

GAMBARAN STRES PSIKOSOSIAL PADA PENDERITA HIPERTENSI PRIMER USIA DEWASA

Setiasima BR Situmorang^{*1}, Veny Elita¹, Bayhakki¹

¹Jurusan Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Riau

*korespondensi penulis, email: setiasimasitumorang26@gmail.com

ABSTRAK

Usia dewasa merupakan usia produktif yang rentan terhadap berbagai stresor psikososial yang erat kaitannya dengan stres fisik maupun psikologis, sehingga menimbulkan masalah hipertensi. Hipertensi primer pada usia dewasa memberikan dampak negatif terhadap fisik dan psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran stres psikososial pada penderita hipertensi primer usia dewasa. Metode yang dilakukan peneliti adalah kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif dilakukan pada 68 orang responden hipertensi primer menggunakan teknik *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner stres psikososial yang dimodifikasi dari kuesioner *Holmes and Rahe Stress Inventory* dan DASS 42 serta tinjauan pustaka dan analisa data menggunakan analisa univariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami stres psikososial sedang (52,9%). Responden yang mengalami stres psikososial berdasarkan pekerjaan IRT dengan stres psikososial sedang berjumlah 53,3%. Berdasarkan penyakit fisik yang memiliki hipertensi primer tidak disertai dengan keluhan lainnya dengan stres psikososial sedang berjumlah 54%. Berdasarkan hubungan interpersonal yang memiliki hubungan interpersonal akrab dengan stres psikososial ringan berjumlah 52,9%. Stres psikososial penderita hipertensi primer usia dewasa berada pada kategori stres psikososial sedang.

Kata kunci: hipertensi primer, stres psikososial, usia dewasa

ABSTRACT

Adult age is a productive age that is vulnerable to various psychosocial stressors which are closely related to physical and psychological stress, causing hypertension problems. Primary hypertension in adulthood has a negative impact on physical and psychological. This study aims to determine the description of psychosocial stress in adults with primary hypertension. The method used by the researcher is quantitative with a descriptive research design carried out on 68 respondents with primary hypertension using purposive sampling technique. The measuring instrument used was a psychosocial stress questionnaire which was modified from the Holmes and Rahe Stress Inventory and DASS 42 questionnaire as well as literature review and data analysis using univariate analysis. The results showed that the majority of respondents experienced moderate psychosocial stress (52,9%). Respondents who experienced psychosocial stress based on household work with moderate psychosocial stress (53,3%). Based on physical illness, those with primary hypertension were not accompanied by other complaints with moderate psychosocial stress (54%). Based on interpersonal relationships that have close interpersonal relationships with mild psychosocial stress amounted to 52,9%. Psychosocial stress of adults with primary hypertension is in the category of moderate psychosocial stress.

Keywords: adulthood, primary hypertension, psychosocial stress

PENDAHULUAN

Tekanan darah sistolik dan diastolik yang meningkat lebih dari 140 mmHg dan 90 mmHg pada dua kali pengukuran yang memiliki rentang waktu dalam kondisi istirahat cukup didefinisikan sebagai tekanan darah tinggi atau hipertensi (Ridwanah dkk, 2020). Secara global, hipertensi merupakan problematika eminen yang sulit ditangani hingga saat ini (Hariawan & Tatisina, 2020).

Menurut Kemenkes RI (2014), *American Heart Association* (AHA) mencatat sebanyak 74,5 juta jiwa penderita hipertensi di Amerika berada di atas usia 20 tahun dengan persentase hampir 90 hingga 95 persen tidak diketahui pemicunya atau bersifat idiopatik. Kondisi ini disebut sebagai hipertensi *essensial* atau hipertensi primer (Iqbal & Jamal, 2020). Prevalensi pengidap hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 meningkat sebanyak 34,11% yang semula pada Riskesdas 2013 sebanyak 25,8%. Diperkirakan jumlah orang dewasa yang mengalami hipertensi akan mencapai 1,5 miliar sekitar 30% dari populasi dunia pada tahun 2025 (Liu *et al.*, 2017).

Berdasarkan profil Dinas Kesehatan Provinsi Riau tahun 2019, penyakit ketiga terbanyak di Provinsi Riau yaitu hipertensi *esensial* (primer) yakni sebesar 17,8% atau sebanyak 198.543 Jiwa yang berkunjung ke pelayanan kesehatan (Dinkes Riau, 2020). Saat ini hipertensi menjadi penyakit terbanyak nomor dua se-Kota Pekanbaru yaitu sebanyak 19.026 kasus hipertensi yang berkunjung ke pelayanan kesehatan. Berdasarkan data yang didapatkan dari Dinas Kesehatan Pekanbaru pada bulan Desember tahun 2020 angka kejadian hipertensi primer yang paling tinggi di Puskesmas Harapan Raya, yaitu sebanyak 514 kasus hipertensi primer. Dari data tersebut didapatkan penderita hipertensi primer yang berusia 25-44 tahun yang prevalensinya cukup tinggi mengalami peningkatan kasus hipertensi primer dari bulan Januari sampai bulan Desember tahun 2020 di Puskesmas Harapan Raya

(Dinkes Pekanbaru, 2021). Menurut Departemen Kesehatan RI (2009) rentang usia 25-44 tahun merupakan kelompok usia dewasa.

