

## HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA PASIEN RAWAT INAP DI RUMAH SAKIT MARDI RAHAYU KUDUS

Oleh;

Cicilia Pujiastuti<sup>1)</sup> Sri Hindriyastuti<sup>2)</sup> Biyanti Dwi Winarsih<sup>3)</sup>

1) PSIK STIKES Cendekia Utama Kudus, Email : [ciciliapujiastuti1@gmail.com](mailto:ciciliapujiastuti1@gmail.com)

2) Dosen PSIK STIKES Cendekia Utama Kudus, Email : [Hindriyas\\_tuti@yahoo.com](mailto:Hindriyas_tuti@yahoo.com)

3) Dosen PSIK STIKES Cendekia Utama Kudus, Email : [zanish1706@gmail.com](mailto:zanish1706@gmail.com)

### ABSTRAK

**Latar belakang;** Hipertensi menjadi salah satu penyakit tidak menular yang perlu diwaspadai yang ditandai dengan peningkatan darah di atas normal secara persisten. Hipertensi saat ini semakin meningkat jumlahnya. Tingginya prevalensi hipertensi disebabkan kebiasaan yang tidak sehat. Faktor psikologis seperti stress juga menjadi faktor pemicu peningkatan tekanan darah, terutama pada kelompok dewasa akhir dan lansia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada pasien rawat inap di RS Mardi Rahayu Kudus.

**Metode;** Jenis penelitian bersifat korelasi dengan desain cross sectional. Populasi penelitian ini adalah penderita hipertensi di rawat inap Rumah Sakit Mardi Rahayu Kudus. Teknik sampling dengan *purposive sampling* sehingga besar sampel sebanyak 36 responden. Pengumpulan data dengan kuesioner. Analisa data secara statistik dengan uji *Chi Square*.

**Hasil;** Hasil uji statistik dengan menggunakan *chi-square* didapatkan nilai p-value 0,000.

**Kesimpulan;** Terdapat hubungan signifikan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada pasien rawat inap di Rumah Sakit Mardi Rahayu Kudus karena nilai  $p (0.000) < 0.05$  pada taraf signifikansi 5%.

**Kata Kunci :** Tingkat Stres, Hipertensi, Pasien Rawat Inap.

---

***THE RELATION OF STRESS LEVEL WITH THE INCIDENCE OF HYPERTENSION  
IN PATIENTS AT MARDI RAHAYU HOSPITAL KUDUS***

By;

Cicilia Pujiastuti<sup>1)</sup> Sri Hindriyastuti<sup>2)</sup> Biyanti Dwi Winarsih<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup> *Nursing Student of STIKES Cendekia Utama Kudus, Email; [ciciliapujiastuti1@gmail.com](mailto:ciciliapujiastuti1@gmail.com)*

<sup>2)</sup> *Lecture of STIKES Cendekia Utama Kudus, Email : [Hindriyas\\_tuti@yahoo.com](mailto:Hindriyas_tuti@yahoo.com)*

<sup>3)</sup> *Lecture of STIKES Cendekia Utama Kudus, Email : [zanish1706@gmail.com](mailto:zanish1706@gmail.com)*

**ABSTRACT**

**Background;** Hypertension was one of the non-communicable diseases that need to be watched out for which is characterized by a persistent increase in blood above normal. Hypertension is currently increasing in number. The high prevalence of hypertension is caused by unhealthy habits. Psychological factors such as stress are also factors that trigger an increase in blood pressure, especially in the late adult and elderly group. This study aims to determine the relationship between stress levels and the incidence of hypertension in patients at Mardi Rahayu Hospital Kudus.

**Method;** This research was correlational with a cross sectional design. The population of this study were patients with hypertension who were hospitalized at Mardi Rahayu Kudus Hospital. The sampling technique was purposive sampling so that the sample size was 36 respondents. Data collection by questionnaire. Statistical data analysis with Chi Square test.

**Result;** The results chi square test got a p value of 0.000.

**Conclusion;** There was a significant relationship between stress levels and the incidence of hypertension in hospitalized patients at Mardi Rahayu Hospital Kudus because the p value (0.000) < 0.05 at significance level of 5%.

**Keywords:** Stress level, Hypertension, Inpatients.

## PENDAHULUAN

Situasi saat ini telah terjadi pergeseran pola penyakit, yaitu penyakit tidak menular akibat perubahan pola hidup semakin meningkat. Penyakit Tidak Menular (PTM) memberikan kontribusi tertinggi terhadap kematian (63% dari seluruh kematian) (Kemenkes, 2018). Hipertensi saat ini semakin meningkat jumlahnya, sebagaimana laporan WHO (2020) angka kejadian hipertensi di dunia mencapai 10% dari seluruh penduduk dunia (WHO, 2020). Di Amerika populasi dewasa yang menderita hipertensi antara 20%-25%. Dari populasi ini 90%-95% menderita hipertensi primer.

