

HUBUNGAN TINGKAT HIPERTENSI DENGAN TINGKAT KECEMASAN***RELATIONSHIP THE DEGREE OF HYPERTENSION WITH ANXIETY LEVEL*****Titik Sumiatin, Binti Yunariyah, Mega Ratna Christiawan**

Prodi D III Keperawatan Kampus Tuban Poltekkes Kemenkes Surabaya

ABSTRAK

Hipertensi merupakan suatu keadaan tekanan darah sistolik lebih besar dari 140 mmHg dan diastolik lebih besar dari 90 mmHg. Terjadinya peningkatan angka kejadian hipertensi disebabkan oleh ketegangan, kekhawatiran atau kecemasan, status sosial dan kebisingan. Tujuan penelitian adalah mengidentifikasi hubungan antara tingkat hipertensi dengan tingkat kecemasan. Desain penelitian menggunakan analitik korelasional dengan jumlah populasi 116 orang dan jumlah sampel 90 orang dengan teknik sampling simple random sampling. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas (47%) orang mengalami hipertensi sedang dan 47 % juga mengalami kecemasan sedang. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa tingkat signifikansi $P=0,000$, koefisien korelasi 0,495. Kesimpulan penelitian adalah terdapat hubungan antara tingkat hipertensi dengan tingkat kecemasan. Berdasarkan hasil penelitian disarankan pasien hipertensi dapat meningkatkan informasi tentang perawatan hipertensi agar kecemasannya dapat berkurang

Kata-kata Kunci: hipertensi, kecemasan

ABSTRACT

Hypertension is a condition of greater systolic blood pressure of 140 mmHg and a diastolic greater than 90 mmHg. An increase in the incidence of hypertension caused by tension, fear or anxiety, social status and noise. The research purposes to identify relationship the degree of hypertension with anxiety level. Analytic studies using correlational design with a population of 116 people and the number of samples of 90 people with simple random sampling technique of sampling. Results showed the majority (47%) people had hypertension and 47% moderate and also experienced moderate anxiety. Statistical test results showed that the level of significance $P = 0.000$, correlation coefficient 0.495. Studies conclusion is there is a relationship between the degree of hypertension with anxiety level.

Key words: hypertension, anxiety

Alamat Korespondensi: Jl. Dr. Wahidin Sudiro Husodo No 2 tuban, Telp (0356) 321827

PENDAHULUAN

Pengaruh kemajuan jaman dan era globalisasi berdampak pada gaya hidup dinamis, makan-makanan serba instan, mengkonsumsi makanan tinggi lemak, kurang sayur-sayuran dan buah, kurang memperhatikan masalah kesehatan, merokok, kebiasaan minum alkohol, dan kurang olahraga. Kondisi tersebut dapat berpengaruh terhadap kesehatan. Faktor lain yang berpengaruh adalah semakin ketatnya persaingan bisnis, tuntutan karier dan persaingan pada berbagai bidang semakin membuat orang terpacu untuk bekerja keras, permasalahan di keluarga maupun di lingkungan tempat tinggal dapat menjadi stressor bagi seseorang sehingga mengalami dan beresiko terjadinya hipertensi (<http://www.ums.ac>).

Seseorang dikatakan menderita hipertensi jika tekanan darah sistolik lebih besar dari 140 mmhg dan diastolik lebih besar dari 90 mmhg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu 5 menit dalam keadaan istirahat atau cukup tenang. Pada tahun 2010 pasien hipertensi di Indonesia mencapai 15 juta orang dan 10.800.000 orang diantaranya merupakan pasien yang tidak terkontrol dengan baik (Depkes RI, 2010).

Menurut data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Tuban pada tahun 2008 terdapat 19.868 kasus pasien hipertensi, tahun 2009 terdapat 15.961 kasus pasien hipertensi, tahun 2010 terdapat 16.523 kasus pasien hipertensi. Dari data tersebut menunjukkan adanya penurunan dari tahun 2008 ke tahun 2009 yaitu sebesar 3097 pasien atau 19,6%. Namun dari tahun 2009 ke tahun 2010 kembali mengalami

peningkatan yaitu sebesar 3,4%. Berdasarkan data yang di peroleh dari Dinkes Tuban, di Puskesmas Sumurgung, khususnya di Kelurahan Sumurgung, angka kejadian hipertensi mengalami selama 2 tahun terakhir. Tahun 2009 jumlah pasien hipertensi sebanyak 63 orang, tahun 2010 sebanyak 92 orang, dan tahun 2011 sebanyak 116 orang. Ini artinya dalam kurun waktu 2009 sampai dengan 2011, jumlah pasien hipertensi mengalami peningkatan sebanyak 53 orang atau sekitar 35%.