Tingginya peningkatan kasus hipertensi primer pada kelompok usia dewasa disebabkan oleh banyak faktor di antaranya adalah faktor genetik, ras, usia, jenis kelamin, obesitas, merokok, konsumsi alkohol dan kafein berlebih, konsumsi garam berlebih, ketidakseimbangan hormonal, kurangnya berolahraga, dan stres psikososial (Ridwan, 2017; Simatupang, 2020). Hal tersebut sesuai dengan penelitian Awaliyah, Aini, dan Wakhid (2020) tentang hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada usia produktif (26-60 tahun) di Klinik Gracia Ungaran Kabupaten Semarang. Penelitian tersebut melakukan kategorisasi responden berdasarkan tingkat stres yang dialami yaitu ringan, sedang, dan berat untuk mengetahui relevansi antara stres dan hipertensi pada responden. Responden dengan tingkat stres berat yang berada pada persentase 67,3% cenderung memiliki hipertensi daripada responden dengan tingkat stres ringan (42,9%) dan sedang (40%). Penelitian tersebut juga memperlihatkan bahwa tingkat stres dan hipertensi memiliki relevansi signifikan pada usia 26 hingga 60 tahun.

Hipertensi primer pada usia dewasa memberikan dampak negatif terhadap fisik dan psikologis. Dampak secara fisik yang dirasakan oleh penderita hipertensi diantaranya gangguan tidur, ketidakstabilan *mood* dan kelelahan (Adriani, 2018). Sedangkan dampak psikologis penderita hipertensi seperti stres, tidak mampu mengendalikan lingkungan dan dirinya, dan emosi marah yang berlebihan (Ramadi, Posangi & Katuuk, 2017).

Adaptabilitas seseorang dalam mengelola tekanan internal dan eksternal menimbulkan terjadinya respon fisiologis dan psikologis yang disebut stres. Pada usia dewasa, stres dapat dipicu oleh berbagai faktor. Misalnya, lingkungan sosial memberikan pengaruh terhadap stres

psikologi. Stresor yang timbul akibat peran lingkungan sosial didefinisikan sebagai stres psikososial. Kondisi ini mempengaruhi seseorang untuk adaptif terhadap suatu fenomena sebagai bentuk penanggulangan stresor (Kemenkes RI, 2019).

Pada usia dewasa menyebabkan stresor pada lingkup psikososial biasanya dipicu oleh profesi, finansial, kondisi keluarga, pernikahan, hukum, peran sebagai orang tua, hubungan interpersonal, trauma, dan penyakit atau cedera yang diderita seseorang (Hawari, 2011). Selain itu, Sari dan Faizah (2020) menambahkan bahwa perceraian dan kematian orang terkasih juga dapat memicu stres psikososial pada usia dewasa. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Elliya, Marliyana, dan Yulianto (2020) memperlihatkan bahwa pada responden yang berusia 20-55 tahun diketahui mengalami stres psikososial kronik, yaitu sebanyak 82 responden (35,8%) dari 229 responden.

Berdasarkan penelitian Liu *et al* (2017) yang melibatkan sebanyak 5696 peserta dalam 11 studi yang memenuhi syarat analisis akhir. Stres psikososial memiliki keterkaitan dengan meningkatnya kejadian hipertensi (OR = 2.40, 95% CI=1.65-3.49, $p < 0,001$). Stres psikososial memberikan pengaruh yang tinggi pada terjadinya hipertensi daripada penyakit lain (OR = 2.69, 95% CI = 2.32-3.11, $p < 0,001$). Berdasarkan meta-analisis tersebut, stres psikososial dapat menjadi faktor risiko hipertensi.

Penelitian Istiana dan Yeni (2019) tentang pengaruh stres psikososial terhadap kejadian hipertensi pada masyarakat pedesaan dan perkotaan kepada responden *The Fifth Wave of the Indonesian Family Life Survey* (IFLS 5) yang berusia ≥ 15 tahun. Peneliti melibatkan 1.008 responden pedesaan dan 16.057 responden perkotaan. Persentase hipertensi yang dialami responden pedesaan sebanyak 29,7% dan pada responden perkotaan sebanyak 31,4%. Peneliti mengerucutkan hipertensi pada responden pedesaan dan perkotaan dengan