Data statistik terbaru menyatakan bahwa 24,7% penduduk Asia tenggara dan 23,3% penduduk Indonesia mengalami hipertensi. Hasil laporan Riskesdas (2018) menunjukkan bahwa data penderita hipertensi di Indonesia berdasarkan diagnosa dokter mengalami penurunan yaitu 8.8% sedangkan tahun 2013 adalah 9.5%. Penderita hipertensi berdasarkan diagnosa dokter dibedakan pasien rawat inap sebanyak 34.5% sedangkan pasien di poliklinik sebanyak 65.5% (Kemenkes, 2018). Prevalensi hipertensi di Jawa Tengah sebesar 26,4% dengan jumlah 544.771 penderita dengan hipertensi esensial (Dinkes Jateng, 2020). Menurut Dinas Kesehatan Kabupaten Kudus tahun

2020, hipertensi menempati urutan ke 3 setelah artritis dan diabetes yaitu sebanyak 54.131 kasus (7,12%).

Hipertensi terjadi karena peningkatan curah jantung, sehingga jantung berdenyut lebih cepat yang akan meningkatkan volume sekuncup dengan cara vasokonstriksi organ perifer sehingga aliran darah balik lebih banyak (Smeltzer & Bare, 2014). Kondisi ini bila terjadi secara terus-menerus menyebabkan hipertrofi otot jantung sehingga kontraksi jantung terganggu yang berakibat pada kondisi infark miokard dan gagal jantung. Komplikasi pada organ tubuh antara lain gagal ginjal, stroke, ensefalopati dan kejang yang menyebabkan kematian. Gejala yang sering muncul adalah pusing (nyeri kepala), *palpitasi*, *fatigue*, kaku kuduk dan lemah (Bustan, 2016).

Kemenkes (2017) menyatakan bahwa tingginya prevalensi hipertensi disebabkan kebiasaan yang tidak sehat, masyarakat saat ini cenderung mengikuti pola konsumsi makanan siap saji yang mengandung bahan pengawet, bahan pemanis dan zat kimia lainnya. Penderita hipertensi rata-rata juga mempunyai riwayat pola makan yang tidak sehat. Menurut Sustrani (2014), berdasarkan penyebabnya hipertensi dibagi menjadi dua golongan, yaitu hipertensi esensial

(hipertensi primer) yang tidak diketahui penyebabnya (hipertensi idiopatik).

Faktor psikologis menjadi faktor pemicu peningkatan tekanan darah, terutama pada kelompok dewasa akhir dan lansia. Faktor psikologis seperti stres muncul seiring bertambahnya usia serta adanya perubahan sistem kardiovaskuler bersinergi terhadap penambahan beban jantung (Syavardie, 2018). Stres menyebabkan perubahan fisik, emosi dan perilaku. Pada saat stres dan cemas, tubuh mengalami ketidak seimbangan hormonal. Semua hormon yang dikendalikan oleh otak mengalami gangguan keseimbangan, salah satunya adalah meningkatnya kadar hormon adrenaline dan respon adrenokortikal. Stres akan meningkatkan resistensi pembuluh darah perifer dan curah jantung sehingga akan menstimulasi aktivitas syaraf simpatik (Smeltzer & Bare, 2014). Stres yang dialami individu dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah serta dapat mempengaruhi konsentrasi dan kesiagaan, dan juga meningkatkan resiko-resiko kesehatan, serta dapat merusak fungsi sistem imun (Maryam dkk, 2012). Penelitian Syavardie (2018) membuktikan bahwa kecemasan menjadi penyebab peningkatan tekanan darah. Penelitian Setyawan (2017) juga membuktikan bahwa stres dan kecemasan berhubungan dengan kejadian hipertensi. Situmorang

(2020) menyebutkan bahwa stres mempunyai karakteristik dalam meningkatkan tekanan darah terutama pada kelompok dewasa akhir.

Berdasarkan survey pendahuluan di RS Mardi Rahayu Kudus didapatkan jumlah penderita hipertensi yang dirawat inap semakin meningkat, yaitu tahun 2020 sebanyak 2.050 dan tahun 2021 selama 4 bulan (Maret-Juni 2021) sebanyak 460 orang dengan pasien yang dirawat di ruang perawatan selama 4 bulan sebanyak 154 orang. Masalah yang ditemukan pada penderita hipertensi adalah nyeri kepala, jantung berdebar serta lemas. Faktor resiko hipertensi adalah masalah psikologis seperti stres. Hasil wawancara kepada 10 orang dengan penyakit hipertensi di ruang rawat inap didapatkan sebanyak 6 orang mempunyai stres kategori sedang dengan rentang tekanan darah 150-160/90-100 mmHg, sebanyak 2 orang mempunyai cemas ringan dengan tekanan darah 130-140/90 mmHg dan 2 orang mengalami stres yang berat dengan tekanan darah 160-170/100-110 mmHg. Tingkat stress yang dialami pasien menunjukkan tingkat tekanan darah yang berbeda. Berdasarkan alasan ini penulis termotivasi untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lanjut usia di rawat inap RS Mardi Rahayu Kudus.

