

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN
TINGKAT KEKAMBUHAN PADA PENDERITA
HIPERTENSI DI PUSKESMAS
SEYEGAN SLEMAN
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun oleh:
MUSTAMIATUL KHAIRIAH
1710201228**



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2019**

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN
TINGKAT KEKAMBUIHAN PADA PENDERITA
HIPERTENSI DI PUSKESMAS
SEYEGAN SLEMAN
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar
Sarjana Keperawatan
Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
di Universitas 'Aisyiyah
Yogyakarta



**Disusun oleh:
MUSTAMIATUL KHAIIRIAH
1710201228**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2019**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN
TINGKAT KEKAMBUHAN PADA PENDERITA
HIPERTENSI DI PUSKESMAS
SEYEGAN SLEMAN
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

**Disusun oleh:
MUSTAMIATUL KHAIRIAH
1710201228**

Telah Dipertahankan di Depan Penguji dan Diterima Sebagai Syarat
Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan
pada Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Pada tanggal:

31 Januari 2019



Pembimbing

Suri Salmiyati, S.Kep.,Ns.,M.Kes.

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN TINGKAT KEKAMBUIHAN PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS SEYEGAN SLEMAN YOGYAKARTA¹

Mustamiatul Khairiah², Suri Salmiyati³

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan masalah kesehatan global yang membutuhkan perhatian karena dapat menyebabkan kematian. WHO mencatat pada tahun 2015 terdapat sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi. Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, menyebutkan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia cenderung meningkat menjadi 34,1% yang didapat melalui pengukuran tekanan darah pada usia 18 tahun ke atas. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan D.I Yogyakarta tahun 2015 didapatkan jumlah kasus hipertensi tertinggi pada penduduk D.I Yogyakarta yaitu di Kabupaten Sleman sebesar 33,22% .

Tujuan Penelitian: Mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan tingkat kekambuhan pada penderita hipertensi di Puskesmas Seyegan Sleman Yogyakarta.

Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan *kuantitatif* dengan desain penelitian *deskriptif korelatif* dan menggunakan metode pendekatan *cross sectional*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *accidental sampling*, berjumlah 66 responden. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner DASS 42 dan data rekam medis puskesmas, analisis data menggunakan *Kendall tau*.

Hasil Penelitian: Tingkat stres pada responden di Puskesmas Seyegan Sleman Yogyakarta sebagian besar dalam kategori sedang yaitu sebanyak 26 responden (39,4%) sedangkan tingkat kekambuhan responden sebagian besar sering mengalami kekambuhan yaitu sebanyak 37 responden (56,1%). Hasil penelitian terdapat hubungan antara tingkat stres dengan tingkat kekambuhan pada penderita hipertensi di Puskesmas Seyegan Sleman Yogyakarta dengan *p-value* sebesar 0,002 <0,05 dan dengan keeratan hubungan rendah (0,353).

Simpulan dan Saran: Ada hubungan antara tingkat stres dengan tingkat kekambuhan pada penderita hipertensi di Puskesmas Seyegan Sleman Yogyakarta. Diharapkan penderita hipertensi dapat mengontrol tingkat stres dengan baik dan kondisi yang dapat memicu terjadinya kekambuhan.

Kata Kunci : Tingkat Stres, Tingkat Kekambuhan, Hipertensi.
Keputusan : 22 Buku (2008-2017), 14 Jurnal, 16 Skripsi, 9 Website.

¹Judul Skripsi

²Mahasiswa PSIK, Fakultas Ilmu Kesehatan , Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.

³Dosen PSIK, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.

THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS AND RECURRENCE LEVEL OF HYPERTENSION PATIENTS IN PUBLIC HEALTH CENTER OF SEYEGAN SLEMAN YOGYAKARTA¹

Mustamiatul Khairiah², Suri Salmiyati³

ABSTRACT

Background: Hypertension is a global health problem that requires attention because it can cause death. WHO noted that in 2015 there were around 1.13 billion people in the world suffering from hypertension. Basic Health Research Result in 2018, stated that the prevalence of hypertension in Indonesia tended to increase to 34.1% obtained through blood pressure measurement at the age of 18 years and above. Based on data from Health Department of Special Region of Yogyakarta (D. I. Yogyakarta) in 2015, the highest number of hypertension cases was found in the population of D. I. Yogyakarta that is in Sleman Regency at 33.22%.

Objective: The aim of the study was to determine the relationship between stress and recurrence level of hypertension patients in Public Health Center of Seyegan, Sleman, Yogyakarta.

