



HUBUNGAN STRES DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI DIRUMAH SAKIT MITRA MEDIKA MEDAN

Relationship of Stress With Hypertension in Mitra Medika Hospital Medan

Mulidan^K, Muflih, Adirman Garamba

Departemen D-3 Keperawatan, Fakultas Farmasi dan Kesehatan, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia
Email Penulis^K: mulidanzakaria@helvetia.ac.id

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama setiap negeri karena bisa menimbulkan penyakit jantung dan stroke yang mematikan. Menurut WHO (World Health Organization) sekitar 1,13 miliar orang di dunia mengidap hipertensi. Sebagian besar (Dua Pertiga) tinggal di negara berkembang. Pada tahun 2015, 1 dari 4 pria dan 1 dari 5 wanita memiliki hipertensi. Prevalensi hipertensi di Asia Tenggara menurut WHO adalah 25%. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan stress dengan kejadian hipertensi di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Tahun 2020. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *survey* analitik dengan rancangan penelitian *cross sectional*, Populasi dalam penelitian ini sebanyak 49 orang penderita Hipertensi di rumah Sakit Mitra Medika Medan, Sampel penelitian ini diambil keseluruhan populasi (*total sampling*) sebanyak 49 orang. Analisis data dilakukan dengan analisa univariat dan analisa bivariat dengan menggunakan *Chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan *signifikan* yaitu nilai probabilitas (*asympt.sig*) $0,042 < 0,05$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak artinya ada hubungan stress dengan Kejadian Hipertensi Dirumah Sakit Mitra Medika Medan Tahun 2020. Kesimpulan dalam penelitian ada hubungan stress dengan kejadian hipertensi di Rumah Sakit Mitra Medika Tahun 2020.

Kata Kunci: Stres, Hipertensi, Rumah Sakit

ABSTRACT

Hypertension is one of the main health problems in every country because it can cause deadly heart disease and stroke. According to the WHO (World Health Organization), around 1.13 billion people worldwide suffer from hypertension. Most (two thirds) live in developing countries. In 2015, 1 in 4 men and 1 in 5 women had hypertension. The prevalence of hypertension in Southeast Asia according to WHO is 25%. The purpose of this study was to determine the relationship between stress and the incidence of hypertension at Mitra Medika Tanjung Mulia Hospital in 2020. The design used in this study was an analytical survey with a cross-sectional research design. The population in this study was 49 people with hypertension at Mitra Medika Hospital. Medan, this research sample was taken by the whole population (total sampling) as many as 49 people. Data analysis was carried out using univariate analysis and bivariate analysis using Chi-square. The results showed that there was a significant relationship, namely the probability value (asympt.sig) $0.042 < 0.05$ from the 0.05 level of confidence, then H_a was accepted and H_0 was rejected, meaning that there was a stress relationship with the incidence of hypertension at Mitra Medika Hospital Medan in 2020. Conclusion in this study there is a relationship between stress and incidence of hypertension at Mitra Medika Hospital in 2020.

Keywords : Stress, Hypertension, Hospitals

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama setiap negeri karena bisa menimbulkan penyakit jantung dan stroke yang mematikan. Hipertensi dianggap masalah kesehatan serius karena kedatangannya seringkali tidak kita sadar. Penyakit ini bisa terus bertambah parah tanpa disadari hingga mencapai tingkat yang mengancam hidup pasiennya. Hipertensi adalah suatu kondisi dimana pembuluh darah memiliki tekanan darah tinggi (tekanan darah sistolik > 140 mmHg dan tekanan darah diastolik > 90 mmHg) yang menetap. Tekanan darah adalah kekuatan darah untuk melawan tekanan dinding arteri ketika darah tersebut dipompa oleh jantung ke seluruh tubuh (1,2).

Menurut *WHO (World Health Organization)* sekitar 1,13 miliar orang di dunia mengidap hipertensi. Sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara berkembang. Pada tahun 2015, 1 dari 4 pria dan 1 dari 5 wanita memiliki hipertensi. Prevalensi hipertensi di Asia Tenggara menurut *WHO* adalah 25 %. (3) Di Indonesia ancaman hipertensi tidak boleh diabaikan. Hal ini dapat dibuktikan dengan kian hari penderita hipertensi di Indonesia semakin meningkat. Namun sayangnya dari jumlah total penderita tersebut baru sekitar 50% persen yang terdeteksi dan diantara penderita tersebut hanya setengahnya yang berobat secara teratur (4).