## METODE

Jenis penelitian bersifat korelasi dengan desain cross sectional. Populasi penelitian ini adalah penderita hipertensi di rawat inap Rumah Sakit Mardi Rahayu Kudus, pasien dengan sadar penuh, usia > 45 tahun. Teknik sampling dengan *purposive sampling* sehingga besar sampel sebanyak 36 responden. Pengumpulan data dengan kuesioner. Analisa data secara statistik dengan uji *Chi Square*.

## HASIL

**Tabel 1; Karakteristik Usia Responden**

Kategori	Nilai
Mean	53,92
Median	54,00
Mode	49
Min-Mak	46-63
SD	4,101

**Tabel 2; Karakteristik Jenis Kelamin**

Jenis Kelamin	f	%
Laki-laki	20	55.6
Perempuan	16	44.4
<b>Total</b>	<b>36</b>	<b>100.0</b>

**Tabel 3; Karakteristik Pendidikan**

Pendidikan	f	%
Sekolah Dasar	9	25.0
SLTP	24	66.7
SLTA	3	8.3
Perguruan Tinggi	0	0,0
<b>Total</b>	<b>36</b>	<b>100.0</b>

**Tabel 4; Karakteristik Pekerjaan**

Pekerjaan	f	%
Buruh/Tani	11	30.6
Swasta	24	66.7
PNS/Pensiunan	1	2.8
<b>Total</b>	<b>36</b>	<b>100.0</b>

**Tabel 5; Distribusi Tingkat Stres**

Tingkat Stres	f	%
Normal	7	19.4
Ringan	9	25.0
Sedang	15	41.7
Berat	5	13.9
<b>Total</b>	<b>36</b>	<b>100</b>

**Tabel 6; Distribusi Kejadian Hipertensi**

Kejadian Hipertensi	f	%
Normal	3	8.3
Meningkat	14	38.9
Stadium I	16	44.4
Stadium II	3	8.3
<b>Total</b>	<b>36</b>	<b>100</b>

**Tabel 7: Analisa Bivariat**

Tingkat Stres	Hipertensi										' value
	Normal		Meningkat		Stadium I		Stadium II		Total		
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	
Normal	3	42,9	4	57,1	0	0,0	0	0,0	7	100	0.000
Ringan	0	0,0	7	77,8	2	22,2	0	0,0	9	100	
Sedang	0	0,0	3	20,0	12	80,0	0	0,0	15	100	
Berat	0	0,0	0	0,0	2	40,0	3	60,0	5	100	
<b>Total</b>	<b>3</b>	<b>8,3</b>	<b>14</b>	<b>38,9</b>	<b>16</b>	<b>44,4</b>	<b>3</b>	<b>8,3</b>	<b>36</b>	<b>100</b>	

## PEMBAHASAN

### 1. Tingkat Stres

Hasil penelitian mendapatkan stres paling banyak adalah kategori stress sedang sebanyak 15 responden (41,7%) dan stres paling sedikit adalah stress berat sebanyak 5 responden (13,9%). Hal ini ditunjukkan dengan hasil kuesioner yang menjelaskan bahwa responden mengalami ketegangan dalam kehidupan mereka terhadap masalah pribadi dan keluarga. Stress yang dialami responden ini dipengaruhi oleh karakteristik seperti usia, jenis kelamin dan pendidikan. Penelitian ini mendapatkan rata-rata usia responden adalah 53,9 tahun, yang berada dalam kategori lansia tengah. Penelitian sebelumnya oleh Kaunang (2019) mendapatkan bahwa lansia pada usia > 50 tahun mengalami kecemasan sedang (15,7%). Penambahan usia menyebabkan kemampuan individu dalam mentoleransi stress semakin menurun sehingga beresiko menyebabkan stress.

Faktor resiko stress juga dipengaruhi jenis kelamin, penelitian ini mendapatkan mayoritas adalah laki-laki sebanyak 20 responden (55,6%) dan jenis kelamin perempuan sebanyak 16 responden (44,4%). Penelitian Santoso (2018) mendapatkan sebagian besar responden adalah laki-laki (52,78%) dan yang mengalami stress sedang sebanyak 27,4%.

