JIKI Volume 1 Nomor 1 Tahun 2025 Halaman 82-85
Journal of Integrated Knowledge and Innovation
https://jiki.web.id/index.php/jiki/index

HUBUNGAN TINGKAT ANSIETAS DENGAN DERAJAT HIPERTENSI PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA TARAI BANGUN

Nur Aulia Maharani[1]✉, Apriza[2], Elvira Harmia[3]
[1, 2] Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai,
[3]Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai
nurauliamaharani37@gmail.com[1]✉, suksesponting@gmail.com[2], elvirairwandi@gmail.com[3]

Abstrak
Hipertensi merupakan penyakit kronis yang banyak terjadi pada masyarakat dan sering dipengaruhi oleh faktor psikologis, salah satunya adalah ansietas. Ansietas dapat memicu aktivasi sistem saraf simpatik, yang berpengaruh terhadap peningkatan tekanan darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat ansietas dengan derajat hipertensi pada pasien hipertensi di Desa Tarai Bangun. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Jumlah sampel sebanyak 80 responden yang dipilih dengan teknik *simple Random Sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *Generalized Anxiety Scale* (GAS) dan pengukuran tekanan darah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami ansietas sedang (38,8%) dan hipertensi derajat 2 (43,8%). Hasil uji *Spearman Rank rho* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat ansietas dan derajat hipertensi dengan nilai p = 0,000 dan nilai korelasi r = 0,639. Berdasarkan hasil penelitian bahwa semakin tinggi tingkat ansietas, maka semakin tinggi derajat hipertensi yang dialami. Ansietas dapat memperberat derajat hipertensi pada penderita hipetensi. Diharapkan kepada tenaga kesehatan untuk meningkatkan edukasi manajemen ansietas bagi lansia penderita hipertensi.

Kata Kunci: Tingkat Ansietas, Derajat Hipertensi, Penderita Hipertensi

Abstract
Hypertension is a chronic disease that occurs in many people and is often influenced by psychological factors, one of which is anxiety. Anxiety can trigger the activation of the sympathetic nervous system, which affects the increase in blood pressure. This study aims to determine the relationship between the level of anxiety and the degree of hypertension in hypertensive patients in Tarai Bangun Village. This study uses a correlational quantitative design with a cross-sectional approach. The number of samples was 80 respondents who were selected using the simple Random Sampling technique. Data were collected using a Generalized Anxiety Scale (GAS) questionnaire and blood pressure measurements. The results showed that most of the respondents experienced moderate anxiety (38.8%) and hypertension of the second degree (43,8%). The results of the Spearman Rank rho test showed a significant relationship between the level of anxiety and the degree of hypertension with a value of p = 0.000 and a correlation value of r = 0.639. Based on the results of the study, the higher the level of anxiety, the higher the degree of hypertension experienced. Anxiety can aggravate the degree of hypertension in people with hypertension. It is expected that health workers will increase anxiety management education for the elderly with hypertension.

Keywords*: *anxiety Level, Degree Of Hypertension, Patients Hypertension

* Corresponding author :
Address : Pulau Gadang
Email : nurauliamaharani37@gmail.com
Phone : 083179674725

PENDAHULUAN

Hipertensi sebagai salah satu penyakit tidak menular sampai saat ini masih dijuluki sebagai *The Silent Killer* karena gejalanya sulit dikenali bahkan sering tidak menunjukkan gejala dan tanpa keluhan. Hipertensi merupakan suatu kondisi dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal yang ditunjukkan oleh angka sistolik lebih dari 120 mmHg dan diastolik lebih dari 80 mmHg dilakukan dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat atau tenang dengan pemeriksaan tekanan darah yang menggunakan alat berupa *cuff* air raksa (*sphygmomanometer*) maupun alat digital lainnya (Apriza, 2020).

Menurut Data *World Health Organization* (WHO) didapatkan bahwa angka kejadian hipertensi mengalami peningkatan terutama sejak 1975 didapatkan jumlah penderita hipertensi sebanyak 594 juta dan meningkat pada tahun 2015 menjadi 1,13 miliar, pada tahun 2021 diperkirakan terdapat 1,28 miliar orang dewasa diseluruh dunia menderita hipertensi. Serta diprediksi pada tahun 2025 sekitar 1,5 miliar orang di seluruh dunia akan menderita hipertensi (WHO, 2021) Berdasarkan Data Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia 18 tahun ke atas pada tahun 2018 dengan jumlah penduduk sekitar 260 juta sebesar 34,11% mengalami peningkatan dibandingkan prevalensi hipertensi pada Riskesdas Tahun 2013 sebesar 25,8% (Kementrian Kesehatan, 2019).

