



**STRES DAN TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI MELALUI INTERVENSI RESILIENSI DI KOTA LANGSA**

**Mailisna<sup>1</sup>, Ngatwadi<sup>2</sup>, Dedi Irawan<sup>3</sup>**

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sains Cut Nyak Dhien, Indonesia<sup>1,2,3</sup>

Email: nana.mailisna1984@gmail.com<sup>1</sup>, py.ngatwadi@gmail.com<sup>2</sup>,  
irawan1984aceh@gmail.com<sup>3</sup>

**ABSTRAK**

Hipertensi merupakan satu penyakit yang bisa mengenai siapa saja, baik usia produktif dan tidak produktif, yang tidak memandang kelas ekonomi. Penyakit hipertensi merupakan satu dari sepuluh penyakit yang mematikan di dunia dan saat ini terdaftar sebagai penyakit pembunuh ke tiga setelah kardiovaskuler dan kanker. Tujuannya adalah untuk mengetahui adanya pengaruh intervensi resiliensi terhadap stres dan tekanan darah klien hipertensi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini merupakan penelitian Quasi - Experiment dengan rancangan Pre - Posttest without control group design. Hasil dari penelitian ini ada pengaruh pemberian intervensi resiliensi terhadap tingkat stres pasien hipertensi dengan nilai p-value 0.000 dan didapatkan nilai mean sebelum dilakukan intervensi resiliensi yaitu 1.00, sedangkan nilai mean sesudah dilakukan intervensi resiliensi yaitu 0.20. Ada pengaruh pemberian intervensi resiliensi terhadap penurunan tekanan darah diastol dengan nilai p value 0.000 dan didapatkan nilai mean sebelum dilakukan intervensi resiliensi yaitu 89.67, sedangkan nilai mean sesudah dilakukan ntervensi resiliensi yaitu 81.67. Ada pengaruh pemberian intervensi resiliensi terhadap penurunan tekanan darah Sistol dengan nilai p value 0.000 dan didapatkan nilai mean sebelum dilakukan intervensi resiliensi yaitu 167.75 sedangkan nilai mean sesudah dilakukan ntervensi resiliensi yaitu 161.33. Saran: diharapkan perawat komunitas untuk selalu menerapkan upaya promotif, preventif, kuratif serta rehabilitatif kepada pasien hipertensi sebagai intervensi resiliensi sebagai metode yang baik dalam menstabilkan hipertensi dewasa

**Kata kunci: Stres, Tekanan Darah, Intervensi, Resiliensi**

**ABSTRACT**

*Hypertension is a disease that can affect anyone, both productive and non-productive age, regardless of economic class. Hypertension is one of the ten deadliest diseases in the world and is currently registered as the third killer disease after cardiovascular disease and cancer. The aim is to determine the effect of resilience intervention on the stress and blood pressure of hypertensive clients. The method used in this research is a Quasi-Experimental research with a Pre-Posttest without control group design. The results of this study showed that there was an effect of providing resilience interventions on the stress level of hypertensive patients with a p-value of 0.000 and the mean value before the resilience intervention was carried out, which was 1.00, while the mean value after the resilience intervention was carried out, which was 0.20. There was an effect of providing resilience interventions on reducing diastolic blood pressure with a p value of 0.000 and the mean value before the resilience intervention was carried out, namely 89.67, while the mean value after the resilience intervention was carried out, namely 81.67. There is an effect of providing resilience interventions on reducing systolic blood pressure with a p value of 0.000 and the mean value before the resilience intervention is 167.75 while the mean value after the resilience intervention is 161.33. Suggestion: community nurses are expected to always apply promotive, preventive, curative and rehabilitative efforts to hypertensive patients as a resilience intervention as a good method in stabilizing adult hypertension*

**Keywords: Stress, Blood Pressure, Intervention, Resilience**

## PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit yang dapat menyerang siapa saja, usia produktif maupun non produktif, tanpa memandang kelas ekonomi, karena pandemi Covid-19 saat ini belum juga berakhir. Hipertensi adalah salah satu dari sepuluh penyakit paling mematikan di dunia dan saat ini menjadi penyebab utama kematian ketiga sebagai penyakit terdaftar, setelah penyakit kardiovaskular dan kanker (LeMone, Burke, Bauldoff, 2017).

