

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN TEKANAN DARAH ANGGOTA PROLANIS DI PUSKESMAS PARONGPONG

Meike Mercy Coloay¹, Imanuel Sri Mei Wulandari²
Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Advent Indonesia
ari.imaanuel@unai.edu

ABSTRAC

Hypertension is a problem arising in every health service in Indonesia, with more than 25% of cases. Hypertension itself has two risk factors that can be changed and cannot be changed. The increasing age of hypertension is an irreversible factor, while psychological problems are factors that can be changed. The method used in this research is quantitative descriptive correlation with cross-sectional approach. Respondents in this study are all Prolanis members who actively participate in activities at least once a month, which is 40 respondents. The spearman rho test is used in analyzing the relationship of two variables. The results obtained from this study are respondents have moderate anxiety levels and systolic and diastolic blood pressure shows the category of moderate hypertension. Correlation test to get results there is a significant relationship between anxiety levels with blood pressure with a value of $p < 0.05$. It is recommended for respondents to pay attention to changes in blood pressure when experiencing changes in psychological problems, and be able to participate in prolanis activities to get emotional support.

Key Word: anxietas, Blood Pressure, Elderly

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan kasus yang sering ditemukan pada pelayanan kesehatan primer hampir di seluruh Indonesia. Tekanan darah tinggi merupakan suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang (LKIP, 2018). Prevelensi yang tinggi mencapai 25,8%, dengan kecenderungan

perempunyan lebh tinggi dari pada laki-laki (KKRI, 2018).

Hipertensi salah satu pemicu Penyakit Tidak Menular (PTM) dari Penyakit Jantung, Stroke, Ginjal yang saat ini menjadi penyebab kematian nomer satu di dunia. Hipertensi sendiri sering dijuluki dengan *silent Killer* (Kemkes, 2020). Banyak penderita yang tidak menyadari bahwa dirinya mempunyai tekanan darah di atas normal, sehingga pemeriksaan kesehatan jarang dilakukan oleh penderita (Kemenkes.RI, 2014).

Jawa Barat mempunyai 121.153 kasus pada tahun 2018 (KKRI, 2018). Prevalensi hipertensi Provinsi Jawa Barat pada Tahun 2017 sebesar 33% diharapkan target prevalensi hipertensi pada tahun 2018 turun menjadi 29,08%. Ternyata kasus yang terjadi lebih meningkat menjadi 34,5%, berdasarkan data ini Hipertensi masih merupakan masalah kesehatan yang perlu mendapatkan pembinaan mulai dari tingkat paling bawah hingga tingkat Provinsi (LKIP, 2018).

Faktor resiko terjadinya hipertensi terbagi menjadi dua, yaitu faktor yang tidak dapat dirubah dan yang dapat dirubah. Faktor yang tidak dapat dirubah diantaranya adalah: usia, jenis kelamin, riwayat keluarga dan genetic, sedangkan faktor yang dapat dirubah anatominya adalah: pola hidup, obesitas, masalah psikologis (stres, cemas hingga depresi), penggunaan obat estrogen, aktivitas (Kemenkes.RI, 2014).

Dengan bertambahnya usia, resiko mengalami peningkatan tekanan darah semakin tinggi, prevalensi hipertensi pada usia di atas 60 tahun juga menunjukkan peningkatan yang signifikan. Hal ini diakibatkan karena terjadinya perubahan struktur dari pembuluh darah seiring bertambahnya

usia. (Tirtasari & Kodim, 2019). Tingkat kematian lansia yang mengalami hipertensi 3 kali lebih tinggi apabila dibandingkan dengan lansia yang tidak mempunyai riwayat hipertensi (Laka, Widodo, & Rahayu H., 2018).

Perubahan status emosi yang labil mampu mempengaruhi naiknya tekanan darah atau kejadian hipertensi. Penelitian (Arifuddin & Nur, 2017), menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara perubahan status emosi terhadap kejadian hipertensi pada penderita hipertensi. Dengan kata lain semakin penderita menunjukkan status emosi yang labil, semakin tinggi tekanan darahnya.