Research Method: This research is a quantitative study applying descriptive correlative research design and uses a cross sectional approach. The sampling uses accidental sampling technique with 66 respondents. The research instrument uses DASS 42 questionnaire and medical record data of Public Health Center, and the data analysis uses *Kendall tau*.

Result: Stress levels of respondents in Public Health Center of Seyegan, Sleman, Yogyakarta were mostly in the moderate category which are 26 respondents (39.4%) while the recurrence level of respondents was often recurring as many as 37 respondents (56.1%). The result of the study shows a relationship between stress and recurrence level of hypertension patients in Public Health Center of Seyegan, Sleman, Yogyakarta with a p-value of 0.002 <0.05 and a low correlation (0.353).

Conclusion and Suggestion: There is a relationship between stress and recurrence level of hypertension patients in Public Health Center of Seyegan, Sleman, Yogyakarta. It is expected that hypertension patients can control stress level and conditions that can trigger recurrence well.

Keywords : Stress Level, Recurrence Level, Hypertension.

Literature : 22 Books (2008-2017), 14 Journals, 16 Thesis, 9 Websites.

¹Thesis Title

²Student of Nursing School, Health Sciences Faculty, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.

³Lecturer of Health Sciences Faculty, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan serius yang membutuhkan perhatian karena penyakit hipertensi dapat menyebabkan kematian terutama di negara-negara maju dan negara berkembang. WHO mencatat pada tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi. Jumlah penderita hipertensi di dunia saat ini terus meningkat setiap tahunnya diperkirakan 1,5 miliar kasus pada tahun 2025 atau sekitar 29% dari orang dewasa penduduk dunia menderita hipertensi. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (2018), menyebutkan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia cenderung meningkat menjadi 34,1% yang didapat melalui pengukuran tekanan darah pada usia 18 tahun ke atas.

Prevalensi hipertensi di Daerah Istimewa Yogyakarta menurut Sirkesnas (2016) angka prevalensinya sebesar 46,7% dan jika dibandingkan dengan angka nasional maka angkanya lebih tinggi. Prevalensi ini menempatkan D.I Yogyakarta pada urutan ke -10 sebagai provinsi dengan kasus hipertensi tertinggi. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan D.I Yogyakarta tahun 2015 didapatkan jumlah kasus hipertensi tertinggi pada penduduk D.I Yogyakarta yaitu di Kabupaten Sleman sebesar 33,22% .

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kekambuhan hipertensi

atau peningkatan darah kembali menurut Mansjoer (2011) yang disebabkan oleh beberapa hal yaitu: tidak kontrol secara teratur, pola makan, stres, kurang olahraga, kebiasaan merokok, kebiasaan mengonsumsi alkohol dan kafein dan gangguan tidur/kualitas tidur. Faktor stres sangat berpengaruh terhadap kekambuhan hipertensi, stres adalah realitas kehidupan setiap hari yang tidak dapat dihindari, stres atau ketegangan emosional dapat mempengaruhi sistem kardiovaskuler, khususnya hipertensi.

Stres akan meningkatkan resistensi pembuluh darah perifer dan curah jantung sehingga akan menstimulasi aktivitas saraf simpatik (Sulastri, 2016). Stres dipercaya sebagai faktor psikologis yang dapat meningkatkan tekanan darah. Apabila kondisi ini terus menerus dalam waktu jangka panjang tanpa penanganan yang tepat maka tekanan darah tinggi tersebut akan sulit untuk dikontrol (Afiah, 2018). Penyakit hipertensi akan menjadi masalah yang serius jika tidak segera ditangani. Hipertensi merupakan penyakit kronis yang perlu pengobatan secara rutin. Mengontrol tekanan darah secara teratur dapat mencegah akibat lanjut atau komplikasi yang mungkin terjadi pada penderita hipertensi seperti penyakit jantung, gagal jantung kongestif, stroke, gangguan penglihatan dan penyakit ginjal (Andria, 2013).

