkan tekanan arteri (Widya Sari et al., 2018).

Prevalensi penyakit hipertensi pada penduduk amerika yang berusia diatas 20 tahun mencapai angka hingga 75,3%, dan berdasarkan data statistik terbaru penduduk asia tenggara terdapat 24,7% namun hampir sekitar 90-95% kasus tidak diketahui penyebabnya (Subrata & Wulandari, 2020). Riset kesehatan dasar (Risdeskas) yang dilakukan kementerian kesehatan tahun 2018 menghasilkan peningkatan kejadian hipertensi dibandingkan hasil pada tahun 2013, prevalensi kejadian hipertensi berdasarkan hasil riskesdas 2018 adalah 34,1%. Angka tersebut lebih tinggi dibandingkan tahun 2013 yang menyentuh angka prevalensi 25,8%. Hasil tersebut merupakan kejadian hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah pada masyarakat Indonesia berusia 18 tahun ke atas. Prevalensi hipertensi di sumatera utara mencapai 5,52% dari jumlah penduduk di Sumatera Utara. Prevalensi hipertensi di kota medan sebesar 4,97%. Jumlah penderita hipertensi di Puskesmas Padang Bulan pada tahun 2022 sebanyak 1258 orang (Bagian umum Puskesmas Padang Bulan Medan, 2022)

Hasil survei awal oleh peneliti menunjukkan bahwa dari 10 responden berusia 40-62 tahun, 7 orang mengalami stres dan hipertensi. Mereka merasakan marah karena hal sepele, kesal, tidak sabar, sulit beristirahat, mudah marah, dan gelisah. Hipertensi, yang dikenal sebagai "Pembunuh Senyap," dapat berkembang tanpa gejala selama bertahun-tahun. Penderita hipertensi mungkin mengalami komplikasi pada organ vital tanpa disadari, seperti jantung, otak, dan ginjal, dengan gejala seperti pusing, gangguan penglihatan, dan sakit kepala (Ihwatun et al., 2020).

Hipertensi muncul akibat peningkatan curah jantung yang menyebabkan denyut jantung yang cepat dan volume darah meningkat melalui penyempitan organ perifer. Kondisi ini dapat mengakibatkan hipertrofi otot jantung, mengganggu kontraksi jantung, dan berpotensi menyebabkan infark miokard serta gagal jantung (Amir et al., 2021). Stres dapat memicu hipertensi melalui aktivitas sistem saraf simpatis, meningkatkan tekanan darah secara tidak menentu. Hormon adrenalin yang meningkat saat stres menyebabkan kontraksi arteri dan peningkatan denyut jantung, yang jika terus berlanjut, dapat menyebabkan hipertensi (Posyandu et al., 2022). Penderita hipertensi sering mengalami stres karena kesulitan mengendalikan emosi, amarah, dan kurang kesadaran terhadap penanganan stres (Upoyo et al., 2022). Solusi untuk masalah ini melibatkan pelatihan manajemen stres psikologis non-farmakologis, pengukuran tekanan darah, dan tingkat stres, serta pengendalian tekanan darah dan stres melalui hipnoterapi (Upoyo et al., 2022). Berdasarkan konteks tersebut, penelitian akan mengeksplorasi hubungan antara tingkat stres dan tekanan darah pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Padang Bulan Medan. Pertanyaan penelitian yang muncul adalah apakah ada korelasi antara tingkat stres dan tekanan darah pada penderita hipertensi usia produktif tersebut.