stres psikososial yang diketahui jumlahnya sejumlah 13,4% dan 11%. Stres psikososial pada masyarakat pedesaan berpengaruh terhadap tingginya hipertensi yang disebabkan oleh jenis kelamin, umur, IMT, status pendidikan, ekonomi, dan perkawinan (PR=1,108; 95% CI=1,016-1,209). Selain variabel yang telah disebutkan, masyarakat perkotaan juga mengalami hipertensi stres psikososial akibat konsumsi tembakau (PR=1,174; 95% CI=1,032-1,335).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 28 April 2021 dengan metode pembagian kuesioner *Holmes and Rahe Stress Inventory* dan wawancara kepada 7 orang orang yang menderita hipertensi primer usia dewasa awal (25-44 tahun) di wilayah kerja Puskesmas Harapan Raya Kota Pekanbaru. Didapatkan hasil wawancara kepada 7 orang penderita hipertensi tersebut mengatakan bahwa mudah marah pada hal sepele, sulit untuk tidur, dan khawatir dengan kondisi kesehatannya. Hasil pembagian kuesioner *Holmes and Rahe Stress Inventory* kepada 7 orang penderita hipertensi tersebut didapatkan bahwa 5 orang mengalami stres psikososial berat dan 2 orang mengalami stres psikososial sedang. Stres psikososial tersebut sebagian besar dipengaruhi oleh pekerjaan, hubungan interpersonal (hubungan sosial dengan sesama), dan dipengaruhi oleh penyakit fisiknya. Berdasarkan fenomena tersebut, selanjutnya peneliti ingin mengetahui gambaran stres psikososial pada penderita hipertensi primer usia dewasa.

METODE PENELITIAN

Peneliti menggunakan desain penelitian deskriptif. Peneliti ingin mendeskripsikan stres psikososial pada penderita hipertensi primer usia dewasa. Pelaksanaan penelitian dilakukan pada bulan Februari sampai Agustus 2021 di wilayah kerja Puskesmas Harapan Raya dengan populasi penelitian sebanyak 210 penderita hipertensi primer usia dewasa muda dan sampel penelitian sebanyak 68

responden hipertensi primer usia dewasa muda pasien pasca stroke yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling*.

Kriteria inklusi yaitu, (1) responden usia dewasa (25-44 tahun) yang terdiagnosis oleh dokter hipertensi primer, (2) berdomisili di wilayah kerja Puskesmas Harapan Raya Kota Pekanbaru, (3) bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi yaitu (1) ketidakhadiran responden ketika peneliti melakukan penelitian di lokasi penelitian, (2) tidak menderita penyakit lainnya. Pengambilan data menggunakan kuesioner yang disebar dan diisi oleh peneliti ketika bertemu dengan responden di wilayah kerja Puskesmas Harapan Raya. Kuesioner

terbagi menjadi 2 yaitu, kuesioner A (karakteristik responden), kuesioner B (kuesioner stres psikososial yang dimodifikasi dari kuesioner *Holmes and Rahe Stress Inventory* dan (DASS 42) serta tinjauan pustaka). Uji validitas dan reliabilitas pada penelitian ini telah dilakukan dengan hasil r hitung 0,474-0,806 > r tabel (0,4438) dan nilai *alpha cronbach* 0,935 \geq 0,6. Analisa data yang digunakan adalah analisa data univariat.

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Keperawatan dan Kesehatan Fakultas Keperawatan Universitas Riau No. 231/UN.19.5.1.8/KEPK.FKp/2021.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Gambaran Karakteristik Responden

No	Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Usia Dewasa Awal		
	25-34 tahun	16	23,5
	35-44 tahun	52	76,5
	Total	68	100
2.	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	25	36,8
	Perempuan	43	63,2
	Total	68	100
3.	Pendidikan Terakhir		
	SD	4	5,9
	SMP	11	16,2
	SMA	39	57,4
	Perguruan Tinggi	14	20,6
	Lainnya	0	0
	Total	68	100
4.	Status Pekerjaan		
	PNS	4	5,9
	Wiraswasta	20	29,4
	Swasta	5	7,4
	Buruh	4	5,9
	IRT	30	44,1
	Lainnya	5	7,4
	Total	68	100
5.	Status Perkawinan		
	Belum Menikah	3	4,4
	Sudah Menikah	65	95,6
	Total	68	100
6.	Lama Menderita Hipertensi		
	<1 tahun	11	16,2
	1-2 tahun	17	25,0
	3-4 tahun	20	29,4
	5-6 tahun	11	16,2
	>6 tahun	9	13,2
	Total	68	100

Tabel 1 menunjukkan karakteristik responden, mayoritas penderita hipertensi primer usia dewasa pada penelitian ini berada pada rentang umur 35-44 tahun sebanyak 52 orang (76,5%), berdasarkan jenis kelamin mayoritas responden yaitu perempuan dengan jumlah 43 orang (63,2%), berdasarkan pendidikan terakhir responden, responden lebih banyak yang memiliki latar belakang pendidikan SMA

yaitu sebanyak 39 orang (57,4%), berdasarkan status pekerjaan responden banyak yang bekerja sebagai ibu rumah tangga yaitu sebanyak 30 orang (44,1%), berdasarkan status perkawinan responden banyak yang sudah menikah dengan jumlah 65 orang (95,6%), dan berdasarkan lama menderita penyakit hipertensi 3-4 tahun sebanyak 20 orang (29,4%).