Berdasarkan Riskesdas Tahun 2018, prevalensi nasional hipertensi pada penduduk umur 18 tahun ke atas menurut karakteristik di Indonesia, dengan prevalensi tertinggi pada umur 75 tahun keatas yaitu 69,5% dan prevalensi terendah pada umur 18-24 tahun adalah 13,2 %. Prevalensi hipertensi berdasarkan jenis kelamin, perempuan 36,9 %, laki-laki 31,3 %, berdasarkan daerah tempat tinggal perkotaan 34,4% perdesaan 33,7%. Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan Riskesdas Tahun 2018 yang didapat menurut diagnosis oleh dokter sebesar 8,4 persen, minum obat 8,8 persen dan hasil pengukuran sebesar 34,1 persen. Prevalensi hipertensi berdasarkan diagnosis dokter di Indonesia berdasarkan provinsi, prevalensi paling tinggi di provinsi Sulawesi Utara yaitu 13,2 % dan paling rendah di provinsi Papua dengan prevalensi 4,4% (5,6).

Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2019, Prevalensi tekanan darah tinggi berdasarkan jenis kelamin, pada perempuan yaitu 25,6% dan laki laki dengan prevalensi 24,1 %. Jumlah estimasi penderita hipertensi di provinsi Sumatera Utara paling tinggi di kabupaten Deli Serdang dengan jumlah penderita 474.132 dan paling rendah di kabupaten Pakpak Bharat berjumlah 7.475, khusus di kota Medan estimasi penderita hipertensi adalah 423.933. Salah satu penyebab peningkatan tekanan darah pada pasien hipertensi adalah stres. Stres merupakan suatu tekanan fisik maupun psikis yang tidak menyenangkan. Stres dapat merangsang kelenjar anak ginjal melepaskan hormon adrenalin dan memacu jantung berdenyut lebih cepat dan kuat, sehingga tekanan darah akan meningkat (4,7).

Stress adalah respon tubuh yang sifatnya non spesifik terhadap setiap tuntutan beban atasnya. Misalnya bagaimana respon tubuh seseorang manakala yang bersangkutan mengalami beban pekerjaan yang berlebihan, Contoh lain bagaimana respon seseorang memenuhi kebutuhan keluarga yang terus meningkat dari waktu ke waktu, bila ia sanggup mengatasinya artinya tidak ada gangguan pada fungsi organ tubuh, maka yang bersangkutan tidak mengalami stress. Keadaan stress yang berat merupakan penyebab salah satu terjadinya hipertensi, baik lansia, dewasa muda dan usia pertengahan. Sebagai penurunan resiko terjadinya kerusakan organ tubuh semisal ginjal, jantung dan lainnya dapat dilakukan dengan mengurangi pengkonsumsian garam, serta memberikan motivasi penghilang stress atau membuat situasi yang nyaman yang bisa dikondisikan untuk menurunkan tingkat stress bagi penderita hipertensi (8).

Berdasarkan survei awal yang dilakukan oleh peneliti di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia dari hasil wawancara kepada 10 orang responden, didapatkan 4 orang pasien penderita hipertensi mengatakan mengalami stress sehingga menyebabkan hipertensi sedangkan 6 orang lainnya

mengatakan stress yang dialami dapat diatasi dengan menonton TV sehingga tidak menyebabkan hipertensi. Dari latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Stress dengan Kejadian Hipertensi di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Tahun 2020“. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan stress dengan kejadian hipertensi di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia.

METODE

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *survey* analitik dengan rancanganan penelitian *cross sectional* yaitu penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena itu terjadi. Suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan melihat hubungan stres dengan kejadian hipertensi di Rumah Sakit Mitra Medika Medan (2).

Lokasi penelitian ini di Rumah Sakit Mitra Medika Medan. Waktu penelitian dimulai dari bulan Februari–Oktober tahun 2020. Diawali dari pengajuan judul, survey awal, pengambilan data, perpustakaan, bimbingan, pengolahan data, analisa data, konsultasi dan sampai pelaporan terakhir. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita Hipertensi di rumah Sakit Mitra Medika Medan dari bulan Januari–Desember sebanyak 49 penderita Hipertensi. Sampel penelitian ini diambil keseluruhan populasi (*total sampling*) sebanyak 49 responden.