Berdasarkan hasil wawancara dengan 10 pasien yang melakukan

pemeriksaan di Puskesmas Seyegan Sleman, empat pasien menyatakan bahwa hipertensinya kambuh karena banyak beban pikiran, sering merasa pusing, mudah emosi dan gelisah, dua pasien lain menyatakan susah tidur dan kelelahan, dua pasien lain tidak mengurangi konsumsi garam dan lemak, pola makan tidak teratur dan tidak minum obat karena obatnya habis, sedangkan dua pasien menjalani diet yang dianjurkan, rutin mengontrol tekanan darah ke Puskesmas. Kunjungan penderita hipertensi pada tahun 2018 jumlahnya lebih banyak dibandingkan tahun 2017 yaitu berjumlah 5.093 penderita, yang terdiri dari 1.833 kasus baru dan 3.260 kasus lama data primer (Statistik Puskesmas Seyegan).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang mengarah pada deskriptif korelatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien hipertensi yang berkunjung pada bulan Juli – September, besar sampel dalam penelitian adalah 66 responden. Teknik yang digunakan *non probability sampling*, yaitu dengan menggunakan *Accidental sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner DASS 42 (*Depression Anxiety Stress Scale 42*) dan data rekam medis puskesmas, analisis data menggunakan *Kendall tau*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

Analisis Univariat

1. Tingkat Stres Responden

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Responden Hipertensi di Puskesmas Seyegan Sleman Yogyakarta

Tingkat Stres	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Normal	14	21.2
Ringan	17	25.8
Sedang	26	39.4
Berat	8	12.1
Sangat berat	1	1.5
Total	66	100.0

Sumber: Data Primer 2018

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 66 responden yang diteliti, sebagian besar responden mengalami tingkat stres dalam kategori sedang yaitu sebanyak 26 responden (39,4%).

2. Tingkat Kekambuhan Responden

Tabel 2 Distribusi Tingkat Kekambuhan Responden Hipertensi di Puskesmas Seyegan Sleman Yogyakarta

Kekambuhan hipertensi	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Kadang-kadang	29	43.9
Sering	37	56.1
Total	66	100.0

Sumber: Data Sekunder 2018

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat kekambuhan hipertensi dalam kategori sering sebanyak 37 responden (56.1%). Dari data rekam medis Puskesmas Seyegan

didapat tekanan darah sebagian besar 2 yaitu sebanyak 36 responden. responden berada pada hipertensi tahap

Analisis Univariat

1. Hubungan antara Tingkat Stres dengan Tingkat Kekambuhan Penderita Hipertensi

Tabel 3 Distribusi Hasil Uji Korelasi Tingkat Stres dengan Tingkat Kekambuhan Penderita Hipertensi di Puskesmas Seyegan Sleman Yogyakarta

		Kekambuhan				Total		P Value	R Hitung
		Kadang-kadang		Sering		F	%		
		F	%	F	%				
Tingkat Stres	Normal	9	13.6	5	7.6	14	21.2	0.353	
	Ringan	10	15.2	7	10.6	17	25.8		
	Sedang	10	15.2	16	24.2	26	39.4		
	Berat	0	0.0	8	12.1	8	12.1		0.002
	Sangat berat	0	0.0	1	1.5	1	1.5		
Total		29	43.9	37	56.1	66	100.0		

Sumber: Data Primer 2018

Berdasarkan tabel 3 diketahui antara tingkat stres dengan tingkat kekambuhan penderita hipertensi menunjukkan bahwa responden yang mengalami tingkat stres sedang dan sering mengalami kekambuhan adalah sebanyak 16 responden (24,2%), sedangkan 10 responden (15,2%) kadang-kadang kambuh. Jadi peneliti menyimpulkan bahwa sebagian besar responden hipertensi yang berobat di Puskesmas Seyegan Sleman mengalami tingkat stres sedang dan juga sering mengalami kekambuhan diketahui bahwa dari hasil analisis uji statistik dengan uji *Kendall tau* didapatkan *p-value* = 0,002 < 0,05. Nilai *r* hitung

(0,353). Hal ini menunjukkan yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan tingkat kekambuhan pada penderita hipertensi di Puskesmas Seyegan Sleman Yogyakarta. Dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0.353 sehingga menunjukkan keeratan hubungan bersifat rendah.

B. PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Berdasarkan karakteristik responden, menunjukkan bahwa dari 66 responden dengan hipertensi sebagian besar dengan usia masa tua yaitu 45-65

tahun karena sesuai dengan data statistik Puskesmas Seyegan, kasus hipertensi paling banyak pada usia 45 tahun keatas. Hal ini sesuai dengan teori Sari (2017) yang menyatakan bahwa hipertensi lebih banyak terjadi pada usia tua karena semakin bertambahnya usia maka semakin besar pula risiko terjadinya hipertensi. Hal ini sejalan dengan penelitian Shaleh (2014) tentang karakteristik dan faktor yang berhubungan dengan hipertensi diperoleh sebanyak 47 responden (73,4%) dengan usia 40-65 tahun, menurut peneliti orang yang usianya sudah <45 tahun biasanya akan terjadi penurunan pada kondisi fisiknya dan semakin besar usia seseorang maka akan lebih beresiko mengalami penyakit hipertensi dibandingkan dengan usia >45 tahun.

