

PENGARUH PEMBERIAN EDUKASI TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN PENYAKIT HIPERTENSI DI RS HASTEIN RENGASDENGKLOK KARAWANG

Mahyar Suara^{1*}, Abdul Rohman²

¹⁻²Stikes Abdi Nusantara

Email Korespondensi: abdrhmn1341@gmail.com

Disubmit: 17 April 2025

Diterima: 16 Januari 2026

Diterbitkan: 01 Februari 2026

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v6i2.20341>

ABSTRACT

Stress is a common problem that occurs in human life, stating that stress that exists today is an attribute of modern life. This is because stress has become an inevitable part of life. Whether in the school, work, family, or anywhere else, stress can be experienced by someone. Stress can also happen to anyone including children, adolescents, adults, or the elderly. The problem is when the amount of stress is so much experienced by a person. The impact is that stress endangers his physical and mental condition. To find out the provision of education about stress levels with the incidence of hypertension in Hastein rengasdengklok karawang hospital. The research design used Quasi experiment with a pretest-posttest control approach of the design group. In this study there was one group, namely the intervention group. With a total of 21 respondents meeting the inclusion and inclusion criteria. 47.6% of respondents aged 50-60 years, 52.4% of respondents aged 61-75 years, and 61.9% of respondents had elementary school education, 4.8% had junior high school education, 14.3% had high school education, 19% had undergraduate education. The results of bivariate analysis on the P-Value T-test $0.000 < 0.01$ can be interpreted that providing education about stress levels can reduce stress levels at Hastein rengasdengklok karawang hospital. Nurses can apply stress level education on hypertension casein in healing. So that nursing care can be achieved. And researchers hope this study as a reference for future researchers.

Keywords: *Stress Levels And Hypertension.*

ABSTRAK

Stres merupakan masalah umum yang terjadi dalam kehidupan umat manusia, menyatakan bahwa stres yang ada saat ini adalah sebuah atribut kehidupan modern. Hal ini dikarenakan stres sudah menjadi bagian hidup yang tidak bisa terelakkan. Baik di lingkungan sekolah, kerja, keluarga, atau dimanapun, stres bisa dialami oleh seseorang. Stres juga bisa menimpa siapapun termasuk anak-anak, remaja, dewasa, atau yang sudah lanjut usia. Yang menjadi masalah adalah apabila jumlah stres itu begitu banyak dialami seseorang. Dampaknya adalah stres itu membahayakan kondisi fisik dan mentalnya. Untuk mengetahui Pemberian Edukasi Tentang Tingkat Stres Dengan Kejadian Penyakit Hipertensi Di RS Hastein reengasdengklok karawang. Desain penelitian menggunakan Quasi experiment dengan pendekatan pretest-posttest control grup desain. Pada penelitian ini terdapat satu kelompok, yaitu kelompok intervensi. Dengan jumlah

sempl sebanyak 21 responden dengan memenuhi kriteria inklusi dan eklusi. Hasil analisis univariat 66,7% responden laki-laki 33,3% responden perempuan, 47,6% responden berusia 50-60 tahun 52,4% responden berusia 61-75 tahun dan 61,9% responden berpendidikan SD 4,8% berpendidikan SMP 14,3% berpendidikan SMA 19%berpendidikan sarjana. Hasil analisis bivariat pada uji T-test p-Value $0,000 < 0,01$ hal ini dapat di artikan bahwa pengaruh pemberian edukasi tentang tingkat stress dapat mengurangi tingkat stress di rs hastein karawang. Perawat dapat mengaplikasikanya edukasi tingkat stress pada pasein hipertensi dalam penyembuhan. Sehingga dapat tercapainya asuhan keperawatan. Dan peneliti berharap penelitian ini sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya.

Kata Kunci: Tingkat Stress dan Hipertensi.