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian yang digunakan peneliti adalah rancangan penelitian korelasi dengan desain *Cross Sectional*. Pendekatan *Cross Sectional* adalah jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran atau observasi data independen dan dependen hanya satu kali. Penelitian korelasional mengkaji hubungan antar variabel. Rancangan dalam penelitian ini untuk menganalisis Hubungan Tingkat Stres dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Usia Produktif di Puskesmas Padang Bulan Medan Tahun 2023. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Padang Bulan Medan yang berada di Jalan Jamin Ginting No. 31 Padang Bulan, Kec. Medan baru, Kota Medan, Sumatera Utara 20157 Penelitian ini dilakukan pada bulan 3 -16 Mei 2023

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Padang Bulan Medan pada tahun 2023 dengan populasi berupa seluruh pasien hipertensi, berjumlah 631 orang. Pengambilan sampel menggunakan metode purposive sampling, dengan jumlah sampel sebanyak 68 orang yang memenuhi kriteria inklusi sebagai pasien tanpa penyakit hipertensi primer.

Proses pengumpulan data dimulai dengan memberikan informed consent kepada responden, kemudian pengisian kuesioner dan pengukuran tekanan darah. Jenis data yang diperoleh adalah data primer melalui kuesioner. Analisis data dilakukan melalui analisis

univariat dan bivariat, dengan fokus pada hubungan antara tingkat stres dan tekanan darah pada penderita hipertensi usia produktif.

Pada analisis univariat, dilakukan untuk mendeskripsikan karakteristik variabel penelitian, sedangkan analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dan tekanan darah. Uji statistik yang digunakan adalah Spearman rank, sesuai dengan sifat data yang tidak berdistribusi normal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Lokasi Penelitian

Dalam bab ini akan menguraikan hasil penelitian dan pembahasan mengenai hubungan tingkat stress dengan tekanan darah pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Padang Bulan Medan Tahun 2023. Penelitian ini dimulai pada tanggal 03 mei-16 mei 2023 dengan responden dalam penelitian ini adalah pasien yang berobat di Puskesmas Padang Bulan Medan yang dikategorikan usia produktif.

Puskesmas Padang Bulan Medan yang berada di Jalan Jamin Ginting No. 31 Padang Bulan, Kec. Medan baru, Kota Medan, Sumatera Utara 20157. Memiliki 6 kelurahan yaitu: titi rantai, padang bulan, merdeka, babura, petisah hulu, darat. Sarana dan fasilitas puskesmas meliputi : fasilitas gedung puskesmas permanent, fasilitas alat, fasilitas obat-obatan, fasilitas administrasi, fasilitas imunisasi, dan fasilitas sumber daya manusia (SDM).

Fasilitas gedung puskesmas permanent terdiri dari dua lantai, lantai 1 meliputi Ruangan kartu, ruangan rujukan/rawat jalan, ruangan fisioterapi, ruangan KIA/KB, ruangan gizi, ruangan poli umum, poli anak, bersalin, apotek dan poli gigi. Sedangkan lantai 2 terdapat ruangan : ruangan Ka.Pus, ruangan KTU, ruangan pemeriksaan IMS, ruangan DBD/ISPA/diare sanitasi, ruangan imunisasi, aula/ruangan pertemuan, ruangan klinik VCT/IMS terapi/konseling, ruangan IMS dan VCT, laboratorium. Jumlah pegawai puskesmas padang bulan medan yaitu 52 orang, yang terdiri dari dokter gigi, dokter umum, bidan, perawat dan analisis.

Hasil Penelitian

Pada bab ini menguraikan tentang karakteristik responden di Puskesmas Padang Bulan Medan Tahun 2023 meliputi jenis kelamin, usia, agama, status, suku, pendidikan terakhir, pekerjaan dan hubungan tingkat stres dengan tekanan darah pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Padang Bulan Medan Tahun 2023.

Data demografi pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Padang Bulan Medan tahun 2023

Responden dalam penelitian ini adalah pasien hipertensi usia produktif yang berobat di Puskesmas Padang Bulan Medan sebanyak 68 orang. Peneliti melakukan pengelompokan data demografi responden berdasarkan jenis kelamin, usia, agama, status suku, pendidikan terakhir dan pekerjaan.