Pada penelitian ini juga menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 50 responden (75,8%), hal ini terjadi karena sebagian besar responden tidak bekerja atau hanya sebagai ibu rumah tangga dan tidak banyak melakukan aktivitas fisik berat yang dilakukan secara teratur. Hal ini sesuai dengan penelitian Paruntu (2015) yang meneliti aktivitas fisik dan hipertensi membuktikan bahwa semakin tinggi aktivitas fisik seseorang maka tekanan darah semakin rendah. Menurut peneliti hipertensi lebih banyak ditemukan pada perempuan karena kurangnya aktivitas fisik, sesuai dengan data yang didapat bahwa

sebagian besar responden tidak bekerja, kurang aktivitas gerak, tidak melakukan aktivitas fisik berat secara rutin (olahraga) dan lebih banyak menghabiskan waktu dirumah dengan nonton televisi sehingga mempunyai resiko menderita hipertensi. Pada perempuan juga memiliki hormon estrogen selama siklus menstruasi yang berfungsi untuk mencegah terjadinya pengentalan darah dan jika terjadi ketidakseimbangan dapat mengakibatkan gangguan pada sistem peredaran darah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Setyawan (2018) menunjukkan bahwa karakteristik responden dengan kejadian hipertensi pada lansia sebagian besar adalah perempuan sebanyak 48 responden (58,5%). Hal ini sesuai dengan teori Sari (2017) yang menyatakan bahwa prevalensi hipertensi pada perempuan mengalami peningkatan setelah memasuki usia menopause karena disebabkan oleh adanya perubahan hormonal yang dialami perempuan yang telah menopause. Akan tetapi pada penelitian Widyastuti (2015) didapatkan hasil bahwa laki-laki lebih banyak terkena hipertensi dibandingkan dengan perempuan yaitu sebanyak 54 responden (63,5%). Hal tersebut terjadi karena diduga bahwa laki-laki memiliki gaya hidup yang kurang sehat seperti kebiasaan merokok, mengonsumsi alkohol, stres dan kelelahan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan tingkat pendidikan SD sebanyak 22 responden (33,3%) sedangkan ada 6 responden (9,1%) yang tidak sekolah. Tingkat pendidikan seseorang berhubungan dengan pengetahuan, sebagian responden mengatakan tidak paham jenis makanan apa yang harus dihindari oleh penderita hipertensi dan tidak patuh terhadap diet hipertensi yang dianjurkan karena kurangnya informasi yang didapat. Hal ini sesuai dengan teori Notoadmodjo (2010) yang mengatakan bahwa semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan semakin mudah dalam memahami informasi yang disampaikan, sehingga seseorang dapat mencegah perilaku berisiko hipertensi.

Jenis pekerjaan responden sebagian besar tidak bekerja yaitu sebanyak 25 responden (37,9%). Kegiatan sehari-hari yang dilakukan lebih banyak berdiam diri di rumah seperti nonton televisi, beres-beres rumah dan masak. Pekerjaan sangat berpengaruh terhadap aktivitas fisik seseorang karena biasanya orang yang tidak bekerja dapat meningkatkan kejadian hipertensi secara fisik terutama pada kardiovaskuler. Sesuai dengan pernyataan Anggara & Prayitno (2013) yang mengemukakan bahwa orang yang tidak aktif bergerak cenderung mempunyai frekuensi denyut jantung yang lebih tinggi sehingga otot jantungnya harus bekerja lebih keras pada setiap kontraksi, semakin sering

otot jantung memompa, maka akan semakin besar tekanan yang dibebankan pada arteri sehingga tekanan darah meningkat. Seseorang yang tidak bekerja lebih mudah mengalami kekambuhan hipertensi dibandingkan dengan seseorang yang aktif bekerja. Aktifitas fisik yang teratur dapat menguatkan otot jantung dan memperbesar bilik jantung Wedri (2017).