PENDAHULUAN

Stres merupakan masalah umum yang terjadi dalam kehidupan umat manusia. Kupriyanov dan Zhdanov (2014) menyatakan bahwa stres yang ada saat ini adalah sebuah atribut kehidupan modren. Hal ini dikarenakan stres sudah menjadi bagian hidup yang tidak bisa terelakkan. Baik di lingkungan sekolah, kerja, keluarga, atau dimanapun, stres bisa dialami oleh seseorang. Stres juga bisa menimpa siapapun termasuk anak-anak, remaja, dewasa, atau yang sudah lanjut usia. Dengan kata lain, stres pasti terjadi pada siapapun dan dimanapun. Yang menjadi masalah adalah apabila jumlah stres itu begitu banyak dialami seseorang. Dampaknya adalah stres itu membahayakan kondisi fisik dan mentalnya. Lin dan Huang (2014).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang paling sering kita jumpai di sekitar kita. Seseorang dikatakan hipertensi dan berisiko mengalami masalah kesehatan apabila setelah dilakukan beberapa kali pengukuran, nilai tekanan darah tetap tinggi nilai tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg atau distolik ≥ 90 mmHg (Prasetyaningrum, 2014). Hipertensi sampai sekarang masih menjadi penyakit pembunuh nomor satu di Indonesia. Belakangan, penyakit tersebut tak hanya menyerang orang lanjut usia karena

faktor degeneratif tapi usia produktif. Usia penderita hipertensi makin merentang ke bawah dengan usia 25 - 45 tahun (Rudianto, 2013). Tekanan darah tinggi atau hipertensi dapat diakibatkan oleh stres yang diderita individu, sebab reaksi yang muncul terhadap impuls stres adalah tekanan darahnya meningkat. Selain itu, umumnya individu yang mengalami stres sulit tidur, sehingga akan berdampak pada tekanan darah yang cenderung tinggi (Seke, et al, 2016). Pada saat seseorang mengalami stres, hormon adrenalin akan dilepaskan dan kemudian akan meningkatkan tekanan darah melalui kontraksi arteri (vasokonstriksi) dan peningkatan denyut jantung. Apabila stres berlanjut, tekanan darah akan tetap tinggi sehingga orang tersebut akan mengalami hipertensi (South et al., 2014).

Prevalensi hipertensi berdasarkan WHO (2017) prevalensi hipertensi pada usia 18-39 (7,5%), 40- 59 (33,2%) dan usia lebih dari 60 tahun (63,1%) . Data World Health Organization (WHO) tahun 2018 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena

hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Kemenkes, 2019)

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018) prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%. Ini mengalami peningkatan dibandingkan prevalensi hipertensi pada Riskesdas Tahun 2013 sebesar 25,8%. Diperkirakan hanya 1/3 kasus hipertensi di Indonesia yang terdiagnosis, sisanya tidak terdiagnosis. Berdasarkan laporan data kesakitan dinkes kabupaten Bekasi 2021 menunjukkan bahwa kasus hipertensi sebanyak 35.151 jiwa atau 5.23.

Oleh karena itu, melihat dari penjabaran diatas penulis tertarik untuk meneliti tentang “pengaruh Pemberian Edukasi Tentang Tingkat Stres Dengan Kejadian Penyakit Hipertensi Di RS Hastein karawang”

KAJIAN PUSTAKA

Stres merupakan masalah umum yang terjadi dalam kehidupan umat manusia. Kupriyanov dan Zhdanov (2014) menyatakan bahwa stres yang ada saat ini adalah sebuah atribut kehidupan modern. Hal ini dikarenakan stres sudah menjadi bagian hidup yang tidak bisa terelakkan. Baik di lingkungan sekolah, kerja, keluarga, atau dimanapun, stres bisa dialami oleh seseorang. Stres juga bisa menimpa siapapun termasuk anak-anak, remaja, dewasa, atau yang sudah lanjut usia. Dengan kata lain, stres pasti terjadi pada siapapun dan dimanapun. Yang menjadi masalah adalah apabila jumlah stres itu begitu banyak dialami seseorang. Dampaknya adalah stres itu membahayakan kondisi fisik dan mentalnya. Lin dan Huang (2014).

Jenis jenis stress menurut Jenita DT Donsu (2017) menyatakan

bahwa jenis stres dibagi menjadi dua yaitu :

- a. Stres Akut merupakan reaksi tubuh terhadap ancaman tertentu, tantangan atau ketakutan. Reaksi akan segera dan intensif dan dibebepada keadaan dapat menimbulkan gemeteran.
- b. Stres Kronis: reaksi yang lebih sulit dipisahkan atau diatasi, dan efeknya lebih panjang dan lebih.