Tabel 2. Tingkat Stres Psikososial Penderita Hipertensi Primer Usia Dewasa

Tingkat Stres Psikososial	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Ringan	28	41,2
Sedang	36	52,9
Berat	4	5,9
Sangat Berat	0	0
Total	68	100

Tabel 2 menunjukkan gambaran stres psikososial penderita hipertensi primer usia dewasa, sebagian besar berada pada

kategori stres psikososial sedang, yaitu sebanyak 36 responden (52,9%).

Tabel 3. Stres Psikososial Berdasarkan Pekerjaan Penderita Hipertensi Primer Usia Dewasa

Pekerjaan	Stres Psikososial						Total	
	Ringan		Sedang		Berat		f	%
	f	%	f	%	f	%		
PNS	4	100	0	0	0	0	4	100
Wiraswasta	7	35	12	60	1	5	20	100
Swasta	3	60	2	40	0	0	5	100
Buruh	2	50	1	25	1	25	4	100
IRT	12	40	16	53,3	2	6,7	30	100
Lainnya	0	0	5	100	0	0	5	100
Total	28	41,2	36	52,9	4	5,9	68	100

Tabel 3 menunjukkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada penderita hipertensi primer usia dewasa di wilayah kerja Puskesmas Harapan Raya Kota Pekanbaru terhadap 68 responden penderita hipertensi primer bahwa stres psikososial

terkait pekerjaan dari 11 domain stres psikososial diketahui bahwa responden terbanyak yang memiliki pekerjaan IRT dengan stres psikososial sedang berjumlah 16 orang (53,3%).

Tabel 4. Stres Psikososial Berdasarkan Hubungan Interpersonal Penderita Hipertensi Primer Usia Dewasa

Hubungan Interpersonal	Stres Psikososial						Total	
	Ringan		Sedang		Berat		f	%
	f	%	f	%	f	%		
Akrab	27	52,9	24	47,1	0	0	51	100
Biasa	1	5,9	12	70,6	4	23,5	17	100
Total	28	41,2	36	52,9	4	5,9	68	100

Tabel 4 menunjukkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada penderita hipertensi primer usia dewasa di wilayah kerja Puskesmas Harapan Raya Kota Pekanbaru terhadap 68 responden penderita hipertensi primer bahwa stres psikososial

terkait pekerjaan dari 11 domain stres psikososial diketahui bahwa dari responden yang memiliki hubungan interpersonal akrab dengan stres psikososial ringan berjumlah 27 orang (52,9%).

Tabel 5. Stres Psikososial Penderita Hipertensi Primer Usia Dewasa Berdasarkan Keluhan Lainnya

Penyakit Fisik	Stres Psikososial						Total	
	Ringan		Sedang		Berat		f	%
	f	%	f	%	f	%		
Hipertensi primer tidak disertai dengan keluhan lainnya	23	46,0	27	54,0	0	0	50	100
Hipertensi primer disertai dengan keluhan lainnya	5	27,8	9	50,0	4	22,2	18	100
Total	28	41,2	36	52,9	4	5,9	68	100

Tabel 5 menunjukkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada penderita hipertensi primer usia dewasa di wilayah kerja Puskesmas Harapan Raya Kota Pekanbaru terhadap 68 responden penderita hipertensi primer bahwa stres psikososial

terkait penyakit fisik dari 11 domain stres psikososial diketahui bahwa responden yang memiliki hipertensi primer tidak disertai dengan keluhan lainnya dengan stres psikososial sedang berjumlah 27 orang (54%).

PEMBAHASAN

Penelitian yang dilakukan di Puskesmas Harapan Raya kepada 68 orang penderita hipertensi primer usia dewasa menunjukkan bahwa mayoritas penderita hipertensi primer berada pada rentang usia 35-44 tahun yaitu sebanyak 52 responden (76,5%). Penelitian ini didukung oleh Tirtasari dan Kodim (2019) menunjukkan bahwa mayoritas penderita hipertensi primer usia dewasa berada pada kelompok usia 35-44 tahun sebesar 21,35%. Hasil penelitian Prasetyo, Wijayanti dan Werdani (2015) bahwa penderita hipertensi usia dewasa mayoritas berada pada rentang usia 36-40 tahun sebesar 45,2%.

Hasil penelitian ini dikaitkan dengan perubahan struktur pembuluh darah seiring pertambahan usia, terjadi penurunan elastisitas pada pembuluh darah arteri. Adanya penumpukan kolagen dan hipertropi sel otot halus yang tipis berpengaruh terhadap situasi tersebut. Pertambahan usia juga berpengaruh terhadap terbentuknya abnormalitas struktural yang merupakan disfungsi endotel sebagai penyebab meningkatnya pembuluh darah arteri yang kaku (Black & Elliot, 2007). Penderita hipertensi, rata-rata dengan usia lebih dari 40 tahun. Namun, sebagian besar hipertensi primer terjadi pada usia 25-45 tahun. Hal ini dipicu oleh produktivitas usia tersebut sehingga kurang memperhatikan kesehatan seperti pola hidup yang kurang sehat dibarengi dengan ketidakmampuan mengendalikan stres fisik

maupun psikologis pada usia dewasa (Sujati, Hariyanto & Rahayu, 2016).

Hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Harapan Raya pada 68 orang dewasa dengan hipertensi primer menunjukkan bahwa mayoritas penderita hipertensi primer usia dewasa adalah perempuan sebanyak 43 responden (63,2%).

Berdasarkan laporan Riskesdas Indonesia tahun 2018 prevalensi hipertensi juga didominasi oleh perempuan sebesar 36,85% (Kemenkes RI, 2019). Mayoritas penderita hipertensi primer usia dewasa terbanyak adalah perempuan karena penderita hipertensi primer usia dewasa yang berjenis kelamin perempuan yang terdiagnosis oleh dokter hipertensi primer dan tercatat di rekam medis Puskesmas Harapan Raya Kota Pekanbaru terbanyak adalah perempuan usia dewasa.

Hal ini sejalan dengan penelitian Prasetyo, Wijayanti, dan Werdani (2015) yang menunjukkan bahwa penderita hipertensi usia dewasa terbanyak adalah perempuan sebesar 69%. Menurut Azizah, Maas dan Sanusi (2019) meningkatnya insiden hipertensi pada perempuan usia dewasa biasanya terbentuk oleh pola makan tidak teratur dan berakibat pada berat badan berlebih hingga obesitas serta rutinitas dalam merokok. Begitu pula perempuan usia dewasa yang berada dalam sosial yang memicu stres tinggi sangat mungkin terkena penyakit hipertensi primer

termasuk seseorang yang kurang melakukan aktivitas fisik seperti olahraga.

Hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Harapan Raya terhadap 68 orang dewasa dengan hipertensi primer menunjukkan bahwa mayoritas penderita hipertensi primer usia dewasa memiliki pendidikan terakhir yaitu SMA sebanyak 39 responden (57,4%). Hal ini sejalan dengan penelitian Ashfiya, Pradika, dan Fauzan (2019) dimana sebagian besar responden penderita hipertensi primer usia dewasa berpendidikan terakhir SMA (44,6%). Pola hidup sehat juga dipengaruhi oleh wawasan seseorang yang diperoleh berdasarkan tingkat pendidikan. Banyaknya wawasan yang dikantongi seseorang dipengaruhi oleh tingginya pendidikan yang dijalani karena aksesibilitas yang ia peroleh dalam penerimaan wawasan ketika mengampu pendidikan. Begitu pula seseorang dengan tingkat pendidikan yang rendah, memiliki peluang yang lebih rendah pula dalam penerimaan informasi, sehingga menjadi penghambat perkembangan seseorang (Mubarak, 2007).

Putriastuti (2016) berpendapat bahwa wawasan yang didapat seseorang dipengaruhi oleh tingginya pendidikan yang diampu, termasuk wawasan kesehatan. Wawasan ini menjadi bekal seseorang dalam melakukan berbagai tindakan. Notoadmodjo (2012) menyatakan bahwa pencegahan hipertensi dapat dilakukan dengan baik ketika wawasan mengenai hipertensi juga baik.

Hasil penelitian terhadap 68 orang dewasa dengan hipertensi primer di Puskesmas Harapan Raya menunjukkan bahwa mayoritas pekerjaan penderita hipertensi primer usia dewasa muda adalah sebagai ibu rumah tangga (IRT) yaitu sebanyak 30 responden (44,1%). Hasil penelitian yang dilakukan peneliti di Puskesmas Harapan Raya Kota Pekanbaru diperoleh sebagian besar penderita hipertensi primer usia dewasa sebagai ibu rumah tangga. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Noralia, Lestari, dan Rachmawati (2020) diperoleh hasil sebagian besar pekerjaan responden

hipertensi usia dewasa adalah ibu rumah tangga yaitu sebanyak 23 responden (61,5%). Hal ini dapat terjadi karena apabila seorang sebagai ibu rumah tangga sebagai salah satu penyebab stres yang akan menyebabkan beban yang banyak karena mengurus rumah tangga setiap harinya dan kurang melakukan aktivitas fisik atau olahraga dan hal ini akan membuat seseorang cenderung mempunyai frekuensi denyut jantung yang lebih tinggi sehingga akan menyebabkan otot jantung bekerja lebih keras pada setiap jantung berkontraksi yang akan menyebabkan peningkatan tekanan pada arteri (Yulita, Zulfitri, dan Deli, 2019).