Diantara beberapa faktor penyebab hipertensi diketahui bahwa usia, jenis kelamin, keturunan, tempat tinggal, obesitas, merokok, tingkat stress dan olahraga berhubungan erat dan secara klinis mempengaruhi tekanan darah. Oleh karena itu, penting untuk mengontrol tekanan darah untuk mencegah berkembangnya komplikasi lanjut dari hipertensi, dan pada setengah dari pasien hipertensi yang menerima pengobatan, tetapi 1/3 dari pasien hipertensi tidak terkontrol dan tidak bisa. prediksi sakit (Ozamiz Etixerbaria et al 2020)

Masalah kesehatan pada penderita hipertensi biasanya disebabkan oleh stress dan faktor-faktor yang meningkatkan tekanan darah, yang seringkali tidak

terkendali selama pandemi Covid-19. yang misinya adalah meningkatkan dan mempromosikan sikap mental positif untuk merespons secara adaptif terhadap rangsangan internal dan eksternal yang mengganggu fungsi fisik, emosional, kognitif dan perilaku untuk mengelola hipertensi dengan mengurangi tingkat stress dan tekanan darah pada pasien hipertensi. mengaum (Widebeck, 2020)

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu dengan desain Pre-Posttest design, tanpa desain control group. Populasi penelitian ini terdiri dari penderita hipertensi dewasa di kota Langsa tahun 2021 sebanyak 1028, dimana 31 kasus laki-laki dan 71 perempuan dikumpulkan dari lima puskesmas di kota Langsa yang terdapat kasus hipertensi. nomor satu (1) dari sepuluh (10) kasus penyakit tidak menular lainnya. Walaupun sampel terdiri dari 60 responden dan analisis data yang digunakan dalam penelitian adalah analisis T.Test (Creswell, 2016)

## HASIL PENELITIAN

### 1. Analisis Univariat

**Tabel 1 Distribusi frekuensi Usia, Riwayat Keluarga dengan Hipertensi dan Tingkat Stres**

No	Karakteristik	Mean	Median
<b>Usia Responden</b>			
	41 s.d 58 Tahun	49.08	51.00
<b>Riwayat Keluarga</b>			
	Ada Hipertensi	24 (F)	40 (%)
	Tidak Ada Hipertensi	36	60
	Total	60	100
<b>Tingkat Stres</b>			
	ada	12 (F)	20 (%)
	Tidak ada	48	80
	Total	60	100

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan usia responden 41 s.d 58 tahun, dengan riwayat keluarga memiliki hipertensi 24 responden

dan tidak memiliki riwayat keluarga dengan hipertensi 36 responden, sedangkan tingkat stress sesudah dilakukan intervensi ada 12

responden dan tidak ada stres 48 responden.

## 2. Analisis Bivariat

**Tabel 2 Hasil analisis tingkat stres sebelum dan sesudah diberikan intervensi resiliensi**

No	Tingkat Stres	Mean	Standar Deviasi	Standar Error	T	P Value
	Stres Sebelum Intervensi	1.00	0.000	0.000	-	0.000
	Stres Sesudah Intervensi	0.20	0.403	0.052	15.362	

Tabel 2 menunjukkan nilai probabilitas intervensi ketahanan stres sebesar 0,000 menyimpulkan bahwa pemberian intervensi resiliensi berpengaruh terhadap tingkat stres pada pasien hipertensi. nilai akhir adalah 1,00, sedangkan rerata setelah dilakukan

intervensi resiliensi adalah 0,20, sehingga intervensi resiliensi mempengaruhi tingkat stres pasien hipertensi dari tidak stres menjadi tidak stres atau menurunkan tingkat stres