Jenis kelamin laki-laki sebagai tulang punggung keluarga juga rentan mengalami stress dalam memenuhi kebutuhan keluarga. Sedangkan penelitian Hessy (2018) mendapatkan bahwa sebagian perempuan mengalami stress sedang (28,9%). Perempuan yang secara budaya berada posisi inferior sering menyebabkan mereka pada kondisi stress serta perubahan hormonal (menopause) meningkatkan ambang batas toleransi stress pada perempuan. Karakteristik sebagai faktor resiko stress yang lain adalah pendidikan. Penelitian ini mendapatkan mayoritas lulusan SLTP sebanyak 24 responden (66,7%). Penelitian Hessy (2018) mendapatkan lulusan SLTP sebanyak (39,5%), penelitian Hariyono (2021) mendapatkan pendidikan SMP sebanyak 38,4%. Pendidikan mempengaruhi pola pikir dan kemampuan menerima informasi, dimana pendidikan rendah beresiko mengalami stress.

Hasil penelitian mendapatkan stress normal (tidak stress) sebanyak 7 responden (19,4%). Hal ini ditunjukkan dengan gejala emosi yang stabil, yaitu tidak mudah marah, bereaksi wajar, dapat hidup santai, kondisi fisik prima, mudah beristirahat, tenang, tidak gelisah. Penelitian Kurniawati (2020) mendapatkan 30,2% responden tidak stress yaitu mereka dapat mengatasi masalah hidup yang dihadapi

dan bersantai sehingga tidak ditemukan gejala fisik. Penelitian Windarti (2018) mendapatkan sebanyak 60% responden dalam kategori stress normal. Azizah (2016) menjelaskan bahwa individu yang tidak stress dikarenakan kemampuan dalam mengakses dukungan mental dan mengelola stress. Keberagaman tingkat stres ini disebabkan oleh faktor yang mempengaruhi efek stresor bagi individu juga berbeda-beda antara satu dengan lainnya. Individu yang mampu mengelola stress dan mendapatkan dukungan keluarga akan menunjukkan kondisi tidak stress.

Hasil penelitian mendapatkan stress ringan sebanyak 9 (25%) responden. Stress ringan ini ditunjukkan dengan gejala seperti rasa khawatir, gelisah dan mudah tersinggung, akan tetapi dapat diatasi dengan menggunakan coping adaptif sehingga stress dalam kategori ringan. Penelitian Azizah (2016) mendapatkan bahwa responden dengan stress ringan sebanyak 31%. Penelitian Windarti (2018) mendapatkan stress ringan sebanyak 26,7%. Stress ini sebagai reaksi wajar atas perubahan yang terjadi dalam hidup seseorang serta adanya masalah hidup. Setiap individu memiliki penanganan stress yang berbeda, hal ini dikarenakan usia dewasa telah mengalami perubahan dalam dirinya baik perubahan fisik

maupun mental, perubahan tersebut dapat mempengaruhi kondisi psikologisnya. Apabila stress tersebut tidak diatasi dengan tepat, permasalahan yang harus dihadapi akan menimbulkan akibat gangguan sistem, timbulnya penyakit dan manifestasi klinis.

Hasil penelitian mendapatkan stress berat sebanyak 5 responden (13,9%). Penelitian sebelumnya oleh Kurniawati (2020) mendapatkan bahwa tingkat stress berat sebanyak 10.6%. Penelitian Hariyono (2021) mendapatkan bahwa tingkat stress dalam kategori berat sebanyak 64.3%. Rahman (2016) menyebutkan bahwa gejala stress emosi yang berat ditunjukkan dengan seperti merasa khawatir, merasa letih, gejala stress fisik dapat berupa sakit kepala, pusing, pening, tidur tidak teratur, insomnia (susah tidur), bangun terlalu awal, sakit punggung, terutama dibagian bawah, urat tegang terutama pada leher dan bahu, tekanan darah tinggi atau serangan jantung, selera makan yang berubah, mudah lelah atau kehilangan daya energi, dan bertambah banyak melakukan kekeliruan atau kesalahan kerja dan hidup. Potter & Perry (2014) menjelaskan bahwa stress merupakan bentuk respons tubuh yang tidak spesifik terhadap setiap kebutuhan tubuh yang terganggu, suatu fenomena universal yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan tidak dapat

dihindari, setiap orang mengalaminya, stres memberi dampak secara total pada individu yaitu terhadap fisik, psikologis, intelektual, sosial dan spiritual, stress yang dapat mengancam keseimbangan fisiologis.

## 2. Kejadian Hipertensi

Hasil penelitian mendapatkan kejadian hipertensi paling banyak adalah kategori stadium I sebanyak 16 responden (44,4%) dan paling sedikit kategori normal dan stadium II masing-masing sebanyak 3 responden (8,3%). Hal ini menunjukkan bahwa tekanan darah responden melebihi dari 130/89 mmHg. Hasil tersebut menunjukkan bahwa secara primer peningkatan tekanan darah adalah sesuatu yang normal dan umum terjadi, karena dengan pertimbangan bertambahnya usia. Penelitian ini mendapatkan rata-rata usia responden adalah 53,9 tahun yang berada pada kategori lansia menengah. Penelitian sebelumnya oleh Kurniawati (2020) mendapatkan bahwa rata-rata usia responden adalah 56 tahun. Pada usia ini terjadi perubahan struktural dan fungsional pada sistem pembuluh perifer yang bertanggung jawab pada perubahan tekanan darah yang meningkat.