Hasil penelitian pada 68 orang dewasa dengan hipertensi primer di Puskesmas Harapan Raya menunjukkan bahwa lebih banyak responden yang berstatus sudah menikah yaitu sebanyak 65 responden (95,6%). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Firmansyah, Lukman, dan Mambangari (2017) menunjukkan bahwa responden penderita hipertensi primer usia dewasa berdasarkan status perkawinan banyak responden yang sudah menikah, yaitu sebanyak 77,4%. Menikah dapat menyebabkan stres, perempuan lebih rentan terkena stres daripada laki-laki, karena perempuan umum lebih sering mengandalkan emosi, karenanya seorang ibu pun lebih mudah terkena stres, ini terjadi karena banyak masalah dan harapan yang kita letakkan pada anak, suami, atau bahkan diri kita sendiri yang tak terpenuhi, ketika hal itu terjadi kita marah, kecewa, sedih dan sebagainya. Hal ini dapat disimpulkan bahwa orang yang menikah mengalami stres dan dapat meningkatkan tekanan darahnya (Chakra, 2011).

Hasil penelitian pada 68 orang dewasa dengan hipertensi primer di Puskesmas Harapan Raya menunjukkan bahwa mayoritas penderita hipertensi primer usia dewasa sudah menderita penyakit hipertensi selama 3-4 tahun sebanyak 20 responden (29,4%). Hal ini disebabkan karena hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis yang

memerlukan pengobatan secara rutin dalam jangka waktu yang relatif lama dan semakin lama seseorang menderita hipertensi juga disebabkan oleh faktor herediter, gaya hidup, serta faktor lingkungan (Potter & Perry, 2009).

Tabel 2 menunjukkan gambaran stres psikososial penderita hipertensi primer usia dewasa sebagian besar berada pada kategori stress psikososial sedang yaitu sebanyak 36 responden (52,9%). Potter & Perry (2010) menjelaskan stres sedang merupakan stres yang terjadi lebih lama daripada stres ringan tetapi lebih singkat daripada stres berat atau sangat berat. Stres ini biasanya terjadi selama hitungan jam hingga hari dan dipicu oleh tanggung jawab atau tugas kerja yang *over* aktif atau tidak teratasinya perbedaan pendapat dengan rekan kerja. Ketika stres terjadi selama sehari-hari bahkan lebih pada diri seseorang, stres berada pada tingkat sedang. Fase ini ditandai dengan adanya gangguan atau ketidaknyamanan pada perut (*bowel discomfort*), jantung berdebar-debar, ketegangan pada tengkuk dan otot punggung, tidak dapat merasa santai, serta lelah dan letih dari bangun pagi, seusai makan siang, hingga sore hari. Problematika yang tidak segera teratasi, pekerjaan yang berlebih, atau mengalami perpisahan yang lama dengan anggota keluarga dapat memicu seseorang berada pada tingkat ini.

Stres memiliki pengaruh terhadap hipertensi apabila seseorang stres maka dapat meningkatkan aktivitas saraf simpatis sehingga dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah (Jannah & Sodik, 2018). Hal ini didukung oleh penelitian Liu *et al* (2017) yang menyatakan bahwa penderita hipertensi lebih tinggi stres psikososialnya dibandingkan dengan pasien yang tidak mengalami hipertensi.

Hilangnya pekerjaan yang membuat seseorang menganggur dapat mempengaruhi terganggunya kesehatan yang berisiko pada kematian (Hawari, 2011). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rusnoto dan Hermawan (2018) mengatakan bahwa

dampak stres akibat pekerjaan, antara lain ketegangan, kejenuhan, tidak bersemangat dalam bekerja, sulit beristirahat akibat pekerjaan dan menurunnya nafsu makan. Dari stres psikososial terkait pekerjaan tersebut peneliti berasumsi bahwa responden yang mengalami stres akibat pekerjaan yang berkepanjangan, maka akan berdampak pada kondisi fisik serta kesehatan, salah satunya yaitu kenaikan tekanan darah.

Buruknya interaksi yang terjadi antar personal dapat menjadi pemicu stres. Interaksi yang buruk ini dapat terjadi pada teman dekat, kekasih, rekan kerja, hubungan struktural antara pimpinan dan pekerja, pengkhianatan, dan sejenisnya. Hubungan interpersonal berkaitan dengan keintiman yang berkaitan dengan keterbukaan diri menyangkut persoalan pribadi atau personal terhadap seseorang. Keintiman ini dapat bertahan lama karena membangun suatu relasi sosial yang meminimalisasi terjadinya konflik yang dapat memicu lahirnya stres (Hawari, 2011).

Penelitian ini didukung oleh penelitian Satriyani, Suroto, dan Melinda (2017). Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden hipertensi terbanyak mengalami stres sedang terkait hipertensinya yaitu sebesar 32%. Peneliti berasumsi bahwa stres yang dialami responden penderita hipertensi primer dikarenakan larangan mengkonsumsi makanan tertentu, kesulitan untuk tenang jika mulai merasakan gejala hipertensi, sulit tidur, cemas akan resiko komplikasi dan pengobatan jangka panjang. Berbagai penyakit fisik terutama yang kronis yang mengakibatkan invaliditas dapat menyebabkan stres pada diri seseorang seperti hipertensi primer (Hawari, 2011).

