

Jurnal Inovasi Kesehatan Masyarakat	Vol. 3 No. 1	Edition: November 2021 – Mei 2022
	<a href="http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JIKM">http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JIKM</a>	
Received: 20 Maret 2022	Revised: 23 April 2022	Accepted: 15 Mei 2022

## PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN HIPERTENSI TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA PENDERITA HIPERTENSI DI RUMAH SAKIT GRANDMED LUBUK PAKAM

**Dewi Tiansa Barus<sup>1</sup>, Rentawati Purba<sup>2</sup>, Hariati<sup>3</sup>, Rostiodertina Girsang<sup>4</sup>**  
 Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua  
 e-mail : [dewi.tbarus@gmail.com](mailto:dewi.tbarus@gmail.com)

### Abstract

*The success of changing anxiety in patients with hypertension depends not only on early detection, but also on understanding the underlying mechanism. One of the conditions that can cause anxiety in people with hypertension is lack of knowledge and stress. The purpose of this study was to determine the effect of hypertension on the level of anxiety in patients with hypertension at Grandmed Lubuk Pakam Hospital . This type of research uses the Quasy Experiment Method using the One-Group Pretest-Posttest Design research design. Determination of the sample is done by means of purposive sampling with sample seban yak 41 people. analysis was performed using the Paired Sample T Test with 95% confidence interval and the value of = 0.05. The results obtained from this study indicate a change in anxiety before and after being given hypertension health with a p-value = 0.000 ( $\alpha < 0.05$ ). In conclusion, there are Health Effects of Hypertension On The Level Anxiety In Patients with Hypertension Hospital GrandMed Lubuk pakam were conducted in accordance with the standards, For Health Institutions need for supervision and counseling to public that the importance of knowing the early signs of hypertension and its causes and treatment so as not to aggravate the condition patient.*

**Keywords :** Hypertension Health, Anxiety Levels, Hypertension Patients

### 1. PENDAHULUAN

Tekanan darah tinggi atau Hipertensi merupakan suatu gejala peningkatan tekanan darah yang terjadi di dalam pembuluh darah arteri. Hiper berarti berlebihan dan Tensi artinya Tekanan atau tegangan, maka dapat disimpulkan bahwa Hipertensi adalah gangguan yang terjadi pada sistem peredaran darah yaitu kenaikan meningkatnya

nilai tekanan darah sampai diatas taraf nilai normal (Musakkar & Djafar, 2021).

Sekitar 1,56 milyar orang dewasa di dunia pada tahun 2020 diperkirakan akan hidup dengan hipertensi. Selain itu sekitar 1,5 juta orang setiap tahunnya terbunuh oleh Penyakit ini di Kawasan Asia Timur – Selatan (WHO, 2015).

Pada tahun 2018 berdasarkan data Riskesdas menunjukkan bahwa angka prevalensi hipertensi pada penduduk > 18 tahun sebesar 34,11% sesuai dengan pengukuran secara nasional. Dan diketahui bahwa angka ini meningkat hampir 10% jika dibandingkan dengan prevalensi sebesar 25,8% pada tahun 2013.

Penyakit ini memiliki Salah satu dampak psikologi pada penderitanya yaitu kecemasan. Ketika seorang pasien di diagnosa Hipertensi maka pasien tersebut akan merasakan cemas. Kecemasan merupakan Faktor resiko utama yang menyebabkan terjadinya stimulasi menstimulasi pelepasan hormon epineprin dari kelenjar adrenal. Hal ini diakibatkan oleh adanya peningkatan denyut jantung dan penyempitan pembuluh darah sehingga menyebabkan setiap penderita hipertensi sangat rawan terserang cemas.

Ansietas pada hipertensi adalah latihan *slow deep breathing*. *Slow deep breathing* merupakan metoderelaksasi yang dapat mempengaruhi barorefleks tubuh dan menurunkan tekanan darah *Slow Deep Breathing* termasuk kedalam salah satu metode relaksasi.