Analisis data yang digunakan yaitu analisis univariat dan bivariat. Analisis data secara univariat dilakukan untuk menggambarkan karakteristik masing-masing variabel independen dan variabel dependen. Analisis bivariat dilakukan untuk analisis yang digunakan untuk membuktikan adanya hubungan yang signifikan antara variabel bebas yaitu pengetahuan, sikap dan dukungan suami dengan variabel terikat yaitu keikutsertaan ibu melakukan senam hamil di gunakan analisis *Chi-square*, pada batas kemaknaan perhitungan statistik *p value* (0,05).

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1.

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Stres dan Kejadian Hipertensi

Variabel	Jumlah	
	f	%
Stres		
Stres Ringan	4	8,2
Stres Sedang	18	36,7
Stres Berat	27	55,1
Kejadian Hipertensi		
Hipertensi Ringan	12	24,5
Hipertensi Sedang	17	34,7
Hipertensi Berat	20	40,8

Tabel 1. diketahui bahwa dari 49 responden (100%), responden yang mengalami stress ringan sebanyak 4 responden (8,2%), responden yang mengalami stress sedang sebanyak 18 responden (36,7%) dan responden yang mengalami stres berat sebanyak 27 responden (55,1%). Selanjutnya dari 49 responden (100%), responden yang mengalami Hipertensi ringan sebanyak 12 responden (24,5%), responden yang mengalami hipertensi sedang sebanyak 17 responden (34,7%) dan responden yang mengalami Hipertensi berat sebanyak 20 responden (40,8%).

Analisis Bivariat

Tabel 2.

Hubungan Stres dengan Kejadian Hipertensi

Stres	Kejadian Hipertensi						Total	Asymp. Sig	
	Hipertensi Ringan		Hipertensi Sedang		Hipertensi Berat				
	f	%	f	%	f	%			
Stres Ringan	3	6,1	1	2,0	0	0	4	8,2	
Stres Sedang	5	10,2	8	16,3	5	6,3	18	36,7	0,042
Stres Berat	4	8,2	8	16,3	15	30,6	27	55,1	

Berdasarkan tabel 2. menunjukkan hasil tabulasi silang antara hubungan Stres dengan Kejadian hipertensi di Rumah Sakit Mitra Medika tahun 2020, dapat dilihat dari 49 responden (100%) Diketahui dari 4 responden (8,2%) yang mengalami Stres ringan dengan kejadian Hipertensi ringan sebanyak 3 responden (6,1%), hipertensi sedang sebanyak 1 responden (2,0%), sedangkan hipertensi berat tidak ada yang mengalami stres. Selanjutnya dari 18 responden (36,7%) yang mengalami stres sedang dengan hipertensi ringan sebanyak 5 responden (10,2%), hipertensi sedang sebanyak 8 responden (16,3%), hipertensi berat sebanyak 5 responden (6,3%). Sedangkan dari 27 responden (55,1%) stres berat dengan hipertensi ringan sebanyak 4 responden (8,2%), hipertensi sedang sebanyak 8 responden (16,3%) dan hipertensi berat sebanyak 15 responden (30,6%).

Hasil penelitian data dengan menggunakan uji *chi square* dengan tingkat kepercayaan 95% dengan $\alpha=0,05$ nilai probabilitas (*asympt.sig*) $0,042 <$ dari tingkat kepercayaan 0,05 maka H_a diterima dan H_0 ditolak artinya ada hubungan stres dengan Kejadian Hipertensi Dirumah Sakit Mitra Medika Medan.

PEMBAHASAN

Stress Hipertensi

Dari 49 responden (100%), responden yang mengalami stress ringan sebanyak 4 responden (8,2%), responden yang mengalami stress sedang sebanyak 18 responden (36,7%) dan responden yang mengalami stres berat sebanyak 27 responden (55,1%). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Reni Windarti, dengan judul Hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Posyandu Bodronoyo Kelurahan Ngegong Kecamatan Manguharjo Kota Madiun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas yaitu 10 orang (33,3%) memiliki tingkat stres normal dengan tekanan darah normal. Hasil analisa juga tidak didapati (0%) lansia yang mengalami stres sedang dengan tekanan darah normal maupun hipertensi tingkat (1).