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan gambaran karakteristik individu dan stres psikososial penderita hipertensi primer usia dewasa, yaitu usia mayoritas responden adalah kelompok umur 35-44 tahun, jenis kelamin perempuan, pendidikan terakhir

SMA, status pekerjaan ibu rumah tangga, sudah menikah, lama menderita penyakit hipertensi 3-4 tahun, serta sebagian besar tingkat stres responden yaitu stres psikososial sedang. Stres psikososial pada penderita hipertensi primer usia dewasa terkait pekerjaan dari 11 domain stres psikososial diketahui bahwa responden terbanyak yang memiliki pekerjaan IRT

dengan stres psikososial sedang. Stres psikososial terkait hubungan interpersonal didapatkan hasil bahwa dari responden yang memiliki hubungan interpersonal akrab dengan stres psikososial ringan. Stres psikososial terkait penyakit fisik diketahui bahwa responden yang memiliki hipertensi primer tidak disertai dengan keluhan lainnya dengan stres psikososial sedang.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, S. W. (2018). Perilaku Keluarga Dalam Mendukung Manajemen Hipertensi Di Kabupaten Jember. *The Indonesian Journal of Health Science*, 10(2), 36. Diperoleh tanggal 17 Juni 2021 dari <https://doi.org/10.32528/ijhs.v10i2.1855>
- Ashfiya, M., Pradika, J., & Fauzan, S. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Usia Dewasa Muda Di Wilayah Kerja Puskesmas Perumnas Ii Kota Pontianak. *Jurnal ProNers*, 4(1). Diperoleh 08 Agustus 2021 diakses dari <file:///C:/Users/user/AppData/Local/Temp/34341-75676605813-1-PB.pdf>
- Awaliyah, R., Aini, F., & Wakhid, A. (2020). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Produktif Di Klinik Gracia Ungaran Kabupaten Semarang. *Doctoral Dissertation*. 12. Diperoleh tanggal 11 Maret 2021 dari <http://repository2.unw.ac.id/636/>
- Azizah, N., Maas, L. T., & Sanusi, S. R. (2019). Analisis Faktor Risiko Penyebab Hipertensi Pada Wanita Dewasa Muda Dan Kaitannya Dengan Permasalahan Kehamilan Di Wilayah Kerja Puskemas Teladan Tahun 2017. *Elisabeth Health Jurnal*, 4(2), 80-88. Diperoleh 08 Agustus 2021 diakses dari <http://ejournal.stikeselisabethmedan.ac.id:85/index.php/EHJ/article/view/270>
- Black, H. R., & Elliot, W. J. (2007). *Hypertension: A Companion to Braunwald's Heart Disease*. USA: Elsevier
- Chakra, F. (2011). *Rahasia Menjadi Bunda Bahagia*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Departemen Kesehatan RI. (2009). *Klasifikasi Umur Menurut Kategori*. Jakarta: Ditjen Yankes
- Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru. (2021). *Profil Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru Tahun 2020*. Dinas Kota Pekanbaru
- Dinas Kesehatan Provinsi Riau. (2020). *Profil Dinas Kesehatan Provinsi Riau Tahun 2019*. Dinas Provinsi Riau
- Elliya, R., Marliyana, M., & Yulianto, Y. (2020). Stres psikososial kronis dengan kejadian hipertensi pada pekerja lapangan pabrik gula PT. Indolampung Perkasa. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14(1), 46–51. Diperoleh tanggal 11 Maret 2021 dari <https://doi.org/10.33024/hjk.v14i1.1609>
- Firmansyah, R. S., Lukman, M., & Mambang Sari, C. W. (2017). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Dukungan Keluarga dalam Pencegahan Primer Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 5, 197–213. <http://jkp.fkep.unpad.ac.id/index.php/jkp/article/view/476>
- Hariawan, H., & Tatisina, C. M. (2020). Pelaksanaan Pemberdayaan Keluarga Dan Senam Hipertensi Sebagai Upaya Manajemen Diri Penderita Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, 1(2), 75. Diperoleh tanggal 11 Maret 2021 dari <https://doi.org/10.32807/jpms.v1i2.478>
- Hawari, D. (2011). *Manajemen Stress Cemas dan Depresi Edisi ke 2*. Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. Cetakan III
- Iqbal, A. M., & Jamal, S. F. (2020). Essential Hypertension. In Statpearls. *Statpearls Publishing*. Diperoleh tanggal 11 Maret 2021 dari <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK539859/?report=reader>
- Istiana, M., & Yeni, Y. (2019). The Effect of Psychosocial Stress on the Incidence of Hypertension in Rural and Urban Communities. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 15(4), 408. Diperoleh tanggal 11 Maret 2021 dari <https://doi.org/10.30597/mkmi.v15i4.7988>
- Jannah, R., & Sodik, M. A. (2018). Kejadian Hipertensi Di Tinjau Dari Gaya Hidup Di Kalangan Dewasa Muda. Diperoleh 08 Agustus 2021 diakses dari <https://osf.io/vd45m/download>
- Kemenkes RI. (2014). *Hipertensi*. Jakarta: Pusdatin Kemenkes RI
- Kemenkes RI. (2019). *Situasi Kesehatan Jiwa di Indonesia*. Jakarta: Infodatin Kemenkes RI. Diperoleh tanggal 11 Maret 2021 dari: <file:///C:/Users/user/AppData/Local/Temp/Infodatin-Kesehatan-Jiwa.pdf>
- Liu, M. Y., Li, N., Li, W. A., & Khan, H. (2017). Association between psychosocial stress and