Tabel 1. Distribusi Tabel Frekuensi Responden berdasarkan Data Demografi di Puskesmas Padang Bulan Medan Tahun 2023

Karakteristik	Frekuensi (f)	Presentasi (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	22	32.4
Perempuan	46	67.6
Total	68	100
Usia		
30-44	30	44.1
45-59	26	38.2
60-64	12	17.6
Total	68	100
Agama		
Katolik	5	7.4
Protestan	50	73,5
Islam	13	19,1
Total	68	100
Status		
Menikah	68	100
Total	68	100
Suku		
Toba	33	48.5
Karo	22	32.4
Jawa	10	14.7
Nias	2	2.9
Minang	1	1.5
Total	68	100
Pendidikan Terakhir		
SD		
SMP	1	1.5
SMA	11	16.2

D3	25	36.8
S1	10	14.7
S2	20	29.4
	1	1.5
Total	68	100
Pekerjaan		
PNS	16	23.5
Pedagang	18	26.5
Ibu Rumah Tangga	23	33.8
Mejahit	1	1.5
Wiraswasta	5	7.4
Petani	1	1.5
Pensiun	4	5.9

Dari 68 responden dalam penelitian di Padang Bulan Medan tahun 2023, hasilnya mencakup berbagai karakteristik. Mayoritas responden adalah perempuan (67,6%), dengan rentang usia terbanyak berada di kisaran 30-44 tahun (44,1%). Agama yang dominan adalah Protestan (73,5%), dan semua responden merupakan individu yang sudah menikah. Secara etnis, mayoritas berasal dari suku Toba (48,5%). Pendidikan terakhir didominasi oleh lulusan SMA (36,8%), sementara pekerjaan utama responden melibatkan beragam sektor, dengan pedagang dan ibu rumah tangga menjadi kelompok terbesar masing-masing mencapai 26,5% dan 32,4%. 5.2.2 Deskripsi Tingkat stres hipertensi usia produktif di Puskesmas Padang bulan Medan Tahun 2023

Berdasarkan hasil distribusi frekuensi pada tingkat stress maka variabel tingkat stres dapat dikategorikan menjadi ringan, sedang, berat. Distribusi responden berdasarkan tingkat stres dapat dilihat dari tabel 2 dibawah ini.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Padang Bulan Medan Tahun 2023

Tingkat Stres	Frekuensi (f)	Presentasi (%)
Ringan	15	22.1
Sedang	51	75
Berat	2	2.9
Total	68	100

Berdasarkan tabel 2 disrtibusi frekuensi dan presentasi responden berdasarkan tingkat stres responden ditemukan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat stress sedang sebanyak 51 orang (75%), minoritas responden memiliki tingkat stress berat sebanyak 2 orang (2,9%) dan ringan sebanyak 15 orang (22,1%).

Deskripsikan tekanan darah pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Padang Bulan Medan Tahun 2023

Berdasarkan hasil distribusi frekuensi tekanan darah pada penderita hipertensi dapat dikategorikan menjadi normal, prehipertensi, hipertensi derajat 1 dan hipertensi derajat 2.

Tabel 3. Distribusi frekuensi tekanan darah pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Padang Bulan Medan Tahun 2023

Tekanan Darah	Frekuensi (f)	Presentasi (%)
Normal	1	1.5
Prehipertensi	20	29.4
Hipertensi Derajat 1	27	39.7
Hipertensi Derajat 2	20	29.4
Total	68	100

Berdasarkan tabel 5.2.3 distribusi frekuensi dan presentasi responden berdasarkan tekanan darah responden menunjukkan normal 1 orang (1,5%), prehipertensi sebanyak 20 orang (29,4%), hipertensi derajat 1 sebanyak 27 orang (39,7%) dan hipertensi derajat 2 sebanyak 20 orang (29,4%).