**Tabel 3 Hasil analisis Tekanan Darah Sistol sebelum dan sesudah diberikan intervensi resiliensi**

No	Tekanan Darah Sistol	Mean	Standar Deviation	Standar Error	T	P Value
	TD sistol sebelum intervensi	167.75	9.452	1.220	-	0.000
	TD sistol sesudah intervensi	161.33	6.501	0.839	15.362	

Tabel 3 memberikan probabilitas pemberian intervensi resistensi tekanan darah sistolik sebesar 0,000 sehingga disimpulkan bahwa intervensi resistensi berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah sistolik. Rata-rata yang diperoleh sebelum intervensi resiliensi

adalah 167,75, sedangkan rata-rata resiliensi setelah intervensi adalah 161,33, sehingga pengaruh intervensi resiliensi terhadap tekanan darah sistolik yang sebelumnya tinggi menjadi menurun.

**Tabel 4 Hasil analisis tekanan darah diastol sebelum dan sesudah diberikan intervensi resiliensi**

No	Tekanan darah diastol	Mean	Standar deviatio n	Standar eror	T	P Value
	Tekanan darah diastol sebelum intervensi	89.67	4.103	0.530	-	0.000
	Tekanan darah diastol	81.67	3.758	0.485	15.362	

Pada Tabel 4 nilai probabilitas pemberian intervensi resistensi tekanan darah diastolik adalah 0,000 sehingga dapat disimpulkan bahwa intervensi resistensi memiliki efek penurunan tekanan darah diastolik. Rerata sebelum intervensi Resiliensi adalah 89,67, sedangkan mean setelah intervensi Resiliensi adalah 81,67, sehingga intervensi Resiliensi mempengaruhi tekanan darah diastolik yang sebelumnya naik dan turun.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian diketahui bahwa intervensi pasien berpengaruh terhadap stres dan tekanan darah klien hipertensi di kota Langsa. Intervensi resiliensi terapan adalah kegiatan untuk menciptakan dan meningkatkan sikap mental positif untuk merespon secara adaptif terhadap rangsangan internal dan eksternal yang mengganggu secara fisik, emosional, kognitif, dan perilaku, yang dapat diimplementasikan melalui sarana promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif. upaya (McEwen, BS, Gray, J.D., & Nasca, C. 201).

Resiliensi orang dewasa dengan tekanan darah tinggi bahwa orang dewasa cenderung memiliki tingkat stres yang tinggi, karena stres dapat menyebabkan tekanan darah baik sistolik maupun diastolik meningkat, dan orang dewasa yang stres dapat mengalami peningkatan tekanan darah secara berulang (Irawan, D, 2018).

Resiliensi sebagai mekanisme bertahan hidup sebagai pertahanan tubuh terhadap stres dan meningkatkan nilai konstruktif dalam situasi penuh ketidakpastian untuk memberikan kedamaian psikologis pada orang dewasa dengan hipertensi sepanjang hidupnya (Nikopoulou et al., 2022)

Pada orang dewasa dengan hipertensi, aliran darah memasuki sistem peredaran darah akibat perubahan tekanan darah yang mengalir dari daerah bertekanan tinggi ke bertekanan rendah. Kontraksi jantung memaksa darah masuk ke aorta di bawah tekanan tinggi. Puncak tekanan maksimum saat ejeksi terjadi adalah tekanan sistolik.

Saat ventrikel rileks, darah yang tersisa di arteri meningkatkan tekanan diastolik, atau tekanan minimum. Tekanan darah menggambarkan interaksi curah jantung, resistensi perifer, volume darah, kekentalan darah dan elastisitas arteri, dan jika tidak terkontrol, terjadi hipertensi, mempengaruhi sistem kardiovaskular. (Bakris, G., Ali, W. and Parati, G. 2019)

Fungsi sistem saraf simpatis dan parasimpatis mempengaruhi fungsi kardiovaskular. Saraf simpatis meningkatkan rangsangan yang mengaktifkan organ tubuh dan saraf parasimpatis merangsang peningkatan semua fungsi yang dihasilkan oleh saraf simpatis, sehingga diperlukan intervensi penolakan untuk mengembangkan dan menumbuhkan pikiran positif. sikap sehingga mereka menanggapi dengan tepat rangsangan internal dan eksternal yang mengganggu secara fisik, emosional, kognitif dan perilaku yang dapat dilakukan melalui kegiatan promotif, preventif, kuratif dan rehabilitasi untuk mengurangi tekanan. (Kalisich jt, 2019)