Provinsi Riau merupakan salah satu provinsi di Indonesia yang masih mengalami prevalensi hipertensi. Prevalensi hipertensi pada penduduk ≥18 tahun di provinsi riau sebesar 29,14% pada tahun 2021. Hipertensi termasuk dalam 10 jenis penyakit terbesar nomor 3 dengan jumlah 198.543 (17,8%) penderita pada tahun 2022 (Profil Kesehatan Provinsi Riau, 2022). Menurut data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar pada tahun 2023, kasus hipertensi tertinggi berada di UPT Puskesmas Tambang yakni sebanyak 19.872 orang dengan persentase 11% yang mendapatkan pelayanan kesehatan. Sedangkan prevalensi hipertensi di wilayah kerja UPT Puskesmas Tambang di ketahui bahwa Desa Tarai Bangun merupakan urutan pertama jumlah penderita hipertensi yaitu sebanyak 1.313 orang dengan persentase 18,6%. Kejadian hipertensi terjadi pada berbagai kelompok usia, dengan persentase tertinggi terjadi pada kelompok usia 60 – 69 (24,6%).

Usia rawan penderita hipertensi biasanya berusia di atas 60 tahun. Usia ini tergolong rentan terhadap hipertensi karena seiring bertambahnya usia, terjadi perubahan struktural dan fungsional pada sistem pembuluh darah arteri dan perifer. Perubahan tersebut meliputi penurunan fleksibilitas dan elastisitas pembuluh darah, yang menyebabkan kekakuan arteri dan pada akhirnya berdampak pada peningkatan tekanan darah (Utami & Silvitasari, 2022).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi memiliki kategori berdasarkan tingkatan. Hipertensi derajat 1 (ringan) Sistol 140-159 MmHg Diastol 90-99 mmHg, derajat 2 (sedang) Sistol 160-179 mmHg Diastol 100-109 mmHg, derajat 3 (berat) Sistol ≥180 mmHg Diastol ≥110 mmHg. Semakin tinggi tekanan darah maka semakin beresiko terjadi kerusakan pada jantung dan pembuluh darah pada organ besar seperti otak dan ginjal hingga menyebabkan berbagai komplikasi yang bisa menyebabkan kematian (Lumi et al., 2018).

Berdasarkan data kunjungan Puskesmas Tambang Januari–Oktober 2024, tercatat 253 penderita hipertensi dengan derajat bervariasi: 83 derajat 1, 95 derajat 2, dan 75 derajat 3. Beberapa mengalami fluktuasi tekanan darah dengan komplikasi ringan seperti stroke, dan derajat berat berisiko tinggi menyebabkan kerusakan organ jika tidak ditangani. Beberapa penyebab yang dapat mempengaruhi peningkatan hipertensi meliputi usia, jenis kelamin, konsumsi natrium berlebihan, obesitas, merokok, kurang istirahat, kurang aktivitas fisik, beban pikiran, tingkat stress, dan gangguan ansietas (Beno et al., 2022).

Ansietas memicu aktivasi hipotalamus dan sistem saraf otonom, yang merangsang kelenjar adrenal untuk mengeluarkan adrenalin. Respons ini dikenal sebagai "fight or flight" dan menyebabkan perubahan tanda vital seperti peningkatan tekanan darah, denyut jantung, dan kebutuhan oksigen. Tekanan darah tinggi ini dapat meningkatkan risiko komplikasi.(Ermayani, 2021).

Penelitian-penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa ada hubungan tingkat ansietas dengan derajat hipertensi. Penelitian oleh Eka Pratiwi memperlihatkan bahwa semakin tinggi tingkat ansietas maka semakin tinggi derajat hipertensi yang dialami oleh penderita.