2. Tingkat Stres Responden Hipertensi Yang Berobat di Puskesmas Seyegan Sleman Yogyakarta

Berdasarkan hasil distribusi frekuensi didapatkan data bahwa tingkat stres sebagian besar responden hipertensi yang berobat di Puskesmas Seyegan Sleman Yogyakarta yang mengalami stres sedang sebanyak 26 responden (39,4%). Dari hasil distribusi tersebut kemudian peneliti berasumsi bahwa kemampuan responden dalam mengelola stres itu masih kurang. Hal ini didukung dengan pernyataan responden pada saat dilakukan penelitian, beberapa responden mengatakan stres karena perubahan fisik dalam dirinya, mudah lelah, dan kehilangan orang terdekat suami/istri, anak kandung. Dan jika dilihat dari butir kuesioner responden sering mengalami sulit beristirahat, mudah gelisah, mudah tersinggung, kadang-kadang marah karena hal kecil/spele, cenderung bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi, mudah cemas dan sulit untuk sabar. Sesuai dengan teori Priyoto (2014) yang menyatakan bahwa bentuk

gejala gangguan psikis yang sering terlihat pada orang yang mengalami stres adalah cepat marah, ingatan kurang, tidak bisa berkonsentrasi, tidak mampu menyelesaikan tugas, perilaku impulsif, reaksi berlebihan terhadap hal sepele, daya kemampuan berkurang, tidak bisa santai pada saat yang tepat, tidak tahan pada suara ataupun gangguan lain dan emosi tidak terkendali.

Dalam Q.S Al-Baqorah ayat 155 menjelaskan bahwa “Dan sungguh akan kami berikan cobaan kepadamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan, dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar”. Dari ayat diatas dapat disimpulkan bahwa Allah SWT mengingatkan kepada umatnya agar dalam menghadapi permasalahan hidup ini hendaknya untuk selalu tegar, sabar dan tidak mudah jatuh dalam cemas, stres dan depresi karena sesungguhnya Allah tidak akan memberikan cobaan diluar batas kemampuan umatnya.

Hal ini sependapat dengan penelitian (Islami, 2015) menunjukkan bahwa stres merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya kekambuhan pada penderita hipertensi yaitu melalui aktivitas sistem saraf simpatis yang mengakibatkan naiknya tekanan darah secara tidak menentu. Pada saat seseorang mengalami stres, hormon adrenalin akan dilepaskan dan kemudian akan meningkatkan tekanan darah melalui kontraksi arteri

(vasokonstriksi) dan peningkatan denyut jantung. Pada responden yang mengalami stres 80 kali lebih besar risikonya untuk mengalami kenaikan tekanan darah dibandingkan responden yang tidak stres Darwane (2012). Hal tersebut sesuai dengan teori Hawari (2011) mengemukakan bahwa setiap individu memiliki kemampuan yang berbeda-beda dalam mengendalikan stres.

Keberagaman tingkat stres disebabkan oleh faktor yang mempengaruhi efek stressor bagi individu berbeda Azizah (2016). Tingkat stres sedang yaitu apabila berlangsung lebih lama, dari beberapa jam bahkan sampai beberapa hari dan stres sedang ini juga dapat memicu terjadinya penyakit. Stressor yang dapat menimbulkan stres sedang yaitu kesepakatan yang belum selesai, beban kerja yang berlebihan. Pada medium ini individu mulai kesulitan tidur sering menyendiri dan tegang.

3. Tingkat Kekambuhan Responden Hipertensi di Puskesmas Seyegan Sleman Yogyakarta

Berdasarkan hasil analisis tabel 4.4 menunjukkan bahwa mayoritas responden sering mengalami kekambuhan hipertensi yaitu sebanyak 37 responden (56,1%), sedangkan 29 responden (43,9%) hipertensinya kadang-kadang kambuh. Hal tersebut terjadi dikarenakan meningkatnya stres dan faktor emosi, tidak kontrol secara teratur, sulit untuk istirahat dan sebagian besar responden masih sering

mengonsumsi makanan yang asin-asin dan tidak patuh terhadap pola diet yang dianjurkan sehingga mengakibatkan tekanan darah pada responden tidak terkontrol atau mengalami kekambuhan hipertensi. Kambuhnya penyakit hipertensi dapat diartikan sebagai timbulnya gejala yang sama seperti sebelumnya sehingga menyebabkan meningkatnya tekanan darah sebesar 140/90 mmHg.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sulastri (2016) yang menyatakan bahwa kekambuhan yang paling banyak terjadi pada pasien hipertensi di UPTD Lampung Selatan adalah dalam kategori sering kambuh dikarenakan faktor stres dan tidak terkontrolnya pengobatan yang telah dianjurkan. Distribusi penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kecenderungan kekambuhan hipertensi yang tinggi. Ada beberapa faktor yang juga dapat mempengaruhi kekambuhan hipertensi yaitu riwayat penyakit dan perilaku hidup sehat pasien hipertensi (Muhlisin dan Laksono, 2011).