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 5 anggota Prolanis di Wilayah Kerja Puskesmas Parongpong, didapati mempunyai riwayat penyakit hipertensi lebih dari 5 tahun. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan, tekanan darah sistolik dan diastolik pada anggota Prolanis serta mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan tekanan darah anggota Prolanis di Puskesmas Parongpong.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif korelasi menggunakan pendekatan *cross sectional*, dengan melakukan pengukuran dua variabel secara bersamaan untuk mencari sebuah hubungan antara variabel yang satu dengan variabel lainnya. Responden dalam penelitian ini adalah seluruh anggota Prolanis di Puskesmas Parongpong dengan jumlah 40 orang. Dengan kriteria inklusi: anggota aktif Prolanis Puskesmas Parongpong dan mengikuti Pertemuan rutin Prolanis minimal 1 kali sebulan.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan yang diukur dengan menggunakan instrumen *Depression Anxiety and Stress Scale* (DASS) yang mengidentifikasi skala subyektif depresi, kecemasan dan stres. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah Tekanan Darah yaitu tekanan, dengan melakukan pemeriksaan tekanan darah setiap responden dengan menggunakan spigmomanometer digital.

Setelah data dikumpulkan, dilakukan analisa data dengan menggunakan program SPSS versi 22. Analisa data univariate dilakukan untuk

mengetahui gambaran karakteristik responden, gambaran tingkat kecemasan dan gambaran tekanan darah dari responden. Analisa bivariate dilakukan untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dengan tekanan darah responden dengan menggunakan uji korelasi spearman rho dikarenakan distribusi data yang tidak normal.

HASIL PENELITIAN

1. Gambaran Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Jumlah	%
Jenis Kelamin:		
Laki-laki	8	20
Perempuan	32	80
Usia:		
Lansia Awal	15	37.5
Lansia Akhir	18	45.0
Manula	7	17.5
Diagnosa Medis:		
Hipertensi	31	77.5
DM	7	17.5
CKD	2	5
Total	40	100

Dari tabel 1 kita dapat mengetahui bahwa anggota Prolanis di Wilayah Kerja Puskesmas Parongpong

didominasi oleh perempuan yaitu sebanyak 80% dan hanya 20% persen anggotanya laki-laki. Distribusi usia anggota prolanis didominasi oleh usia lansia akhir yaitu 18 responden (45%), lansia awal sebanyak 15 Responden (37.5%) dan manula sebanyak 7 responden (17.5%). Dengan diagnose medis paling banyak adalah hipertensi sebanyak 31 responden (77.5%), DM sebanyak 7 Responden (17.5%) dan CKD sebanyak 2 orang (5%).

2. Gambaran Tingkat Kecemasan

Tabel 2. Distribusi Tingkat Kecemasan

Tingkat Kecemasan	Jumlah	%
Normal	6	15
Ringan	6	15
Sedang	20	50
Parah	6	15
Sangat Parah/panik	2	5
Total	40	100

Gambaran tingkat kecemasan responden paling banyak dengan 20 responden (50%) adalah cemas sedang dan hanya 2 responden (5%) yang menunjukkan cemas sangat parah atau panik. Secara rata-rata tingkat

kecemasan responden pada tingkat kecemasan sedang.

3. Gambaran Tekanan Darah

Tekanan darah dari dipisahkan antara Systolik dan diastolik.

Tabel 3. Distribusi Tekanan Darah

Systolik

Jenis Hipertensi	Jumlah	%
Normal Tinggi	5	12.5
Hipertensi Ringan	17	42.5
Hipertensi Sedang	5	12.5
Hipertensi Berat	13	32.5
Total	40	100

Tekanan Darah sistolik responden disajikan pada tabel 2, dimana responden lebih banyak berada pada tingkatan hipertensi ringan sebanyak 17 responden (42.5%), di urutan kedua responden cenderung menunjukkan keadaan hipertensi berat sebanyak 13 responden (32.5%), hipertensi sedang dan normal tinggi mempunyai jumlah yang sama yaitu 5 responden (12.5%).

Tabel 4. Distribusi Tekanan Darah

Diastolik

Jenis Hipertensi	Jumlah	%
Normal Tinggi	6	15
Hipertensi Ringan	16	40

Hipertensi Sedang	13	32.5
Hipertensi Berat	5	12.5
Total	40	100

Gambaran tekanan darah diastolik responden dapat dilihat pada tabel 3. Responden yang mempunyai tekanan darah diastolic kategori hipertensi ringan sebanyak 16 responden (40%), hipertensi sedang sebanyak 13 responden (32.5%), normal tinggi sebanyak 6 responden (15%) dan hipertensi berat sebanyak 5 responden (12.5%).