Peningkatan tekanan darah ini dipengaruhi oleh banyak faktor, dimana faktor resiko penelitian ini adalah jenis

kelamin yang mendapatkan sebagian besar adalah laki-laki (55,6%). Penelitian Kurniawati (2020) mendapatkan mayoritas responden yang mengalami hipertensi berjenis kelamin laki-laki (87,9%). Penelitian yang dilakukan oleh Louisa, Sulistiyani, & Joko (2018) menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi pada laki-laki lebih banyak jika dibandingkan dengan perempuan yaitu sebesar 60%. Kasus hipertensi pada pria lebih mudah ditemukan, karena adanya masalah pekerjaan yang dilampiasikan dengan perilaku merokok dan stres yang diiringi dengan makanan yang tidak sehat. Dampak yang ditimbulkan adalah tekanan darah menjadi tinggi (Andria, 2013). Sedangkan pada penelitian lain oleh Colangelo et al (2013) menyebutkan hormon estrogen dan androgen yang berperan menekan stres pada wanita akan berkurang saat post menopause, wanita post menopause sistem ovariumnya tidak mampu lagi merespon sinyal hormonal yang dikirim dari otak, ini menyebabkan hormone estrogen menjadi berkurang sehingga membuat wanita terutama saat memasuki masa post menopause lebih rentan terhadap depresi dan peningkatan tekanan darah.



### 3. Hubungan Tingkat Stres Dengan Hipertensi

Hasil analisa *Chi Square* dapatkan nilai  $p < 0.000$ , hasil ini memberikan kesimpulan adanya hubungan signifikan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada pasien rawat inap di Rumah Sakit Mardi Rahayu Kudus karena nilai  $p (0.000) < 0.05$  pada taraf signifikansi 5%. Hubungan ini menunjukkan bahwa seseorang yang mengalami stress akan beresiko terhadap hipertensi, dimana semakin tinggi tingkat stress akan menyebabkan peningkatan derajat hipertensi. Penelitian ini mendapatkan pada tingkat stress sedang didapatkan kejadian hipertensi paling banyak stadium I sebanyak 12 responden (80%). Penelitian Windarti (2018) mendapatkan tingkat stress berhubungan dengan derajat hipertensi ( $p < 0,000 < 0,05$ ). Responden dengan stress sedang mengalami hipertensi tingkat 1 sebanyak (6,7%) dan hipertensi tingkat 2 sebanyak 6.7%. Tingkat stress yang dialami responden menunjukkan gejala gelisah, tidak memperhatikan kesehatan, kurangnya kebutuhan istirahat dan tidur sehingga terjadi peningkatan tekanan darah.

Penelitian ini mendapatkan responden dengan tingkat stress berat paling banyak mengalami hipertensi stadium II sebanyak 3 responden (60%).

Stress berat ditunjukkan dengan kondisi yang tidak rileks, sulit diarahkan dan mencari solusi sehingga seseorang mengalami peningkatan tekanan darah. Penelitian sebelumnya oleh Kurniawati (2020) mendapatkan bahwa stress berkorelasi dengan hipertensi, dimana stress sedang didapatkan mengalami hipertensi (59,1%) dan stress berat yang mengalami hipertensi (10.6%). Stres yang dialami seseorang menyebabkan sekresi hormon yang berlebihan kedalam aliran darah, peningkatan frekuensi kerja jantung dan pernapasan serta respon fisik lainnya sehingga menyebabkan tekanan darah meningkat. Penelitian Setyawan (2017) mendapatkan Lansia yang terkena hipertensi lebih banyak pada hipertensi tingkat sedang yaitu sebanyak 31 responden (51,7%), kemudian hipertensi ringan sebanyak 17 responden (28,3%), dan hipertensi berat sebanyak 12 responden (20%).

Penelitian ini mendapatkan bahwa tingkat stres normal didapatkan yang paling banyak hipertensi meningkat sebanyak 4 responden (57,1%). Hal ini menunjukkan bahwa seseorang yang tidak mengalami beban mental menunjukkan peningkatan tekanan darah yang wajar, sebagaimana penelitian Hermawan (2014) yang mendapatkan bahwa responden dengan gejala stress normal didapatkan

tingkat hipertensi normal dan meningkat. Penelitian Windarti (2018) mendapatkan bahwa lansia yang tidak stress didapatkan 33.3% tekanan darah normal dan prehipertensi (13.3%). Peningkatan tekanan darah ini disebabkan perubahan fisik akibat penambahan usia serta kebiasaan hidup tidak sehat.