Menurut Putri (2014) peningkatan tekanan darah kembali disebabkan oleh beberapa faktor yaitu tidak menjalankan pola hidup sehat, tidak mengurangi stres dan pelaksanaan diet hipertensi tidak ketat. Sedangkan Amanda (2017) mengemukakan bahwa cara yang harus dilakukan untuk mencegah kekambuhan hipertensi yaitu dengan memperhatikan pola makan, menurunkan berat badan, menghindari

minuman berkafein, berhenti merokok, mengurangi minuman beralkohol, melakukan olah raga ringan, mencukupi kebutuhan istirahat dengan tidur selama 6-8 jam per hari dan mengendalikan stres.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Priono (2015) menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai intensitas kekambuhan hipertensi pada kategori kadang-kadang. Masih banyak lansia yang belum mampu mengendalikan dan melakukan coping. Sehingga intensitas kekambuhan hipertensi masih terjadi. Namun, sudah ada upaya untuk mengurangi terjadinya kekambuhan hipertensi dengan diadakannya senam setiap bulan di Posyandu. Hasil penelitian diketahui bahwa semakin menurun coping stres yang dilakukan responden maka semakin meningkat intensitas kekambuhan hipertensi.

Menurut peneliti yang menjadi penyebab responden mengalami tingkat kekambuhan hipertensi yaitu karena responden sering pusing, mudah gelisah, cemas, sulit beristirahat, mudah marah dan jantung mudah berdebar-debar. Dalam Q.S Al-Baqorah ayat 286 menjelaskan bahwa Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan tingkat kesanggupannya dan sesungguhnya Allah tidak akan memberikan cobaan diluar batas kemampuan umatnya, untuk itu kita harus tetap menjaga keimanan, sabar dan selalu bersyukur.

Sedangkan faktor lain yang mungkin mempengaruhi peningkatan hipertensi disebabkan karena kurangnya aktivitas gerak dan pola makan yang kurang sehat, hal ini dilatar belakangi sebanyak 25 responden yang tidak bekerja atau tidak melakukan aktivitas fisik secara teratur dan kurangnya kesadaran responden dalam mengurangi konsumsi garam dan di buktikan dengan hasil penelitian dari 66 responden, 34 orang (51,5%) yang mempunyai kebiasaan mengkonsumsi makanan yang asin-asin.

4. Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Tingkat Kekambuhan Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Seyegan Sleman Yogyakarta

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.5 menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi memiliki tingkat stres dalam kategori sedang sebanyak 26 responden (39,4%), dimana dapat diketahui responden yang memiliki tingkat stres sedang dan tingkat kekambuhannya sering yaitu sebanyak 16 responden (24,2%). Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *Kendall-tau* didapatkan nilai *p-value* sebesar 0,002 (<0,005) sehingga H_0 ditolak, dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan tingkat kekambuhan pada penderita hipertensi di Puskesmas Seyegan Sleman Yogyakarta. Dengan nilai korelasi *Kendall-tau* (*r*) sebesar 0,353 maka menunjukkan bahwa keeratan hubungan yang bersifat rendah

dan arahnya positif, artinya semakin tinggi tingkat stres seseorang maka tingkat kekambuhan hipertensi akan semakin tinggi.

Hasil penelitian ini menggambarkan bahwa ketika tingkat stres meningkat maka secara tidak langsung tekanan darah juga meningkat atau terjadinya kekambuhan begitu pula sebaliknya. Berdasarkan hasil tabel 4.4 menunjukkan bahwa responden dengan tingkat stres sedang lebih sering mengalami kekambuhan walaupun ada beberapa responden yang hipertensinya kadang-kadang kambuh. Pada penelitian ini juga menggambarkan bahwa responden belum bisa mengendalikan stres sepenuhnya. Sedangkan reaksi stres masing-masing orang berbeda hanya saja tergantung bagaimana cara individu tersebut menghadapi ataupun menangani stres yang dialami. Sesuai dengan hasil pengisian kuesioner analisis butir soal 9 tentang seberapa sering responden mudah marah diperoleh data sebanyak 31 responden, butir soal 5 sering merasa cemas sebanyak 32 responden, butir soal 2 cenderung bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi sebanyak 34 responden, butir soal 11 sulit untuk sabar sebanyak 41 responden dan butir soal 14 mudah gelisah yang ditandai dengan sulit tidur dan terbangun pada malam hari sebanyak 46 responden. Dan responden mengatakan belum melakukan manajemen stres dengan baik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh

Afiah (2018) yang menyatakan bahwa stres merupakan salah satu faktor risiko penyakit hipertensi. Pada penelitian ini menyatakan bahwa tingkat stres dengan tekanan darah yang terjadi diduga melalui aktivitas saraf simpatis, yang dapat meningkatkan tekanan secara bertahap. Stres atau ketegangan jiwa yaitu rasa tertekan, murung, bingung, cemas, mudah marah, rasa takut dan rasa bersalah yang dapat memacu jantung berdenyut lebih cepat serta lebih kuat, sehingga tekanan darah meningkat.