- hypertension: a systematic review and meta-analysis. *Neurological Research*, 39(6), 573–580. Diperoleh tanggal 11 Maret 2021 dari <https://doi.org/10.1080/01616412.2017.1317904>
- Mubarak. (2007). *Promosi Kesehatan: Sebuah pengantar proses belajar mengajar dalam Pendidikan*. Jakarta: Salemba Medika
- Noralia., Lestari, D. R., & Rachmawati, K. (2020). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Di Desa Sapala Kecamatan Paminggir Kabupaten Hulu Sungai Utara. *Nerspedia Journal*, 2(1), 77-86. Diperoleh 08 Agustus 2021 diakses dari <http://103.81.100.242/index.php/nerspedia/article/view/190>
- Notoadmojo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2010). *Fundamental Keperawatan Vol.2 Edisi 7*. Jakarta: Salemba Medika
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (Ed). (2009). *Fundamental Keperawatan Vol. 1 (7thed)*. (Adrina Ferderika, Penerjemah). Jakarta: Salemba Medika
- Prasetyo, D. A., Wijayanti, A. C., & Werdani, E. K. (2015). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Muda Di Wilayah Puskesmas Sibela Surakarta. (*Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta*). <http://eprints.ums.ac.id/37940/1/Naskah%20Publikasi.pdf>
- Putriastuti, Librianti. (2016). Analisis Hubungan Antara Kebiasaan Olahraga Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pasien Usia 45 Tahun Keatas. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 4(2). 225-236. Diperoleh 08 Agustus 2021 diakses dari <https://doi.org/10.20473/jbe.v4i2.2016.225>
- Ramadi, R., Posangi, J., & Katuuk, M. (2017). Hubungan Psychological Well Being Dengan Derajat Hipertensi Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Bahu Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 5(1), 108080. Diperoleh tanggal 17 Juni 2021 dari <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/14693>
- Ridwan, M. (2017). *Mengenal, mencegah, mengatasi silent killer, "Hipertensi"*. Yogyakarta: Romawi Press
- Ridwanah, A. A., Megatsari, H., & Laksono, A. D. (2020). Hypertension in Indonesia in 2018: An Ecological Analysis. *Researchgate Journal*, December, 1–8. Diperoleh tanggal 11 Maret 2021 dari <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.26827.00803>
- Rusnoto, R., & Hermawan, H. (2018). Hubungan Stres Kerja Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pekerja Pabrik Di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliwungu. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 9(2), 111-117. Diperoleh 08 Agustus 2021 diakses dari <https://www.ejr.stikesmuhkudus.ac.id/index.php/jikk/article/view/450>
- Sari, A. N., & Faizah, A. (2020). hubungan tingkat stres dengan hipertensi primer (Hipertensi esensial) pada pasien di puskesmas baloi permai kota batam. *Zona Keperawatan: Program Studi Keperawatan Universitas Batam*, 9(1), 1–11. Diperoleh tanggal 11 Maret 2021 dari <http://ejurnal.univbatam.ac.id/index.php/Keperawatan/article/view/243/192>
- Satriyani, M., Suroto., & Melinda, E. (2017). Gambaran Tingkat Stres Pada Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Sungai Besar Banjarbaru Tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 0511, 51–56. Diperoleh tanggal 17 Juni 2021 dari <http://ejournal-citrakeperawatan.com>
- Simatupang, G. (2020). Gambaran Peresepan Obat Antihipertensi Pasien Rawat Jalan Di Puskesmas Saipahutar Kabupaten Tapanuli Utara. *Dspace Repository*, 1-11. Diperoleh tanggal 16 April 2021 dari <http://repo.poltekkes-medan.ac.id/xmlui/handle/123456789/1840>
- Sujati, S., Hariyanto, T., & Rahayu, W. (2016). Hubungan Asupan Nutrisi Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Primer Dipoliklinik Rumah Sakit Panti Waluya Sawahan Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 1(1). Diperoleh 08 Agustus 2021 diakses dari <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/415>
- Tirtasari, S., & Kodim, N. (2019). Prevalensi dan karakteristik hipertensi pada usia dewasa muda di Indonesia. *Tarumanagara Medical Journal*, 1(2), 395-402. Diperoleh 08 Agustus 2021 diakses dari <https://journal.untar.ac.id/index.php/tmj/article/view/3851>
- Yulita, Reni, Z., & Hellena, D. (2019). Hubungan Gaya Hidup Dan Riwayat Kontrol Dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau, Vol. 6 No.1*. Diperoleh 08 Agustus 2021 diakses dari <https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/view/23196>