Berdasarkan survey pendahuluan yang di lakukan oleh peneliti pada tanggal 23 November 2024 di Desa Tarai Bangun menunjukkan 8 dari 10 responden memiliki gaya hidup tidak sehat dan mengalami tekanan emosional akibat hipertensi dan masalah ekonomi. Hasil pengukuran tekanan darah pada 10 penderita menunjukkan 4 orang mengalami hipertensi derajat 1, 4 orang derajat 2, dan 2 orang derajat 3. Semakin tinggi tekanan darah, semakin besar risiko komplikasi organ vital, sehingga pengukuran tekanan darah sangat penting.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan *Cross-Sectional* yaitu untuk melihat hubungan antara variable independen dengan variabel dependen yang dilakukan secara bersama-sama atau sekaligus. Lokasi penelitian dilaksanakan di Desa Tarai Bangun. Populasi dalam penelitian ini adalah Penderita hipertensi yang berusia 60-69 tahun sebanyak 409 orang. Sebagai sampel, penelitian ini menggunakan teknik *Simple Random Sampling***,** di mana sebanyak 80 orang lansia diambil dari populasi total. Analisis data dilakukan secara deskriptif di mana analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden, sedangkan analisis bivariat menggunakan uji *Rank Spearman* untuk mengetahui mengetahui hubungan tingkat ansietas dengan derajat hipertensi pada penderita hipertensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 16-22 Januari 2025 di Desa Tarai Bangun dengan jumlah sampel sebanyak 80 responden**.** Data yang diambil dalam penelitian ini adalah hubungan tingkat ansietas dengan derajat hipertensi pada penderita hipertensi di Desa tarai Bangun. Hasil penelitian ini disajikan melalui analisa univariat dan bivariat yaitu :

a. Analisa Univariat

Tabel 1: Distribusi Frekuensi Tingkat Ansietas dengan Derajat Hipertensi pada Penderita Hipertensi di Desa Tarai Bnagun

No	Variabel Independen dan Dependen	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	**Tingkat Ansietas**		
	Rendah	24	30,0
	Sedang	**31**	**38,8**
	Berat	25	31,3
	Total	**80**	**100**
2	**Derajat Hipertensi**		
	Derajat 1	22	27,5
	Derajat 2	**35**	**43,8**
	Derajat 3	23	28,7
	Total	80	**100**

Berdasarkan tabel 1 dapat di lihat bahwa dari 80 responden, sebagian responden mengalami tingkat ansietas sedang sebanyak 31 orang (38,8) dan Sebagian besar responden yang mengalami hipertensi derajat 2 sebanyak 35 orang (43,8).

b. Analisa Bivariat

Tabel 2: Hubungan Tingkat Ansietas dengan Derajat Hipertensi pada Penderita Hipertensi di Desa Tarai Bangum

Tingkat Ansietas	Derajat Hipertensi								
	Derajat 1		Derajat 2		Derajat 3		Total		*P value*
	n	%	n	%	n	%	N	%	0,000
Ringan	17	21,3	5	6,3	2	2,5	24	30,0	
Sedang	2	2,5	26	32,5	3	3,8	31	38,8	
Berat	3	3,8	4	5,0	18	22,5	25	31,3	
Total	22	27,5	35	43,8	23	28,7	80	100	
Koefisien Korelasi 0,639									

Hasil : Rank Spearman

Berdasarkan tabel 2 dapat di lihat dari hasil analisis hubungan antara tingkat ansietas dengan derajat hipertensi menunjukkan bahwa sebanyak 24 responden (30,0) yang tingkat ansietas ringan mengalami hipertensi derajat 1 sebanyak 17 responden (21,3), dari 31 responden yang tingkat ansietas sedang mengalami hipertensi derajat 2 sebanyak 26 responden (32,5) dan dari 25 responden yang tingkat ansietas berat mengalami hipertensi derajat 3 sebanyak 18 responden (22,5).

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian dari 80 responden dapat di lihat dari tabel 2 dapat di lihat bahwa dari 31 responden yang mengalami tingkat ansietas ringan. Sedangkan dari 35 responden yang mengalami hipertensi derajat 2 sebanyak 26 responden (32,5%). Hasil uji *spearman rank correlation* $\alpha < 0,05$ menunjukkan nilai

signifikansi p-*value* sebesar 0,000 maka ada hubungan yang signifikan antara tingkat ansietas dengan derajat hipertensi. Nilai *spearman's rho* (rs) sebesar 0,639 menunjukkan bahwa hubungan tersebut memiliki kekuatan korelasi kuat (0,60 – 0,79) dan angka koefisien korelasi pada hasil tersebut bernilai positif yaitu 0,639, sehingga hubungan kedua variabel tersebut bersifat searah yang berarti bahwa semakin tinggi tingkat ansietas maka semakin tinggi derajat hipertensi yang dialami pada responden.