Wedri (2017) menyatakan bahwa stres yang bersifat konstan dan terus menerus dapat mempengaruhi kerja kelenjar adrenalin dan teroid dalam memproduksi hormon. Adrenalin, tiroksin dan kortisol merupakan hormon utama stres. Adrenalin yang bekerja secara sinergis dengan sistem saraf simpatis berpengaruh terhadap kenaikan denyut jantung dan tekanan darah. Sesuai dengan teori Sudirman (2011) seperti yang kita ketahui bahwa stres atau ketegangan jiwa (rasa tertekan, murung, rasa marah, rasa takut, rasa bermasalah) dapat merangsang kelenjar anak ginjal melepaskan hormon adrenalin dan memacu jantung berdenyut lebih cepat serta kuat sehingga mengakibatkan tekanan darah meningkat.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Senoaji (2017) yang menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat stres, maka frekuensi kekambuhan hipertensi akan semakin

tinggi. Responden yang mengalami stres sedang lebih berisiko mengalami kekambuhan hipertensi dibandingkan stres ringan Sulastri (2016).

dapat meningkatkan nafsu makan dan kebiasaan merokok sehingga dapat memperburuk keadaan hipertensinya. Stres dapat disebabkan oleh beberapa faktor dan bisa timbul kapan saja.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan tingkat stres dengan tingkat kekambuhan pada penderita hipertensi di Puskesmas Seyegan Sleman Yogyakarta, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan tingkat kekambuhan pada penderita hipertensi di Puskesmas Seyegan Sleman Yogyakarta dengan nilai (*p-value* sebesar 0,002 (<0,05).
2. Tingkat stres pada penderita hipertensi di Puskesmas Seyegan Sleman Yogyakarta, menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat stres dalam kategori sedang yaitu sebanyak 26 responden (39,4%).
3. Tingkat kekambuhan pada penderita hipertensi di Puskesmas Seyegan Sleman Yogyakarta menunjukkan bahwa sebagian besar responden sering mengalami kekambuhan yaitu sebanyak 37 responden (56,1%).
4. Menunjukkan bahwa keeratan hubungan antara tingkat stres dengan tingkat kekambuhan yang

bersifat rendah dengan nilai korelasi (r hitung = 0,353).

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat diberikan saran yaitu:

1. Bagi Puskesmas
Bagi pengelola Puskesmas Seyegan Sleman dapat menambah pengetahuan dan informasi tentang tingkat stres pada penderita hipertensi dan dapat menjadi bahan masukan bagi penentu kebijaksanaan dalam melakukan intervensi, khususnya dalam penanggulangan hipertensi dengan meminimalisir faktor resiko kekambuhan hipertensi diantaranya adalah stres.
2. Bagi Responden
Diharapkan dapat dijadikan bahan masukan mengenai stres sebagai salah satu faktor yang dapat menyebabkan kekambuhan hipertensi, sehingga dapat mengontrol tingkat stres dengan baik dan mengontrol tekanan darah rutin.
3. Bagi Institusi Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah literatur tentang faktor - faktor yang berhubungan dengan kekambuhan hipertensi dan sebagai bahan referensi pembelajaran di perpustakaan untuk mengembangkan penelitian selanjutnya.

4. Bagi peneliti selanjutnya
Diharapkan dapat memberikan informasi baru tentang hubungan tingkat stres dengan tingkat kekambuhan pada penderita hipertensi sehingga dapat menjadi bahan referensi untuk penelitian pengembangan berikutnya dan diharapkan kedepannya dapat meneliti faktor-faktor lain yang menyebabkan terjadinya kekambuhan pada penderita hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiah, W. (2018). Faktor Resiko antara Aktivitas Fisik, Olahraga, Obesitas dan Stres Dengan Kejadian Penyakit Hipertensi Pada Umur 45-55 Tahun Di wilayah Kerja Puskesmas Soropia Kabupaten Konawe. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo. *Jurnal Ilimiah Kesehatan Masyarakat Vol 3 No 2*.
- Amanda, H. (2017). *Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tingkat Kekambuhan Hipertensi Pada Lansia Di Kelurahan Tlogomas Kota Malang*. *Nursing News Volume 2, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang*.
- Andria, M.K.(2013). Hubungan Antara Perilaku Olahraga, Stres Dan Pola Makan Dengan Tingkat Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Posyandu Lansia Kelurahan