Terjadinya peningkatan angka kejadian hipertensi disebabkan oleh ketegangan, kekhawatiran atau kecemasan, status sosial, kebisingan, gangguan dan kegelisahan (Wolf, 2006). Secara medis kecemasan akan meningkatkan produksi hormon adrenalin yang akan menyebabkan terjadinya hipertensi tanpa disadari oleh individu tersebut. Jika penyakit hipertensi tidak segera di tangani maka akan menimbulkan berbagai komplikasi. Hipertensi sering di sebut *The Silent Killer* karena pembunuh tersembunyi dan selain itu juga selalu mengalami peningkatan angka kejadian dari tahun ke tahun.

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Adakah Hubungan Antara Tingkat Hipertensi dengan Tingkat Kecemasan di Desa Sumurgung, Kecamatan Palang, Kabupaten Tuban.

Tujuan penelitian adalah mengetahui adakah hubungana antara tingkat hipertensi dengan tingkat kecemasan di Desa Sumurgung, Kecamatan Palang, Kabupaten Tuban. Tujuan khususnya adalah: 1) mengidentifikasi tingkat hipertensi, 2) mengidentifikasi tingkat kecemasan pasien hipertensi, 3) menganalisis hubungan antara tingkat hipertensi dengan tingkat kecemasan di Desa Sumurgung, Kecamatan Palang, Kabupaten Tuban

Hipertensi adalah suatu peningkatan tekanan darah sistolik dan diastolik yang tidak normal dimana tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan diastolik lebih 90 mmHg (Mansjoer, 1999).

Batasan tersebut diatas tidak membedakan usia dan jenis kelamin, sedangkan batasan hipertensi dengan memperhatikan perbedaan usia dan jenis kelamin (Ridwan, 2010) didapatkan bahwan Pria usia kurang dari 45 tahun, dikatakan hipertensi apabila tekanan darah pada waktu berbaring diatas atau sama dengan 130/90 mmHg, usia lebih dari 45 tahun dikatakan hipertensi apabila tekanan darahnya diatas 145/95 mmHg dan pada wanita tekanan darah di atas atau sama dengan 160/90 mmHg dinyatakan hipertensi.

Kecemasan adalah gangguan alam perasaan yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas, kepribadian masih tetap utuh,

perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam batas normal (Hawari, 2002).

BAHAN DAN METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik korelasi. Populasi penelitian adalah seluruh pasien hipertensi yang berdomisili di Desa Sumurgung sejumlah 116 orang. Besar sampel adalah 90 orang yang di ambil secara *simple random sampling*.

Variabel penelitian adalah tingkat hipertensi dan tingkat kecemasan pasien hipertensi di Desa Sumurgung Kecamatan Palang Kabupaten Tuban. Data di kumpulan menggunakan lembar observasi dan lembar kuesioner dan di analisa menggunakan uji korelasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tingkat Hipertensi Masyarakat

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa pasien hipertensi ringan sebanyak 38%, masyarakat yang menderita hipertensi sedang sebanyak 47%, dan sisanya sebanyak 15% menderita hipertensi berat.

Tabel 1 Tingkat Hipertensi Masyarakat desa Sumurgung Palang Tuban Tahun 2012

Tingkat Hipertensi	f	%
Ringan	34	38
Sedang	42	47
Berat	14	15
Jumlah	90	100

Tingkat hipertensi yang banyak diderita orang adalah hipertensi sedang. Seseorang dengan hipertensi sedang akan mempengaruhi derajat kesehatannya. Berbagai faktor yang menyebabkan terjadinya hipertensi yang dialami oleh warga Desa Sumurgung. Faktor penyebab hipertensi itu bisa berasal dari dalam maupun luar tubuh individu itu sendiri. Masyarakat awam sering kali menganggap remeh penyakit hipertensi, padahal penyakit ini bisa menimbulkan banyak resiko penyakit lainnya terhadap kesehatan masyarakat. Masyarakat perlu mengetahui bahaya yang bisa ditimbulkan oleh penyakit hipertensi, diantaranya penyakit jantung dan pemecahan pembuluh darah di otak.

Diharapkan masyarakat dapat menambah informasi tentang penyakit hipertensi, bagaimana terjadi dan bagaimana pengobatan serta pencegahan

hipertensi. Dengan demikian penyakit hipertensi di Desa Sumurgung dapat berkurang dan masyarakat dapat menjaga kesehatannya.

Tingkat Kecemasan Masyarakat

Berdasarkan tabel 2 didapatkan bahwa masyarakat yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 7%, yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 30%, yang mengalami kecemasan sedang sebanyak 47%, yang mengalami kecemasan berat sebanyak 11%, dan sisanya sebanyak 5% mengalami kepanikan. Berdasarkan dari data tersebut warga Desa Sumurgung paling banyak mengalami kecemasan sedang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan yang paling banyak adalah sedang. Seseorang dengan tingkat kecemasan sedang menimbulkan seseorang untuk memutuskan pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain, sehingga seseorang yang mengalami perhatian yang selektif, namun dapat melakukan sesuatu yang terarah.