Ansietas dan stres dapat memicu aktivasi sistem saraf simpatis, yang berdampak pada peningkatan frekuensi denyut jantung, curah jantung, serta tahanan vaskular perifer. Aktivasi simpatis ini menyebabkan peningkatan tekanan darah. Selain itu, stres atau tekanan psikologis (seperti perasaan tertekan, cemas, bingung, marah, rasa bersalah, atau takut) dapat merangsang kelenjar suprarenal untuk melepaskan hormon adrenalin, yang pada akhirnya memacu jantung berdenyut lebih cepat dan lebih kuat, sehingga menyebabkan peningkatan tekanan darah

Tingkat ansietas ringan juga bisa dinarasikan perasaan gelisah di waktu yang tidak tertentu, hal buruk yang terlintas dalam pikiran dirasa masih mampu dikontrol dengan baik oleh lansia. Selain itu lansia juga memiliki perasaan yang sensitif ketika sedang berargumen dengan orang lain, namun hal sensitifitas tersebut dianggap lansia masih dalam standar yang normal dan lansia juga tidak merasa berlebihan ketika mengalami perasaan sensitif secara tiba-tiba. Hal ini dikarenakan kecemasan itu sebuah hal yang wajar untuk lanjut usia.

Ansietas sedang mengakibatkan individu lebih terfokus pada pikiran dan terjadi penyempitan lapangan persepsi namun masih bisa mengikuti perintah bila diarahkan (Rismawati & Novitayanti, 2020). Dalam penelitian ini tingkat ansietas sedang pada lansia ditandai oleh gejala yang lebih nyata dan mengganggu aktivitas harian, seperti kekhawatiran berlebih, gangguan tidur, kesulitan berkonsentrasi, dan ketegangan emosional yang menetap.

Sedangkan pada tingkat ansietas berat dapat menyebabkan aktivasi sistem saraf simpatik secara kronis, yang mempercepat peningkatan tekanan darah. Selain itu, mayoritas responden dalam kategori ini juga memiliki riwayat lama menderita hipertensi. Durasi hipertensi yang panjang menjadi faktor penting yang turut memperberat derajat tekanan darah, karena tekanan darah tinggi yang berlangsung lama dapat menyebabkan kerusakan progresif pada pembuluh darah dan organ-organ vital.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai "Hubungan tingkat ansietas dengan derajat hipertensi pada penderita hipertensi di Desa Tarai Bangun" maka dapat diambil simpulan sebagai berikut: a) Sebagian besar penderita hipertensi mengalami tingkat ansietas sedang sebanyak 31 responden (38,8), b) Sebagaian besar penderita hipertensi mengalami hipertensi derajat 2 sebanyak 35 responden (43,8), c) Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat ansietas dengan derajat hipertensi di Desa Tarai Bangun.

DAFTAR PUSTAKA

Apriza. (2020). Perbedaan Efektifitas Konsumsi Jus Semangka Dan Jus Belimbing Wuluh Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota. *Jurnal Ners*, *4*(1), 21–28. https://doi.org/10.31004/jn.v4i1.714

Beno, J., Silen, A. ., & Yanti, M. (2022). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kejadian Hipertensi Di Desa Kleco Kecamatan Bendo Kabupaten Magetan. *Braz Dent J.*, *33*(1), 1–12.

Ermayani, M. (2021). Tingkat Ansietas Pada Pasien Hipertensi Primer Di Rsud Abdul Wahab Sjahranie Kalimantan Timur. *Jurnal Keperawatan Dirgahayu (JKD)*, *3*(1), 5–9. https://doi.org/10.52841/jkd.v3i1.189

Kementrian Kesehatan. (2019). *Profil Kesehatan*.

Lumi, F., Terok, M., & Budiman, F. (2018). Hubungan Derajat Penyakit Hipertensi Dengan Tingkat Kecemasan Pada Kelompok Lanjut Usia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kahakitang Kecamatan Tatoareng. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, *13*(2), 59. https://doi.org/10.32382/medkes.v13i2.664

Riau, P. K. P. (2022). Profil Kesehatan Provinsi Riau 2022. *Dinkes Profinsi Riau*, 12–26.

Rismawati, & Novitayanti, E. (2020). Hubungan Kecemasan Dengan Tekanan Darah Pada Lansia. *Jurnal Stethoscope*, *1*(1), 49–57. https://doi.org/10.54877/stethoscope.v1i1.781

Utami, L. T., & Silvitasari, I. (2022). Tingkat Kecemasan Berhubungan Tingkat Kemandirian Lansia Di Posyandu Mawar X Pajang Laweyan. *Nursing News : Jurnal Ilmiah Keperawatan*, *6*(3), 144–152. https://doi.org/10.33366/nn.v6i3.2521