Menurut Priyoto (2014) stres dapat dibagi tiga menurut gejalanya yaitu:

- a. Stres Ringan: Jenis stres yang dihadapi setiap orang secara teratur hampir setiap hari, dimana situasi stres ini ringan dan berlangsung beberapa menit atau jam saja, seperti kemacetan lalu lintas, banyak tidur, masalah lain dengan rekan kerja maupun atasan. Ciri-ciri stres ringan yaitu meningkatnya semangat, tajamnya penglihatan, peningkatan energi, letih tanpa sebab, gangguan sistem pencernaan, otak, perasaan tidak dapat santai. Stres ringan diperlukan karena dapat memacu seseorang untuk berfikir dan berusaha lebih tegar dalam menghadapi tantangan hidup.
- b. Stres Sedang : Jenis stres ini dapat berlangsung lebih lama daripada stres ringan, penyebabnya karena menghadapi situasi yang tidak dapat diselesaikan dengan cepat baik dengan rekan kerja, keluarga maupun lingkungan masyarakat. Ciri-ciri stres sedang yaitu sakit perut, otot yang menegang, dan gangguan tidur.

- c. Stres Berat: Jenis stres dengan situasi yang berlangsung lama dapat berlangsung dalam beberapa minggu, bulan maupun tahunan, misalnya kesulitan finansial, perpisahan keluarga, penyakit kronis, psikologi sosial pada usia lanjut. Ciri-ciri stres berat yaitu sulit beraktivitas, gangguan hubungan sosial, sulit tidur, penurunan konsentrasi, kecemasan yang berkepanjangan

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan eksperimen menggunakan desain pre-test post-test control group yaitu terdapat dua kelompok yang dipilih secara random, kemudian di beri pre-test dan post-test.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis kelamin	frekuensi	Persentase%
Laki laki	14	66,7%
perempuan	7	33,3%
Total	21	100%

Berdasarkan tabel 1 Distribusi frekuensi jenis kelamin didapatkan data responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 14 (66.7%) dan perempuan 7 (33.3%).

Jadi jumlah respond laki yang diberikan edukasi tentang tingkat stress tentang penyakit hipertensi lebih banyak 66,7 %.

Tabel 2. Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Persentase%
50-60 tahun	10	47,6 %
61-75 tahun	11	52,4 %
Total	21	100 %

Berdasarkan tabel 2 distribusi frekuensi responden berdasarkan usia dari 21 responden, didapatkan data responden yang berusia 50-60 tahun sebanyak 10 (47.6%) dan usia 61-75 tahun sebanyak 11 (52.4%).

Jadi jumlah responden yang menerima edukasi tentang tingkat stress dengan kejadian penyakit hipertensi di Rs Hastein lebih banyak uisa responden 61-75 tahun dengan presentase (52,4%).

Tabel 3. Hubungan Hipertensi Dengan Usia Jenis Kelamin & Pendidikan Di Rs Hastein

variabel	n	Mean	Std deviation	Std eror	P-Value $\alpha = 1\%$ (0.01)
Hipertensi usia	21	1000	775	169	000
Hipertensi jenis kelamin	21	1.190	814	178	000
Hipertensi Pendidikan	21	619	1.359	297	050

Berdasarkan tabel 3 hubungan hipertensi dengan usia, jenis kelamin dan pendidikan, dari 21 responden berdasarkan usia didapatkan hasil P-Value 0,000 < 0,05, sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara kejadian hipertensi dengan usia, jenis kelamin, didapatkan P-

Value 0,000 < 0,05 yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara hipertensi dengan jenis kelamin dan Pendidikan didapatkan P-Value 0,050 = 0,05 yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara hipertensi dengan Pendidikan seseorang.

PEMBAHASAN

Distribusi Frekuensi Gambaran Karakteristik Responden Di RS Hastein Rengasdengklok Karawang Usia

Berdasarkan table 1 dari hasil distribusi frekuensi usia jenis kelamin dan tingkat Pendidikan di rs hastein Rengasdengklok Karawang. Berdasarkan usia dari 21 responden, didapatkan data responden yang berusia 50-60 tahun sebanyak 10 (47.6%) dan usia 61-75 tahun sebanyak 11 (52.4%).