Penelitian ini mendapatkan pada tingkat stress ringan didapatkan kejadian hipertensi paling banyak hipertensi meningkat sebanyak 7 responden (77,8%). Penelitian Pratiwi (2020) mendapatkan bahwa tingkat stress yang ringan menunjukkan gejala hipertensi kategori meningkat. Penelitian sebelumnya oleh Setyawan (2017) mendapatkan adanya hubungan yang signifikan antara stres dengan tekanan darah dengan nilai  $p=0.000$ , seseorang yang sedang mengalami stres akan menyebabkan pelepasan hormon adrenalin sehingga dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah melalui kontraksi arteri atau vasodilatasi dan peningkatan denyut jantung. Situmorang (2020) menyebutkan bahwa stres mempunyai karakteristik dalam meningkatkan tekanan darah terutama pada kelompok dewasa akhir. Stres meningkatkan pembentukan senyawa yang membahayakan dalam tubuh, mempercepat pompa kerja jantung untuk mengalirkan darah keseluruh tubuh

sehingga tekanan darah meningkat. Stres membuat syaraf simpatis aktif mengakibatkan aktivitas kekuatan tekanan darah dan curah jantung bekerja cepat.

Penelitian Setyawan (2017) juga membuktikan bahwa stress yang dialami seseorang sebagai faktor penyebab hipertensi. Mekanisme respon tubuh terhadap stres diawali dengan adanya rangsang yang berasal dari luar maupun dari dalam tubuh individu sendiri yang akan diteruskan pada sistem limbik sebagai pusat pengatur adaptasi. Sistem limbik meliputi thalamus, hipotalamus, amygdala, hippocampus dan septum. Hipotalamus memiliki efek yang sangat kuat pada hampir seluruh sistem visceral tubuh kita dikarenakan hampir semua bagian dari otak mempunyai hubungan dengannya. Hal ini akan direspon dengan peningkatan aliran darah ke otot-otot rangka dan penurunan aliran darah ke ginjal, kulit, dan saluran pencernaan juga dapat terjadi karena stress. Islami (2017) menyebutkan bahwa kondisi stres yang membuat tubuh menghasilkan hormon adrenalin lebih banyak, membuat jantung berkerja lebih kuat dan cepat. Apabila terjadi dalam jangka waktu yang lama maka akan timbul rangkaian reaksi dari organ tubuh lain. Perubahan fungsional tekanan darah yang disebabkan oleh kondisi stres dapat menyebabkan

hipertropi kardiovaskuler bila berulang secara intermiten. Begitupula stres yang dialami penderita hipertensi, maka akan mempengaruhi peningkatan tekanan darahnya yang cenderung menetap atau bahkan dapat bertambah tinggi sehingga menyebabkan kondisi hipertensinya menjadi lebih berat.

### KESIMPULAN

1. Hasil penelitian mendapatkan tingkat stres paling banyak adalah kategori stress sedang sebanyak 15 responden (41,7%) dan stres paling sedikit adalah stress berat sebanyak 5 responden (13,9%).
2. Hasil penelitian mendapatkan kejadian hipertensi paling banyak adalah kategori stadium I sebanyak 16 responden (44,4%) dan paling sedikit kategori normal dan stadium II masing-masing sebanyak 3 responden (8,3%).
3. Hasil penelitian mendapatkan adanya hubungan signifikan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada pasien rawat inap di Rumah Sakit Mardi Rahayu Kudus karena nilai  $p (0.001) < 0.05$ .

### DAFTAR PUSTAKA

Adam L. 2019. Determinan hipertensi pada lanjut usia. *Jambura Health and Sport Journal*. 1(2):82–89.

Andria, K. M. (2013). Hubungan antara perilaku olahraga, stress dan pola makan dengan tingkat hipertensi pada lanjut usia di Posyandu Lansia Kelurahan Gebang Putih Kecamatan Sukolilo Kota Surabaya. *Jurnal Promkes*, 1(2), 111–117

Anggara, F. H. D., & Prayitno, N. (2013). FaktorFaktor yang berhubungan dengan tekanan darah di Puskesmas Telaga Murni Cikarang Barat tahun 2012. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(1), 20–25.  
<https://doi.org/10.1002/9781444324808.ch36>

Amanda. Desy. 2018. Hubungan Karakteristik Dan Obesitas Sentral Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Berkala Epidemiologi*. Volume 6 Nomor 1 (2018) 43-50

Arif, Djauhar. 2013. Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Pusling Desa Klumpit UPT Puskesmas Gribig Kabupaten Kudus. <https://ejr.stikesmuhkudus.ac.id/index>.

Aryawangsa Ngurah, A. A & Ariastuti Putu, L. N (2015), Prevalensi dan Distribusi Faktor Risiko Depresi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Tampaksiring I Kabupaten Gianyar Bali, *Jurnal Kedokteran FK Univeritas Udayana*, Volume 7 No. 1, Hal 12-23.