- Gebang Putih Kecamatan Sukolilo Kota Surabaya, *Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga Surabaya*.
- Anggara., & Prayitno, N. (2013). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Tekanan Darah di Puskesmas Telaga Murni Cikalang Barat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*.
- Azizah, R. (2017). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Wonopringgo Pekalongan. Program Studi Ners STIKes Muhammadiyah Pekajangan.
- Darwane, W.I. (2012). Hubungan Stres dengan Kenaikan Tekanan Darah Pasien Rawat Jalan. Ilmu Keperawatan. FIK UMS. *Jurnal Keperawatan Vol. VIII No. 2*.
- Hasan, Purwakania. B.A.(2008). Psikologis Kehatan Islami PT Rajawali Pness.
- Hawari, D.(2011). Manajemen Stres Cemas dan Depresi. Balai Penerbit FKUI, Jakarta.
- Islami, K.I. (2015). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan di Puskesmas Rarak Mahang Kabupaten Kutai Kartanegara Provinsi Kalimantan Timur. Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Laksono, R.A. (2013). Hubungan Antara Pola Makan Dan Kebiasaan Merokok Dengan Terjadinya Kekambuhan Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Bendosari Sukoharjo. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Mansjoer (2011). Ilmu Penyakit Dalam Pada Lansia. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2010), *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Paruntu, O.L., RumagitF.A., Kures,G.s., Hubungan Aktivitas fisik, Status Gizi Dan Hipertensi Pada Pegawai di Wilayah Kecamatan Tomohon Utara. Gizdo 2015.
- Priono, S. (2015). Faktor Yang Berhubungan Dengan Intensitas Kekambuhan Hipertensi Pada Lansia di Posyandu Alamanda Panti Kabupaten Jember. Ilmu Keperawatan STIKES dr. Soebandi Jember. *Jurnal Kesehatan dr. Soebandi Vol. 5 No.1*
- Priyoto. (2014). *Konsep Manajemen Stress*.Yogyakarta: Nuha Medika.
- Putri, R.A. (2014). Hubungan antara Tingkat Pengetahuan Tentang Diet Hipertensi dengan Kejadian Kekambuhan Hipertensi Lansia di Desa Mancasan Wilayah Kerja Puskesmas 1 Baki Sukoharjo. Fukultas Ilmu Kesehatan. Univesitas Muhammadiyah Surakarta.

- Rasmun, (2009). *Stres. Koping dan Adaptasi*. Jakarta : Sagung Seto.
- Sari, I.N.Y.(2017). *Berdamailah Dengan Hipertensi*. Jakarta: Bumi Medika.
- Saleh, M. (2014). Hubungan Tingkat Stres Dengan Derajat Hipertensi Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Padang. *Ners Jurnal Keperawatan* Volume 10. No 1, 166-175.
- Styawan, B.A. (2018). Hubungan Antara Tingkat Stres Dan Kecemasan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Klinik Islamic Senter Samarinda. *Fakultas Ilmu Kesehatan UMKT. Jurnal Kesehatan Vol 6 No 1*.
- Sudirman, (2011). *Gambaran Pengetahuan dan Sikap dalam Pencegahan Hipertensi*.
- Sulastri, (2016). Hubungan Antara Stres Dan Riwayat Kontrol Dengan Kekambuhan Hipertensi Pada Lansia Di UPTD Natar Lampung Selatan. *Jurusan Keperawatan Tanjung Karang*.
- Wedri, (2017). Stres Pada Pasien Hipertensi. *Ilmu Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar. Jurnal Gema Keperawatan Vol 10 No 2*.
- HO. (2012). Diakses pada tanggal 03 November 2018 dari <https://health.detik.com/read/2017/05/17/122206/3503396/763/ke-menkes-sebut-kasus-hipertensi-di-indonesia-terus-meningkat>.
- Widyastuti, Y. (2015). Hubungan Antara Kualitas Tidur Lansia Dengan Tingkat Kekambuhan Pada Pasien Hipertensi Di Klinik Dhanang Husada Sukoharjo. *Fakultas Ilmu Kesehatan Stikes Kusuma Husada Surakarta*.