Usia mempengaruhi perubahan-perubahan pada kulit. proses menua mengakibatkan perubahan struktur kulit menjadi lebih tipis dan mudah rusak. (wasliyah,2018). Hal tersebut disebabkan karena seiring bertambahnya usia seseorang, terjadi penurunan kemampuan organ-organ tubuh termasuk sistem kardiovaskuler dalam hal ini jantung dan pembuluh darah. Pembuluh darah menjadi lebih sempit dan terjadi kekakuan dinding pembuluh darah sehingga menyebabkan tekanan darah dapat meningkat. Hal

ini sejalan dengan teori bahwa semakin meningkat umur seseorang maka risiko terkena Hipertensi sangatlah besar, hal ini terjadi karena pada umur tua arteri besar kehilangan kelenturan dan menjadi kaku sehingga darah yang dipaksa untuk melalui pembuluh darah yang sempit dari pada biasanya dan mengakibatkan naiknya tekanan darah. Tekanan darah tinggi banyak terjadi pada usia dewasa tengah yaitu diatas 40 tahun (Hartanti & Mifbakhuddin, 2015).

Jenis Kelamin

Berdasarkan table 2 jenis kelamin menunjukkan bahwa distribusi frekuensi jenis kelamin didapatkan data responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 14 (66.7%) dan perempuan 7 (33.3%).

Hipertensi adalah penyebab terbesar penyakitkardiovaskular. Pria di dalam populasi umum memilikiangka diastolik tertinggi pada tekanan darahnya dibandingkan dengan wanita pada semua usia danjuga pria

memiliki angka prevalensi tertinggi untuk terjadinya hipertensi. Walau pria memiliki insidentertinggi kasus kardiovaskular pada semua usia, hipertensi pada pria dan wanita dapat menyebabkan stroke, pembesaran ventrikel kiri dan disfungsi ginjal. Hipertensi terutama mempengaruhi wanita karena faktor resikonya dapat dimodifikasi dan hipertensising terjadi pada wanita tua (Falah, 2019).

Tingkat Pendidikan

Berdasarkan table 3 tingkat pendidikan menunjukkan bahwa distribusi frekuensi berdasarkan pendidikan didapatkan data responden yang memiliki riwayat pendidikan SD sebanyak 13 (61.9%), SMP 1 (4.8%), SMA 3 (14.3%) dan S1 4 (19%).

Pendidikan merupakan salah satu faktor penting yang dapat menambah pengetahuan seseorang, sehingga tingkat pendidikan mendukung pengetahuan baik yang dimiliki responden pada penelitian ini. Sumigar (2015) mengatakan bahwa pendidikan yang lebih tinggi mempunyai pengetahuan yang lebih luas untuk memungkinkan pasien dapat lebih mengontrol dirinya dalam mengatasi masalah yang sedang dihadapinya, mempunyai rasa percaya diri yang tinggi, pengalaman, dan mempunyai pemikiran yang tepat bagaimana mengatasi masalah serta mudah mengerti apa yang diajarkan oleh petugas kesehatan. Pengetahuan kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya suatu tindakan, perilaku yang didasarkan pengetahuan akan lebih langgeng dari pada tidak didasarkan oleh pengetahuan (Pramayudi, 2020).

KESIMPULAN

Sebagian dari total responden berjenis kelamin laki-laki dan Sebagian berjenis kelamin perempuan dan Sebagian besar responden berusia 50-60 tahun. Dimana Sebagian responden memiliki Riwayat pendidikan SD Sebagian besar SMP, SMA dan Sarjana. Kejadian hipertensi di RS Hastein Rengasdengklok Karawang pada kelompok intervensi Sebagian besar memiliki Hipertensi. Ada pengaruh pemberian edukasi tentang tingkat stress dengan kejadian penyakit hipertensi di RS Hastein Rengasdengklok Karawang.