Table 5. Rata-rata Tekanan Darah

Tekanan Darah	Mean	Kategori
Sistolik	163.2	Hipertensi Sedang
Diastolik	99.9	Hipertensi sedang

Dilihat dari rata-rata tekanan darah dari 40 responden, baik sistolik maupun diastolik menunjukkan kategori Hipertensi sedang.

4. Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Tekanan Darah

Tabel 6. Hubungan Tekanan Darah Systolik Dengan Tingkat Kecemasan

	<i>P Value</i>	Keeratan Hubungan
Sistolik	0.041	0.325
Tingkat Cemas		

	<i>P Value</i>	Keeratan Hubungan
Sistolik	0.041	0.325
Tingkat Cemas		

Tabel 6 menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan tekanan darah sistolik responden dengan nilai $p = 0.041 < \alpha (0.05)$ dengan keeratan hubungan 0.325 yang mempunyai arti hubungan dua variabel lemah.

Table 7. Hubungan Tekanan Darah Diastolik Dengan Tingkat Stres

	<i>P Value</i>	Keeratan Hubungan
Sistolik	0,004	0,448
Tingkat cemas		

Hubungan antara tingkat kecemasan dengan tekanan darah sistolik responden juga menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dengan nilai $p = 0.004 < 0.05$, keeratan hubungan 0.448 yang dapat diartikan kedua variabel mempunyai hubungan yang sedang.

PEMBAHASAN

PROLANIS merupakan sistem layanan kesehatan yang menggunakan

pendekatan proaktif, yang mempunyai tujuan untuk memelihara kesehatan bagi penderita pwnyakit kronis untuk mencapai kualitas hidup yang lebih baik (BPJS, 2014). Puskesmas Parongpong membentuk juga wadah Prolanis ini yang anggotanya adalah pasien yang rutin berobat di Puskesmas. Anggota dari Prolanis mempunyai penyakit kronis yang memerlukan pengobatan secara berkesinambungan, seperti Hipertensi, DM, dan CKD. Usia dari anggota prolanis mulai dari 45 tahun ke atas.

Tekanan darah pada responden baik sistolik maupun diastolik mengarah pada hipertensi sedang. Hal ini menunjukkan bahawa anggota Prolanis di Puskesmas Parongpong mempunyai tingkat tekanan darah yang tinggi. Karakteristik usia pada responden tersebar dari lansia awal (45 – 55 tahun), lansia akhir (56 – 65 tahun) dan Manula (> 65 tahun). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Setyawan, 2017) terhadap 82 responden yang mempunyai usia >45 tahun, semakin bertambah usia responden semakin tinggi tekanan darah sistolik dan diastolik.

Peningkatan tekanan darah pada lansia dapat terjadi karena pembuluh

darah arteri mengalami penurunan fungsi dan menjadi kurang elastisitas dan kaku, hal ini dapat menyebabkan naiknya tekanan darah akibat dari darah dipompa melalui pembuluh darah darah yang mengalami penyempitan dan kaku (Setyawan, 2017).

Kecemasan merupakan suatu keadaan bingung, khawatir akan hal yang belum terjadi ataupun akan terjadi yang menyebabkan seseorang mempunyai perasaan yang tidak menentu dan merasa tidak berdaya untuk menghadapinya (Arifuddin & Nur, 2017). Hasil penelitian ini menunjukkan rata-rata tingkat kecemasan responden pada tingkat kecemasan sedang. Dari 40 responden 80% adalah perempuan, dimana perempuan sering menunjukkan rasa cemas yang lebih dibandingkan laki-laki. Perempuan cenderung lebih mudah menunjukkan ekspresi sedih, takut, cemas sampai pada kepanikan sesuai dengan apa yang dirasakanya (Kati, Opod, & Pali, 2018).