Hubungan tingkat stres dengan tekanan darah pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Padang Bulan Medan Tahun 2023

Pengukuran dilakukan pada usia produktif yang mengalami hipertensi di Puskesmas Padang Bulan Medan Tahun 2023 dengan menggunakan lembar kuesioner pada tingkat stres sedangkan pada tekanan darah dilakukan observasi dengan cara pengukuran tekanan darah. Setelah semua hasil terkumpul dari seluruh reponden, dilakukan analisis melalui alat bantu program statistik komputerisasi. Analisis dilakukan dengan uji *spearman rank*. Adapun penjelasannya sebagai berikut :

Tabel 4. Hasil Uji hubungan tingkat stres dengan tekanan darah pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Padang Bulan Medan Tahun 2023

Correlations			
		Skor Kuesoner	Skor Tekanan Darah
<i>Spearman's rho</i>	Skor Kuesioner	Correlation Coefficient	.264*
		Sig. (2-tailed)	.030
	N		68
	Skor Tekanan Darah	Correlation Coefficient	.264*
		1.000	1.000

	Sig. (2-tailed)	.030	.
	N	68	68

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Tabel 5. Hasil tabulasi silang antara hubungan tingkat stres dengan tekanan darah pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Padang Bulan Medan Tahun 2023

Tingkat stress	Tekanan darah										P
	Normal		Prehipertensi		Hipertensi derajat 1		Hipertensi derajat 2		Total		
	f	%	F	%	F	%	F	%	F	%	
Ringan	0	0	7	10,3	6	8,8	2	2,9	15	100	0,030
Sedang	1	1,5	13	19,1	21	30,9	16	23,5	51	100	
Berat	0	0	0	0	0	0	2	2,9	2	100	

Dari hasil penelitian tabel 5.4 menunjukkan hubungan tingkat stress dengan tekanan darah berdasarkan hasil analisis *uji spearman rank* diperoleh bahwa ada sebanyak 7 orang (10,3%) dari 15 tingkat stress ringan tekanan darah prehipertensi, 21 orang (30,9%) dari 51 tingkat stress sedang tekanan darah hipertensi derajat 1 dan 2 orang (2,9%) dari 2 tingkat stress berat tekanan darah hipertensi derajat 2.

Berdasarkan hasil uji *Sprearman Rank* nilai Sig. (2-tailed) $0.030 < 0.05$. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada hubungan antara tingkat stress dengan tekanan darah pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Padang Bulan Medan dan nilai *coefisien correlation* sebesar 0,264 yang dimana bila dilihat dari koefisien korelasi nilai r maka hubungan antara tingkat stress dengan tekanan darah pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Padang Bulan Medan Tahun 2023 lemah.

Pembahasan

Tingkat Stres Usia Produktif Di Puskesmas Padang Bulan Tahun 2023

Berdasarkan hasil pengumpulan data penelitian yang dilakukan peneliti sebanyak 68 orang penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Padang Bulan Medan tahun 2023, maka didapatkan sebagian besar tingkat stress berada di kategori sedang sebanyak 51 orang (74,4%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa persentasi tertinggi yaitu tingkat stress sedang pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Padang Bulan Medan. Dari hasil pengamatan, peneliti menemukan bahwa 2 orang (2,9%) dari 68 responden mengalami tingkat stress berat. Berdasarkan kuesioner yang disebarakan, stres ini dapat dipicu oleh rasa marah terhadap hal-hal sepele, mudah kesal, kurang kesabaran, mudah tersinggung, dan mudah marah.

Menurut asumsi peneliti, perempuan lebih banyak mengalami stres dibandingkan laki-laki, mungkin karena perubahan hormonal. Rentang usia 30-44 tahun lebih rentan terhadap stres karena beban pikiran, pusing, dan sulit tidur. Ibu Rumah Tangga (IRT) lebih cenderung mengalami stres karena tugas rumah tangga, anak, dan keluarga. Marah terhadap hal-hal kecil dapat dipicu oleh faktor keluarga dan lingkungan, terutama saat lelah bekerja atau beraktivitas.