## KESIMPULAN

Didapatkan nilai probabilitas sebesar 0,000 untuk pemberian intervensi resiliensi stres, sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian intervensi resiliensi berpengaruh terhadap tingkat stres pasien hipertensi. Nilai mean sebelum intervensi resiliensi adalah 1,00, nilai mean setelah intervensi resiliensi adalah 0,20, sehingga intervensi resiliensi mempengaruhi tingkat stres pasien hipertensi dari tidak stres menjadi tidak stres atau menurunkan tingkat stres.

Didapatkan nilai probabilitas sebesar 0,000 untuk pemberian intervensi resiliensi dalam mengatasi tekanan darah sistolik, sehingga disimpulkan bahwa intervensi resiliensi berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah sistolik. Mean yang diperoleh sebelum intervensi resistensi adalah 167,75, sedangkan mean yang diperoleh dengan intervensi resistensi adalah 161,33, dimana intervensi resistensi mempengaruhi tekanan darah sistolik yang sebelumnya tinggi,

menurun sebesar.

Probabilitas 0,000 diperoleh untuk memberikan intervensi resistensi tekanan darah diastolik, sehingga dapat disimpulkan pemberian intervensi resistensi menurunkan tekanan darah diastolik, sebelum intervensi resistensi rerata 89,67, sedangkan rerata sesudah intervensi resistensi 81,67, sehingga intervensi resistensi berpengaruh terhadap tekanan darah diastolik. , yang sebelumnya meningkat

Perawat komunitas selalu berharap untuk mempromosikan, mencegah, mengobati dan merehabilitasi pasien hipertensi dewasa, menggunakan intervensi yang tangguh dan pendekatan perawatan yang berpusat pada keluarga sebagai metode yang baik untuk menciptakan komunitas yang sehat melalui pendekatan keluarga.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

LeMone, Burke, Bauldoff (2017) Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Gangguan Kardiovaskuler, Diagnosis Keperawatan NANDA Pilhan NIC & NOC, Edisi 5, Jakarta, EGC.

Ozamiz Etxerbaria, et al (2020) Stres, Anxiety, and depression levels in the initial stage of the COVID-19 outbreak in a population sample in the northern spain *Cadernos de Saude Publica*, 36 (4) <http://doi.org/10.1590/0102-311X00054020>

Videbeck, S, L (2020) *Psychiatric-Mental Health Nursing Eighth Edition*. In Wolters Kluwer

Creswell, John W (2016) *Research Design Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif dan Campuran*, Yogyakarta. Pustaka Belajar

Irawan, D (2018) *Pengaruh Relaksasi Otot Progresif Terhadap Stres dan Tekanan Darah Pada Klien Hipertensi di Kota Langsa*

Nikopoulou, at al, (2022) *Uncertainty, Stres, and Resilience During the COVID-19 Pandemic in Greece*. *Journal of*

*Nervous and Mental Disease*, 210(4) <http://doi.org/10.1097/NMD.0000000000001491>

Kalisch, et al, (2019) *Deconstructing and Reconstructing Resilience: A Dynamic Network Approach Perspectives on Psychological Science*, 14 (5) <http://doi.org/10.1177/174569161985563>

McEwen, B. S., Gray, J. D., & Nasca, C. (2014). *Recognizing resilience: Learning from the effects of stress on the brain*. *Neurology of Stress*, 1(2015): 1- 11

Bakris, G., Ali, W. and Parati, G. (2019) 'ACC/AHA Versus ESC/ESH on Hypertension Guidelines: JACC Guideline Comparison.', *Journal of the American College of Cardiology*, 73(23), pp. 3018–3026. doi: 10.1016/j.jacc.2019.03.507