Dari analisa data dengan spearman rho dapat diketahui bahwa tingkat akecemasan responden mempunyai hubungan yang signifikan terhadap tekanan darah. Pada tekanan darah sistolik mempunyai nilai p 0,041 dimana lebih kecil dari nilai alfa (α).

Kecemasan dari responden ini juga mempunyai hubungan yang bermakna dengan nilai 0.041 dan keeratan hubungan kedua variabel lemah. Penelitian yang dilakukan oleh Laka, Widodo, dan Rahayu dimana terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat kecemasan pada lansia dengan kejadian hipertensi. Pada lansia masalah psikis dan kemampuan fisik mulai mengalami penurunan, diaman hal ini dapat berpengaruh pada pemenuhan kebutuhan secara fisik yang mengakibatkan munculnya masalah pada beberapa sistem tubuh (Laka et al., 2018).

Apabila kecemasan yang dialami oleh anggota Prolanis tidak mendapat perhatian yang baik, mampu menjadi suatu ancaman tersendiri terhadap status kesehatan responden yang lebih diominasi dengan Lansia. Kecemasan sedang ke berat dapat menyebabkan peningaktan tekanan darah, jika sering mengalami gangguan emosi mampu mempengaruhi fungsi jantung dan pembuluh darah (Faisal, Djarwoto, & Murtiningsih, 2012).

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Gambaran karakteristik responden pada penelitian ini dari gender didominasi oleh 80% perempuan, usia kategori lansia akhir sebanyak 45% dan mempunyai penyakit kronis Hipertensi sebanyak 77.5%.
2. Responden mempunyai tingkat kecemasan sedang.
3. Rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik responden menunjukkan kategori hipertensi sedang.
4. Hasil uji *spearman rho* menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara tingkat kecemasan pada responden dengan tekanan darah baik itu sistolik ataupun diastolik.

SARAN

Setelah mendpaatkan hasil penelitian saran yang dapat diberikan pada responden adalah tetap memperhatikan tekanan darah pada setiap ada perubahan psikis, mengoptimalkan kegiatan Prolanis untuk makin mendukung anggotanya mengatasi masalah fisik dan psikis, serta megikutsertakan keluarga dalam perawatan lansia yang mengalami gangguan tekanan darah yang mempunyai rasa cemas.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifuddin, A., & Nur, A. (2017). Pengaruh Efek Psikologis Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *IEEE International Conference on Acoustics, Speech, and Signal Processing (ICASSP) 2017*, 41(2), 84–93.
- BPJS. (2014). Panduan praktis Prolanis (Program pengelolaan penyakit kronis). *BPJS Kesehatan*.
- Faisal, E., Djarwoto, B., & Murtiningsih, B. (2012). Faktor Risiko Hipertensi pada Wanita Pekerja dengan Peran Ganda Kabupaten Bantul Tahun 2011. 28(2), 55–62.
- Kati, R. K., Opod, H., & Pali, C. (2018). Gambaran Emosi dan Tingkat Kecemasan pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Bahu. *Jurnal E-Biomedik*, 6(1). <https://doi.org/10.35790/ebm.6.1.2018.18679>
- Kemenkes.RI. (2014). Pusdatin Hipertensi. *Infodatin*, (Hipertensi), 1–7. <https://doi.org/10.1177/109019817400200403>
- Kemkes, P. (2020). *HIPERTENSI. THE SILENT KILLER*. 1–8.
- KKRI. (2018). *HASIL UTAMA RISKESDAS 2018*.
- Laka, O. K., Widodo, D., & Rahayu H., W. (2018). Hubungan Hipertensi dengan Tingkat Kecemasan pada Lansia di Posyandu Lansia Desa Banjarejo Kecamatan Ngantang Malang. *Jurnal Ilmiah*, 3(1), 22–32. Retrieved from <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/749>
- LKIP. (2018). *Pemerintah provinsi jawa barat dinas kesehatan provinsi jawa barat*. (25).
- Setyawan, A. B. (2017). Hubungan Antara Tingkat Stres Dan Kecemasan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Klinik Islamic Center. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(1), 1–8. <https://doi.org/10.1039/b000000x>
- Tirtasari, S., & Kodim, N. (2019). Prevalensi dan karakteristik hipertensi pada usia dewasa muda di Indonesia. *Tarumanagara Medical Journal*, 1(2), 395–402.