Stres pada usia produktif dapat berasal dari stress fisik, seperti suara berisik yang mengganggu konsentrasi dan menciptakan ketidaknyamanan. Penelitian mengasumsikan bahwa stres dapat dipicu oleh faktor eksternal (lingkungan fisik, pekerjaan, keluarga, dan ekonomi) serta faktor internal (perilaku, kondisi fisik, dan emosional). Temuan ini sejalan dengan riset Upik Pebriyani (2022) di Puskesmas Kedaton Bandar Lampung, yang menyatakan mayoritas responden mengalami tingkat stres sedang, dipengaruhi oleh faktor lingkungan, beban kerja, konflik, frustrasi, dan ketidakpastian.

Riset yang dilakukan oleh Hasbi Taobah Ramdani et al. (2017) di Puskesmas DTP Wanaraja juga mendukung temuan tersebut. Dari 98 responden, mayoritas mengalami tingkat stres berat (45,9%), sedang (33,7%), dan ringan (20,4%). Stres merupakan respons tubuh yang non-spesifik terhadap tuntutan, dan bisa terjadi pada siapa pun. Kesesuaian diri terhadap stres berdampak baik, sementara ketidakmampuan beradaptasi dapat menyebabkan stres berkepanjangan dan masalah kesehatan (Ramdani et al., 2017). Upik Pebriyani, dkk (2022) dalam penelitiannya mengatakan bahwa seseorang yang mengalami peristiwa yang menyebabkan dalam kehidupan seseorang merupakan stressor psikososial. Beberapa penyebab dari stressor psikososial adalah perkawinan, pekerjaan, lingkungan hidup, keuangan dan faktor keluarga. Dimana seseorang dapat dikatakan gangguan stres pascatraumatik apabila mengalami suatu stres emosional yang besar.

Tekanan darah pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Padang Bulan Tahun 2023

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti diketahui dari 68 responden bahwa tekanan darah pada usia produktif yang mengalami hipertensi sebagian besar hipertensi derajat 1 sebanyak 27 orang (39,7%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa persentasi tertinggi yaitu tekanan darah hipertensi derajat 1 pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Padang Bulan Medan. Hal ini apabila seseorang mengalami peningkatan darah diatas batas normal yaitu lebih dari 140/90 mmHg. Menurut asumsi peneliti didapatkan bahwa tekanan darah berada pada kategori hipertensi derajat 1. Hal ini dikarenakan tekanan darah yang tinggi mengalami hipertensi yang dipengaruhi karna faktor genetik, faktor usia yang berpengaruh terhadap hipertensi karena dengan bertambahnya

umur maka semakin tinggi mendapatkan resiko hipertensi yang di sebabkan karena perubahan alamiah di dalam tubuh meliputi pembuluh darah dan hormone

Menurut asumsi peneliti berdasarkan karakteristik yang didapatkan bahwa jenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan laki-laki disebabkan karena perempuan lebih mudah mengalami peningkatan berat badan akibat menopause, sehingga terjadi peningkatan hormone adrenalin yang menyebabkan tekanan darah lebih mudah meningkat. Berdasarkan rentang usia 60-64 tahun termasuk tekanan darahnya tinggi. Hal ini disebabkan faktor usia, semakin bertambahnya usia maka tekanan darah semakin cenderung lebih tinggi karena terjadinya penurunan fungsi organ.

Usia produktif rentan terhadap peningkatan tekanan darah karena kurang perhatian terhadap kesehatan, terutama dalam pola makan dan gaya hidup. Kelompok usia 30-59 tahun lebih rentan terhadap tekanan darah tinggi karena kesibukan pekerjaan atau kegiatan yang dapat meningkatkan risiko hipertensi. Ibu Rumah Tangga (IRT) mayoritas memiliki pola hidup kurang aktif, berdampak pada peningkatan berat badan dan tekanan darah. Tingkat pendidikan SMA juga berpengaruh, dengan pengetahuan rendah dapat menyebabkan ketidakpahaman terhadap tindakan penurunan tekanan darah.