Stres merupakan interaksi antara individu dengan lingkungan. Interaksi antara individu dengan lingkungannya yang saling mempengaruhi itu dinamakan dengan interaksi transaksional yang didalamnya terdapat proses penyesuaian. Cloninger menyatakan, stres adalah keadaan yang membuat tegang yang terjadi ketika seseorang mendapatkan masalah atau tantangan dan belum mempunyai jalan keluarnya atau banyak pikiran yang mengganggu seseorang terhadap sesuatu yang akan dilakukannya. Kendall dan Hammen mengemukakan, stres terjadi pada individu ketika terdapat ketidakseimbangan antara situasi yang menuntut dengan perasaan individu atas kemampuannya untuk bertemu dengan tuntutan-tuntutan tersebut (9,10).

Menurut asumsi peneliti kebanyakan responden mengalami stress berat yang berjumlah 27 responden (55,1%) itu dikarenakan responden dikarenakan memikirkan penyakitnya apakah bisa sembuh atau tidak sehingga mereka merasa takut dan terlalu memikirkan penyakit hipertensinya yang

meyebabkan timbulnya stres. Selain itu bisa juga banyak pikiran terhadap masalah-masalah yang dialaminya dan mengganggu pikirannya sehingga menyebabkan stres berat.

Kejadian Hipertensi

Dari 49 responden (100%), responden yang mengalami Hipertensi ringan sebanyak 12 responden (24,5%), responden yang mengalami Hipertensi sedang sebanyak 17 responden (34,7%) dan responden yang mengalami Hipertensi berat sebanyak 20 responden (40,8%). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan dan Sulaiman dengan judul Hubungan Olahraga, Stress dan Pola Makan dengan Tingkat Hipertensi di Posyandu Lansia di Kelurahan Sudirejo I Kecamatan Medan Kota. Hasil penelitian menunjukkan dari 45 responden terdapat responden yang tidak mengalami stress sebanyak 26 orang (57,8%), responden yang mengalami stress ringan sebanyak 11 orang (24,4%), responden yang mengalami stress sedang sebanyak 6 responden (13,3%) sedangkan responden yang mengalami stress berat sebanyak 2 responden (4,4%). Hipertensi adalah suatu kondisi dimana pembuluh darah memiliki tekanan darah tinggi (tekanan darah sistolik > 140 mmHg dan tekanan darah diastolik > 90 mmHg) yang menetap. Tekanan darah adalah kekuatan darah untuk melawan tekanan dinding arteri ketika darah tersebut dipompa oleh jantung ke seluruh tubuh (1).

Menurut asumsi penelitian dari 49 responden kebayaan yg terkena penyakit stres berat yang berjumlah 30 responden (40,8), hal tersebut disebabkan oleh penderita yang memikirkan penyakitnya apakah bisa sembuh atau tidak sehingga mereka merasa takut dan terlalu memikirkan penyakit hipertensinya yang meyebabkan timbulnya stres. Selain itu bisa juga banyak pikiran terhadap masalah-masalah yang dialaminya dan mengganggu pikirannya sehingga menyebabkan stres berat (1,4).

Hubungan Stres dengan Kejadian Hipertensi

Hasil penelitian data dengan menggunakan uji *chi square* dengan tingkat kepercayaan 95% dengan $\alpha=0,05$ nilai probabilitas (*asympt.sig*) $0,042 <$ dari tingkat kepercayaan 0,05 maka H_a diterima dan H_0 ditolak artinya ada hubungan stres dengan Kejadian Hipertensi Dirumah Sakit Mitra Medika Medan Tahun 2020. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Reni Windarti, dengan judul Hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Posyandu Bodronoyo Kelurahan Ngegong Kecamatan Manguharjo Kota Madiun. Hasil analisa uji *spearman rank* didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,723 dan nilai *p value* = 0,05 yang artinya ada hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Posyandu Bodronoyo Kelurahan Ngegong Kecamatan Manguharjo Kota Madiun (2,11).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi pada Penderita Hipertensi tahun 2017 dengan judul Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi pada Penderita Hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada penderita hipertensi dengan *p-value* = 0,001 (12).