Azizah, Rohmatul. 2016. Hubungan Antara Tingkat Stress Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Wonopringgo Pekalongan. ISSN 2407-9189. *Univesity Research Coloquium* 2016.

- Colangelo, L.A., Craft, L.L., Ouyang P., Liu, K., Schreiner, P.J., Michos, E.D., 2013. Association of Sex Hormones and SHBG with Depressive Symptoms in Postmenopausal Woman: the Multi Ethnic Study of Atherosclerosis. NIH Public Acces, Author Manscript,
- Dahroni, Arisdiani, T & Y. P. Widiastuti. 2017. Hubungan Antara Stres Emosi dengan Kualitas Tidur Lansia. *Jurnal Keperawatan 5 (2)*: 68-71.
- Darmojo, R. B. 2014. *Buku Ajar Geriatri*. Jakarta: Balai Penerbit. FKUI.
- Hariyono. 2021. Analisis Perbedaan Tingkat Depresi Pada Lansia Yang Berada Di Pantisosial Tresna Werda Kasiyan Jember Dan Lansia Yang Tinggal Dengan Keluarga Di Wilayah Kerja Puskesmas Balung Kabupaten Jember. <http://repository.unmuhjember.ac.id>
- Hermawan, Fajar. 2014. Hubungan Tingkat Stres dengan Tekanan Darah Lansia. <http://digilib.unisayogya.ac.id/312/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>.
- Hessy, Fiyya. 2018. "Hubungan Syndrom Premenopause Dengan Tingkat Stres pada Wanita Usia 40-45 Tahun." *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad (JKA)* 11(1).
- Hidayat, A. 2014. *Buku Ajar Konsep Dasar Keperawatan*. Selamba Medika. Jakarta.
- Islami, Katerin. 2017. Hubungan Antara Stres Dengan Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan Di Puskesmas Rapak Mahang Kabupaten Kutai Kartanegara Provinsi Kalimantan Timur.
- Jannah, M., Nurhasanah, Nur, A., & Sartika, R. A. (2017). Analisis faktor penyebab kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Mangasa Kecamatan Tamalate Makassar. *Jurnal PENA*, 3(1), 1–12.
- Kati, Richard. 2018. Gambaran Emosi dan Tingkat Kecemasan pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Bahu. *Jurnal e-Biomedik (eBm)*, Volume 6, Nomor 1, Januari-Juni 2018
- Kaplan & Saddock. 2010, *Sinopsis Psikiatri: Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri Klinis*. Jilid 1, Bina Rupa Aksara, Jakarta.
- Kaunang, Vindy. 2019. GAMBARAN TINGKAT STRES PADA LANSIA. *e-journal Keperawatan(e-Kp)* Volume 7 Nomor 2, Agustus 2019
- Keliat, B.A. 2015. *Model Praktik Keperawatan Profesional Jiwa*. EGC. Jakarta.
- Kozier. 2014. *Buku ajar fundamental keperawatan konsep, proses & praktik vol 2*. Edisi 7. Jakarta: EGC.
- Kurniawan, Ade. 2017. Gambaran Tingkat Depresi Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Dusun Banyuurip Seyegan Sleman Yogyakarta. <http://repository.unjaya.ac.id>.
- Kurniawati, Dian. 2020. Tingkat Stres Lansia Dengan Penyakit Tidak Menular. *Jurnal Keperawatan Jiwa* Volume 8 No 2, Hal 123 - 128, Mei 2020.
- Lievre A, Alley D., Crimmins.E.M. 2014, Educational Differentials in Life Expectancy With Cognitive Impairment Among the Elderly in the United States, *Journal of Aging and Health*