Hipertensi umumnya terjadi pada usia 45-60 tahun, disertai penurunan fungsi organ dan kehilangan elastisitas pembuluh darah. Perempuan, khususnya yang mengalami menopause, lebih berisiko mengalami tekanan darah tinggi karena rentan terhadap stres. Dedik Budiyanto (2023) menekankan bahwa ketidakaktifan kerja dapat meningkatkan risiko hipertensi, sementara aktivitas fisik teratur mendukung efisiensi jantung dan elastisitas pembuluh darah. Aulia Asman (2023) menjelaskan bahwa tekanan darah normal di bawah 130/85 mmHg, sedangkan lebih dari 140/90 mmHg dianggap sebagai hipertensi. Hipertensi sistolik terisolasi, di mana tekanan sistolik mencapai 140 mmHg atau lebih, sering terjadi pada usia lanjut, seiring dengan peningkatan usia yang umumnya menyebabkan kenaikan tekanan darah.

Hubungan Tingkat Stress dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Usia Produktif di Puskesmas Padang Bulan Medan

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti di dapatkan untuk hasil uji *spearman rank* diperoleh nilai tingkat stres dengan tekanan darah $p\text{-value} = 0,030$ dengan $\alpha = 0,05$. Jadi $0,030 < 0,05$ yang berarti ada hubungan yang *signifikan* antara tingkat stres dan tekanan darah pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Padang Bulan Medan Tahun 2023. Nilai $r = 0,246$ menunjukkan korelasi antara tingkat stres dengan tekanan darah yang bernilai positif dengan tingkat keeratan lemah.

Menurut asumsi peneliti didapatkan bahwa dikatakan adanya hubungan tingkat stress dengan tekanan darah pada penderita hipertensi dikarenakan pola positif/searah artinya semakin besar skor tingkat stress makan semakin tinggi peningkatan tekanan darah. Penyebab usia produktif pada saat mengalami stress karna hormone adrenalin akan dilepaskan dan kemudian akan meningkatkan tekanan darah melalui kontraksi arteri dan peningkatan denyut jantung. Apabila stress berlanjut, tekanan darah akan tetap tinggi sehingga orang tersebut akan mengalami hipertensi.

Usia produktif lebih rentan terhadap peningkatan tekanan darah karena kurangnya perhatian terhadap kesehatan, termasuk pola makan dan gaya hidup. Kelompok usia 30-59 tahun lebih rentan terhadap tekanan darah tinggi akibat kesibukan pekerjaan atau kegiatan lain yang meningkatkan risiko hipertensi. Banyak responden yang bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) memiliki gaya hidup kurang aktif, menyebabkan peningkatan berat badan dan tekanan darah karena jantung harus bekerja lebih keras. Tingkat pendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA) juga memengaruhi, dengan pengetahuan rendah dapat mengakibatkan ketidakpahaman terhadap tindakan penurunan tekanan darah, seperti mengontrol konsumsi makanan asin.

Menurut Emdat Suprayitno (2019), hipertensi umumnya terjadi pada usia 45-60 tahun seiring dengan penurunan fungsi organ dan kehilangan elastisitas pembuluh darah. Dedik Budiyanto (2023) menambahkan bahwa perubahan struktur pada pembuluh darah besar seiring bertambahnya usia meningkatkan tekanan sistolik. Penelitian yang sama menyatakan bahwa perempuan, khususnya yang mengalami menopause, lebih berisiko mengalami tekanan darah tinggi karena rentan terhadap stres.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Hubungan Tingkat Stres dengan tekanan darah pada penderita hipertensi usia produktif peneliti dapat menarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat stres pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Padang Bulan Medan sebagian besar tergolong sedang sebanyak 51 orang (75%).
2. Tekanan darah sistolik pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Padang Bulan Medan tergolong hipertensi derajat 1 sebanyak 27 orang (39,7%) dan tekanan darah diastolik normal sebanyak 40 orang (58,8%).
3. Ada hubungan tingkat stres dengan tekanan darah pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Padang Bulan Medan Tahun 2023 menggunakan uji *spearman rank* diperoleh $p = 0,030$ dan nilai $r = 0,264$ yang dimana bila dilihat dari

koefisien korelasi nilai r maka hubungan antara tingkat stress dengan tekanan darah pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Padang Bulan Medan Tahun 2023 lemah.