Stres dapat terjadi ketika tubuh melepaskan hormon stres, yaitu adrenalin, kortisol, dan norepinefrin, yang menyebabkan peningkatan denyut jantung dan kontraksi otot jantung yang lebih kuat. Selain itu, pembuluh darah yang mengalirkan darah ke jantung pun melebar sehingga meningkatkan jumlah darah yang dipompa. Ada pun peningkatan jumlah darah dapat pula meningkatkan tekanan darah pada seseorang. Meski demikian, respons tubuh akibat stres ini hanya berlangsung sementara. Detak jantung, pembuluh darah, dan tekanan darah anda akan kembali normal setelah hormon stres tersebut menghilang. Hipertensi adalah keadaan peningkatan tekanan darah yang memberi gejala yang akan berlanjut kesuatu organ target seperti stroke (untuk otak), penyakit jantung koroner (untuk pembuluh darah jantung) dan hipertrofi ventrikel kanan/ left *ventricle hypertrophy* (untuk otot jantung). Dengan target organ di otak yang berupa stroke, hipertensi menjadi penyebab utama stroke yang membawa kematian yang tinggi (1,13).

Menurut asumsi penulis setelah melakukan penelitian bahwa adanya hubungan stress dengan kejadian hipertensi. Keadaan emosi kuat dan stres yang hebat bisa dan berlanjut lama akan menjadi suatu reaksi yang somatik yang secara langsung mengenai sistem peredaran darah yang sehingga bisa mempengaruhi detak jantung dan sistem peredaran darah, sehingga sering di tujukan pada sasaran individu maupun sasaran masyarakat. Bagi masyarakat, semakin tua umur seseorang, maka makin berisiko untuk menderita hipertensi. Karena faktor umur tidak dapat diintervensi, maka dilakukan intervensi terhadap stres dengan berolahraga, relaksasi mental (rekreasi), melakukan curhat atau berbicara pada orang lain, selalu menumbuhkan emosi yang positif serta memperdalam ibadah dan agama. Selain itu, bagi masyarakat berisiko tinggi yang berumur 40 tahun ke atas sebaiknya melakukan pengukuran tekanan darah secara berkala.

KESIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada hubungan stres dengan Kejadian Hipertensi Dirumah Sakit Mitra Medika Medan dengan nilai $p= 0,042$.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti ucapkan terimah kasih kepada Rumah Sakit Mitra Medika yang telah memberikan kesempatan, tempat, waktu dan memberikan arahan kepada peneliti untuk melakukan penelitian di Rumah Sakit ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. RENI W. Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Posyandu Bodronoyo Kelurahan Ngegong Kecamatan Manguharjo Kota Madiun. [Skripsi]. Stikes Bhakti Husada Mulia; 2018.
2. Wade C. Mengatasi Hipertensi. Bandung: Nuansa Cendekia. Bandung: Nuansa Cendekia; 2016.
3. Suraoka IP. Penyakit Degeneratif. Yogyakarta: Nuha Medika. Yogyakarta: Nuha Medika; 2012. 45-51 p.
4. Kurniawan I, Sulaiman S. Hubungan Olahraga, Stress dan Pola Makan dengan Tingkat Hipertensi di Posyandu Lansia di Kelurahan Sudirejo I Kecamatan Medan Kota. *J Heal Sci Physiother.* 2019;1(1):10–7.
5. Kemenkes RI. Hasil Utama RISKESDAS 2018. Jakarta: Departemen Kesehatan Indonesia; 2018.
6. Sumatera Utara. Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2016. Sumatera Utara: Medan; 2018.
7. Sutarjana MA. Hubungan Frekuensi Konsumsi Kafein dan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Dewasa Muda. *Gizi Indones.* 2021;44(2):145–54.
8. Situmorang FD. Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi pada Anggota Prolanis di Wilayah Kerja Puskesmas Parongpong. *Klabat J Nurs.* 2020;2(1):11–8.
9. Pieter HZ. Pengantar Psikologi dalam Keperawatan. Jakarta: Kencana; 2017.
10. Candra IW, Harini IGA, Sumirta IN. Psikologi Landasan Keilmuan Praktik Keperawatan Jiwa. Yogyakarta: Penerbit Andi; 2017.
11. Damayanti I. Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati. [Skripsi]. Universitas Pendidikan Ganesha; 2023.
12. Ramadhani ET, Sulistyorini Y. Hubungan Kasus Obesitas dengan Hipertensi di Provinsi Jawa Timur Tahun 2015-2016. *J Berk Epidemiol.* 2018;6(1):35–42.
13. Bahri S, Sugiyanto S. Hubungan antara Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Panti Wreda Budi Dharma Yogyakarta. [Skripsi]. STIKES' Aisyiyah Yogyakarta; 2014.