Kecemasan dan ketakutan sering digunakan dengan arti yang sama, tetapi ketakutan biasanya merujuk adanya ancaman yang spesifik, sedang Kecemasan merujuk akan adanya ancaman yang hanya berdasarkan hasil asumsi yang belum tentu benar. Perasaan tidak berdaya dan tidak adekuat dapat terjadi, disertai rasa terasing dan tidak aman. Intensitas perasaan ini dapat ringan atau cukup berat sampai menyebabkan kepanikan, dan intensitasnya dapat meningkat atau menghilang tergantung pada kemampuan coping individu dan sumber-sumber pada suatu waktu tertentu.

Tabel 2 Tingkat Kecemasan Masyarakat desa Sumurgung Palang Tuban Tahun 2012

Tingkat Kecemasan	f	%
Tidak Cemas	6	7
Ringan	27	30
Sedang	42	47
Berat	10	11
Panik	5	5
Jumlah	90	100

Tabel 3 Hubungan Tingkat Hipertensi dan Tingkat Kecemasan Masyarakat Desa Sumurgung Palang Tuban Tahun 2012

Tingkat Hipertensi	Tingkat Kecemasan					Jumlah
	Tidak Cemas	Ringan	Sedang	Berat	Panik	
	f %	f %	f %	f %	f %	
Ringan	- -	2 5,9%	21 61,8%	6 17,6%	5 14,7%	34 100%
Sedang	4 9,52%	19 45,2%	16 38%	3 7,14%	-	42 100%
Berat	2 2,30%	6 42,8%	5 35,7%	1 7,14%	-	14 100%

Uji korelasi Spearman Brown $\rho=0,000 < \alpha=0,05$)

Hubungan Tingkat Hipertensi Dan Tingkat Kecemasan

Hasil uji Statistik *Spearman Rank Correlation* menunjukkan adanya hubungan antara tingkat hipertensi dengan tingkat kecemasan di Desa Sumurgung Palang Tuban tahun 2012 ($\rho=0,000 < \alpha=0,05$) dan koefisien korelasi=0.495. Pasien hipertensi ringan mengalami kecemasan sedang sebanyak 21 orang (61,8%), pasien hipertensi sedang dan mengalami kecemasan sedang sebanyak 16 orang (38%), sedangkan pasien hipertensi berat mayoritas mengalami kecemasan ringan sebanyak 6 orang (42,8%).

Kenyataan ini sesuai dengan teori yang dinyatakan oleh Smeltzer (2002), yaitu saat kecemasan dirasakan oleh pasien hipertensi maka system saraf simpatis merangsang pembuluh darah sebagai respons rangsang emosi.

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian disimpulkan bahwa mayoritas (47%) masyarakat menderita hipertensi sedang dan mengalami cemas sedang. Terdapat hubungan antara tingkat hipertensi dengan tingkat

kecemasan masyarakat di Desa Sumurgung Palang Tuban.

Masyarakat dapat menambah informasi tentang cara pencegahan dan pengobatan penyakit hipertensi, agar masyarakat tidak perlu lagi mencemasakan komplikasi yang terjadi pada penyakit hipertensi.

DAFTAR ACUAN

- Suharsimi Arikunto. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta
- Depkes RI. 2010. Angka kejadian Hipertensi di Indonesia. <http://www.depkes.go.id>, diakses 16 oktober 2011
- Dinkes Kab.Tuban. 2010. *Pasien Hipertensi Tahun 2010 Kabupaten Tuban*. Tuban: Dinkes Kab Tuban
- Hawari.(2002).Teori Kecemasan Pada Pasien Hipertensi. diakses pada tanggal 25 oktober 2011
- [http://www.ums.ac/studi prevalensi penyakit hipertensi](http://www.ums.ac/studi_prevalensi_penakit_hipertensi). diakses pada tanggal 24 oktober 2011
- Mansjoer, Arif. 1999. *Kapita Selekta Kedokteran*, Edisi 3, Jilid 1. Jakarta: Media Aesculapius FKUI
- Ridwan, Muhamad. 2010. *Mengenal, Mencegah, Mengatasi Silent Killer*. Semarang: Pustaka Widyamara
- Smeltzer,Suzane C. 2002. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Edisi 8 Volume 2. Jakarta. EGC
- Wolf. 2006. Faktor Pencetus Hipertensi. www.blogger.com diakses tanggal 24 oktober 2011