- Lusiyana, Novyan. 2020. Skining Pengetahuan dan Deteksi Hipertensi Pada Lansia di Posbindu Kedungpoh, Gunung Kidul. JAMALI - Jurnal Abdimas Madani dan Lestari Vol. 02, Issue. 01, Maret 2020, Hal 38-45.
- Louisa, M., Sulistiyani, & Joko, T. (2018). Hubungan penggunaan pestisida dengan kejadian hipertensi pada petani di Desa Gringsing Kecamatan Gringsing Kabupaten Batang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (JKM E-Journal)*, 6(1), 654–661.
- Mardiana, Yanih. 2014. Hubungan Antara Tingkat Stres Lansia Dan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di RW 01 Kunciran Tangerang. *Forum Ilmiah*, Volume 11 Nomor 2, Mei 2014.
- Ningsih, Susi. 2017. Pengalaman Keluarga Menghadapi Hospitalisasi Pasien Kritis Di Ruang ICU RSUP DR. Kariadi Semarang. <http://eprints.undip.ac.id/51849/2>
- Nuraini, Bianti. 2015. RISK Factors Of Hypertension. *J Majority | Volume 4 Nomer 5 | Februari 2015*.
- Octavian, Y., Setyanda, G., Sulastri, D., & Lestari, Y. (2015). Hubungan merokok dengan kejadian hipertensi pada laki- laki usia 35-65 tahun di Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(2), 434–440
- Pratiwi, Nosa. 2020. Gambaran Tingkat Stres Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Kartasura. <http://eprints.ums.ac.id/84853/>
- Pertiwi, Gracia. 2017. Hubungan Tekanan Darah Dengan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Santa Angela Di Samarinda.
- Potter, P.A & Perry. 2014. *Fundamental Keperawatan Edisi 7 Buku 3*. Jakarta: Salemba Medika.
- Prabhaswari, L & Ariastuti Putu, L. N. 2015, Gambaran Kejadian Depresi Pada Lanjut Usia di Wilayah Kerja Puskesmas Petang I Kabupaten Badung Bali, *Jurnal FK Universitas Udayana*. Volume 7 No. 1, Hal 47-52.
- Santoso, Edy. 2018. Perbandingan tingkat stres pada lansia di Panti Werdha dan di keluarga. *Jurnal Biomedika dan Kesehatan Vol.1 No. 1 Juni 2018*.
- Saragih, Hormarita. 2018. Hubungan Antara Diabetes Mellitus Dengan Hipertensi Pada Pralansia Dan Lansia Di Puskesmas Rambung Kota Tebing Tinggi.
- Selo, J., E. Candrawati dan R. M. Putri. 2017. Perbedaan Tingkat Stres pada Lansia di Dalam dan di Luar Panti Werdha Pangesti Lawang. *Nursing News 2 (3): 522-533*.
- Setiawan, Ridwan. 2020. “Efektivitas Media Edukasi Audio-Visual Dan Booklet Terhadap Pengetahuan Premenopause, Efikasi Diri Dan Stres Pada Wanita Premenopause Di Kota Bandung.” *Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior* 2(1):1–8.
- Setyawan, Annaas. 2017. Hubungan Antara Tingkat Stres Dan Kecemasan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Klinik Islamic Center Samarinda. *Jurnal Ilmu Kesehatan Vol. 5 No. 1 Juni 2017*.
- Setyawan, Budi. 2017. Hubungan Antara Tingkat Stres Dan Kecemasan Dengan Kejadian Hipertensi Pada

- Lansia Di Klinik Islamic Center Samarinda. Jurnal Ilmu Kesehatan VOL. 5 NO. 1 JUNI 2017
- Pada Mahasiswa. ISM, VOL.2 NO.1, JANUARI-APRIL, HAL.4-7
- Sihombing, Merrice. 2017. Faktor yang Berhubungan dengan Hipertensi pada Penduduk Indonesia yang Menderita Diabetes Melitus (Data Riskesdas 2013). Buletin Penelitian Kesehatan, Vol. 45, No. 1, Maret 2017: 53 – 64. <http://ejournal.litbang.depkes.go.id/index.php/BPK/article/view/5730>
- Syavardie, Yimmi. 2018. Pengaruh Stres Terhadap Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Matur, Kabupaten Agam.
- Situmorang, Fanny. 2020. Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi Pada Anggota Prolanis Di Wiayah Kerja Puskesmas Parongpong. Klabat Journal Of Nursing. Volume 2, No. 1, April 2020.
- Tular, G. J., Ratag, B. T., & Kandou, G. D. (2017). Hubungan antara aktifitas fisik, riwayat keluarga dan umur dengan kejadian hipertensi di Desa Tarabitan Kecamatan Likupang Barat Kabupaten Minahasa Utara. Media Kesehatan, 9(3), 1–6.
- Smeltzer dan Bare. 2014. Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah. Alih bahasa; Agung Waluyo. Ed.8. EGC, Jakarta.
- Windarti, Reni. 2018. Hubungan tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia. <http://repository.stikes-bhm.ac.id/270/1/50.pdf>
- Stuart, G.W. 2014. Buku Saku Keperawatan Jiwa. Alih bahasa. Ramona P. Kapoh, Egi Komara Yudha, edisi bahasa Indonesia, Pamilih Eko Karyuni. Ed. 5. Jakarta: EGC.
- Widiana, I Made. 2017. Prevalensi dan karakteristik hipertensi pada pralansia dan lansia di Dusun Tengah, Desa Ulakan, Kecamatan Manggis. E-JURNAL MEDIKA, VOL 6 NO 8, AGUSTUS 2017.
- Stuart, G. 2012. Buku Ajar Keperawatan Jiwa. EGC. Jakarta.
- Sudoyo, Aru. 2015. Ilmu Penyakit Dalam. Jakarta: FKUI.
- Sugiyono. 2017. Statistika Untuk Penelitian. Penerbit Alfabeta, Bandung.
- Sustrani, Lanny. 2014. Hipertensi. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Subramaniam. 2020. Hubungan Antara Stres Dan Tekanan Darah Tinggi