DAFTAR PUSTAKA

- Amir, H., Ningsih, S. R., Astuti, W., & Akbar, H. (2021). *Hubungan Kebiasaan Merokok dan Faktor Stres pada Usia Produktif terhadap Kejadian Hipertensi pada Masyarakat di Desa Dumoga Kabupaten Bolaang Mongondow*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Karya Putra Bangsa.
- Asman, A. (2023). *Manajemen Tatalaksana Hipertensi*. Bandung: Media sains indonesia.
- Avynas Helvy, d. (2020). Hubungan Stres dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi Usia Produktif. *STETHOSCOPE*
- Dahlan, S. (2013). *Besar Sampel Dan Cara Pengambilan Sampel*. Jakarta: Salemba Medika.
- Dedik Budiyanto, d. (2023). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Hipertensi Di Dusun Danurojo. *PROFESIONAL HEALTH JOURNAL*.
- Hasanah, I. N., Rohmawati, D. L., & Ekayamti, E. (2022). *Hubungan Tingkat Stres, Pola Makan dan Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Kekambuhan Hipertensi di Desa Sidolaju*. E-Journal Cakra Medika
- Ihwatun, S., Ginandjar, P., Saraswati, L. D., & Udiyono, A. (2020). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Pengobatan Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pudakpayung*. Semarang: Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal).
- Kemenkes RI. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kosanke, R. M. (2019). *Asosiasi Determinan Kejadian Hipertensi Grade 1 Usia 20-40 Tahun*. Makasar: Jurnal Kesehatan Global.
- Nursalam. (2014). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2016). *Metodologi Penelitian Ilmu Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pebriyani, U., Triswanti, N., Prawira, W. F., & Pramesti, W. (2022). *Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Angka Kejadian Hipertensi Pada Usia Produktif Di Puskesmas Kedaton*. Bandar Lampung: Medula.
- Polit & Beck. (2012). *Nursing Research: Generating and Assessing Evidence for Nursing Practice. 9th Edition*.
- Posyandu, D., Kelurahan, L., Sugiyanto, M. P., & Husain, F. (2022). *Hubungan Tingkat Stress Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia*. Surakarta: Jurnal Multidisiplin Dehasen.
- Priyoto. (2016). *Konsep Manajemen Stress*. Yogyakarta: Nuha Medika.

- Ramdani, H. T., Rilla, E. V., & Yuningsih, W. (2017). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Penderita Hipertensi*. Bandung: Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah
- Santoso, A. (2021). *Bunga Rampai Hipertensi*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Subrata, A. H., & Wulandari, D. (2020). *Hubungan Stres Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Usia Produktif*. Jakarta: Jurnal Stethoscope.
- Upoyo, A. S., Isworo, A., & Ekowati, W. (2022). *Manajemen Stress Psikologis untuk Pengendalian Tekanan Darah dengan Hipnoterapi Pada Kelompok Penderita Hipertensi RWI Mersi*. Banyumas: Prosiding Seminar Nasional dan Call for Papers.
- Widya Sari, T., Kartika Sari, D., Kurniawan, Mb., Herman Syah, Mi., Yerli, N., Qulbi, S., Ilmu Kesehatan Masyarakat, D., Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, F., & Program Studi Profesi Dokter, M. (2018). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan Di Puskesmas Sidomulyo Rawat Inap*. Pekanbaru: Collaborative Medical Journal.