SARAN

Disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan sampel yang lebih besar sehingga dapat diidentifikasi adanya pengaruh variabel perancu

Perlu melakukan penelitian lanjutan dengan menambahkan kelompok control pada masing-masing kelompok intervensi sehingga dapat dilihat yang lebih nyata.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardian, I. (2018). Signifikansi Tingkat Stres Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. In Unissula Nursing Conference Call For Paper & National Conference (Vol. 1, No. 1, Pp. 152-156).
- Cahyati, Y., Somantri, I., Cahyati, A., Rosdiana, I., Sugiarti, I., Iman, A. T., & Puruhita, T. K. (2021). Penatalaksanaan Terpadu Penyakit Tidak Menural. Yogyakarta: Cv Budi Utama.
- Delavera, A., Siregar, K. N., Jazid, R., & Eryando, T. (2021). Hubungan Kondisi Psikologis Stress Dengan Hipertensi Pada Penduduk Usia \geq 15 Tahun Di

- Indonesia. Jurnal Biostatistik, Kependudukan, Dan Informatika Kesehatan, 1(3), 148-159.
- Ernawati, I., Fandinata, S. S., & Permatasari, S. N. (2020). Kepatuhan Konsumsi Obat Hipertensi Pengukuran Dan Cara Meningkatkan Kepatuhan. Gresik: Penerbit Graniti.
- Irawan. (2016). Epidemiologi Penyakit Tidak Menular. Yogyakarta: Cv Budi Utama.
- Islami, K. I., Fanani, M., Herawati, E., & Kijanto, S. (2015). Hubungan Antara Stres Dengan Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan Di Puskesmas Rapak Mahang Kabupaten Kutai Kartanegara Provinsi Kalimantan Timur (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Ladyani, F., Febriyani, A., Prasetya, T., & Berliana, I. (2021). Hubungan Antara Olahraga Dan Stres Dengan Tingkat Hipertensi Pada Lansia. Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 10(1), 82-87.
- Lisdahayati, L., Saprianto, S., Zanzibar, Z., Rustiati, N., & Saputra, M. Y. (2023). Article Edukasi Manajemen Stres Pada Anggota Keluarga Dengan Masalah Hipertensi. Nursing Update: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan P-Issn: 2085-5931 E-Issn: 2623-2871, 14(2), 116-124.
- Notoatmodjo, S. (2012). Metodologi Penelitian Kesehatan, Edisi 2. Jakarta: Pt Rineka Cipta.
- Nurmala, I., Racmawati, R. D., Soedirham, O., & Fatah, M. Z. (2022). Psikologi Kesehatan Dalam Kesehatan Masyarakat. Surabaya: Airlangga University Press.
- Prasetya, F. (2021). Buku Ajar Psikologi Kesehatan. Jakarta: Guepedia.
- Ramdani, H. T., Rilla, E. V., & Yuningsih, W. (2017). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Penderita Hipertensi. Jurnal Keperawatan'aisyiyah, 4(1), 37-45.
- Rias, Y. A., Rinancy, H., Ratnasari, F., Agusthia, M., Ariantini, N. S., Alfianto, A. G., . . . Hadi, I. (2021). Psikososial Dan Budaya Dalam Keperawatan. Kota Bandung: Media Sains Indonesia.
- Sari, T. W., Sari, D. K., Kurniawan, M. B., Syah, M. I. H., Yerli, N., & Qulbi, S. (2018). Hubungan Tingkat Stres Dengan Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan Di Puskesmas Sidomulyo Rawat Inap Kota Pekanbaru. Collaborative Medical Journal (Cmj), 1(3), 55-65.
- Sudawam, S., & Livana, P. H. (2017). Gambaran Tingkat Stres Lansia Dengan Hipertensi. Jurnal (prasetya, 2021)Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah Stikes Kendal, 7(1), 32-36. Terjadinya Hiv/ Aids. 1-9.
- Wandayani, W. (2019). Gambaran Promosi Kesehatan Kelas X Sma N 1 Sentolo Tahun Akademik 2018/2019. Africa's Potential For The Ecological Intensification Of Agriculture, 53(9), 1689-1699.
- Yanti, K. T., Andi Mansur Sulolipu, & Rezky Aulia Yusuf. (2023). Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Pencegahan Hiv/Aids Pada Remaja Di Sma Negeri 4 Kota Palopo. Window Of Public Health Journal, 4(6), 925-932. <https://doi.org/10.33096/Wo-ph.v4i6.981>