Pada saat terjadinya proses relaksasi maka terjadi perpanjangan serabut otot yang menyebabkan implus saraf menurunkan pengirimannya ke otak, menurunnya fungsi otak akan memicu penurunan juga pada fungsi tubuh yang lain, sehingga karakteristik dari respon relaksasi dapat ditandai dengan menurunnya denyut nadi,

jumlah pernafasan dan penurunan tekanan darah. *Breathing Exercise* dapat meningkatkan Kesehatan baik fisik maupun mental.

*Deep Slow Breathing* sangat berpengaruh terhadap peningkatan respon sensitivitas barorefleks, menurunkan tekanan darah, meminimalisir ansietas, dan meningkatkan terjadinya saturasi oksigen pada tubuh. Oleh karena itu latihan *Deep Slow Breathing* dapat digunakan sebagai terapanon farmakologis pada penderita hipertensi baik yang mengkonsumsi obat atau pun tidak mengkonsumsi obat. Exercise ini juga berpengaruh dalam modulasi system kardiovaskular yang akan meningkatkan fluktuasi dai interval frekuensi pernapasan dan berdampak pada peningkatan efekstivitas

## 2. METODE

Jenis penelitian ini Kuantitatif bersifat quasi eksperimen yaitu pre-eksperimen. Rancangan penelitian menggunakan one group pre post test tanpa menggunakan kelompok pembanding. Penelitian ini dilakukan pada Rumah Sakit Grend Medista Lubuk Pakam pada Tahun 2021. Dalam populasi ini adalah responden yang mengalami hipertensi dengan sampel sebanyak 41 Orang. Pengumpulan data menggunakan data primer dan sekunder. media yang digunakan adalah leaflet. penelitian ini menggunakan uji paired t-test dengan tingkat kepercayaan 95% ( $p \leq \alpha = 0,05$ ).

## 3. HASIL

Berdasarkan tahap-tahapan yang telah dilakukan, uraian hasil penelitian disajikan pada tabel berikut ini:

**Tabel 4.1 Distribusi karakteristik Responden Penderita Hipertensi Di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam**

Usia	F	%
30-40	12	29,3
41-50	17	41,5
51-60	12	29,3
<b>Total</b>	<b>41</b>	<b>100,0</b>
Jenis kelamin	F	%
Laki-laki	21	51,2
Perempuan	20	48,8
<b>Total</b>	<b>41</b>	<b>100,0</b>
Pendidikan	F	%
SMP	8	19,5
SMA	26	63,4
D3	4	9,8
S1	3	7,3
<b>Total</b>	<b>41</b>	<b>100,0</b>
Pekerjaan	F	%
Karyawan	13	31,7
Buruh	5	12,2
Wiraswasta	19	46,3
Petani	1	2,4
PNS	3	7,3
<b>Total</b>	<b>41</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 41 responden, didapatkan mayoritas responden pada kategori Usia 41-50 sebanyak 41,5%, kategori Jenis kelamin laki-laki 51,2 %, kategori Pendidikan SMA 63,4 %, dan kategori Pekerjaan wiraswasta 46,3 %.

**Tabel 4.2 Distribusi Tingkat Kecemasan pada Pada Penderita Hipertensi sebelum dilakukan Pendidikan Kesehatan Hipertensi Di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam.**

Pre Test	Tingkat Kecemasan	F	%

Ringan	2	4,9		
Sedang	15	36,6		
Berat	22	53,7		
Berat sekali	2	4,9		
<b>Total</b>	<b>41</b>	<b>100,0</b>		
Min	Ma x	Me an	S D	SE
18	44	28, 98	,89 0	5,699

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari 41 responden, didapatkan Mayoritas responden dengan Tingkat Kecemasan Berat sebanyak 22 orang (53,7%) dan rata-rata Tingkat Kecemasan pada Penderita Hipertensi Sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan Hipertensi di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam adalah (28,98 %) Tingkat Kecemasan Berat.

**Tabel 4.3 Distribusi Tingkat Kecemasan pada Pada Penderita Hipertensi sesudah dilakukan Pendidikan Kesehatan Hipertensi Di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam**

	Tingkat Kecemasan	F	%	
Post Test	Tidak ada	25	61,0	
	Ringan	9	22,0	
	Sedang	7	17,1	
<b>Total</b>	<b>41</b>	<b>100,0</b>		
Min	Max	Me an	SD	SE
10	26	15, 37	0,651	4,17 0

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa dari 41 responden, didapatkan Mayoritas responden dengan Tingkat Kecemasan Tidak ada Kecemasan sebanyak 25 orang (61%) dan Rerata Tingkat Kecemasan pada Penderita Hipertensi Sesudah diberikan Kesehatan Hipertensi di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam adalah (15,7) Tingkat Kecemasan Ringan.

**Tabel 4.4 Pengaruh Pendidikan Kesehatan Hipertensi Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Penderita Hipertensi Di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam**

Tingkat Kecemasan		N	T	S
Pre-Post				ig
Kecemasan Berat (28,98) – Kecemasan Ringan (15,37)				
Mean	SD	S	95% Upper Lower	
13,610	5,36	15,84	14,16	16,727

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa didapatkan Penurunan Tingkat Kecemasan. Rerata Tingkat Kecemasan sebelum intervensi adalah Kecemasan Berat (28,98), setelah intervensi Rerata Tingkat Kecemasan Ringan (15,37). Hasil rata-rata (mean different) yang menjadi tingkat kecemasan penderita hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan Intervensi adalah 13,610 dengan nilai  $t = 16,727$ . Nilai P Value 0,000, dimana nilai  $\alpha = 0,05$  dari hasil tersebut jika dibandingkan nilai  $P < \alpha$  maka  $H_0$  diterima yaitu ada Pengaruh Pendidikan Kesehatan Hipertensi Terhadap Tingkat.

#### 4. PEMBAHASAN

4.1 Tingkat Kecemasan Pada Penderita Hipertensi Sebelum dilakukan Pendidikan Kesehatan Hipertensi

Cemas merupakan reaksi dari munculnya ancaman dari sesuatu yang belum jelas diketahui penyebabnya. Dan memiliki tingkatan yang berbeda. Hal ini dapat membuat seseorang tidak nyaman bahkan jika pada katagorik sedang dan berat.

Respon atau tanggapan dari munculnya kecemasan sangat beragam, Reaksi yang datang dapat berupa adaptive dan maladaptive. Sekitar 40% orang dewasa yang berusia 25 tahun keatas di seluruh dunia didiagnosis telah menderita hipertensi dengan peningkatan prevalensi dari 600 juta pada tahun 1980 menjadi 1 miliar pada tahun 2008. Afrika merupakan wilayah prevalensi tertinggi dengan angka prevalensi sebesar 46% sedangkan prevalensi terendah terjadi di Amerika sebesar 35% (WHO, 2018).

Menurut Yosep (2018), Sumber yang menyebabkan munculnya Kecemasan dan depresi yaitu Penyakit, Kecelakaan, operasi/pembedahan, dan lainnya. Apabila induvidu mengalami kecemasan dan focus kepada masalahnya itu dapat menyebabkan terjadinya Hipertensi, dikarenakan efek cemas yang terus menerus mempengaruhi derak jantung semakin cepat sehingga jantung semakin cepat. Dan hal ini jg dipengaruhi faktor-faktor yang dapat dan tidak dapat diubah oleh induvidu.

4.2. Tingkat Kecemasan Pada Penderita Hipertensi Sesudah dilakukan Pendidikan Kesehatan Hipertensi.

Menurut asumsi penelitian yang dilakukan Galih adi yumono DKK

tahun 2017 bahwa responden sebelum diberikan intervensi mengalami kecemasan ringan 71,4 %, cemas sedang 28,6 %. Setelah diberikan intervensi yang tidak mengalami cemas 54, 3 %, cemas ringan 37,1 %, cemas sedang 8,6 %. Berdasarkan hasil tersebut bahwa ada pengaruh pendidikan Kesehatan dengan tingkat kecemasan. Hal ini tentunya dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya jenis kelamin. Perempuan memiliki hubungan sosial yang lebih luas dan erat dengan lingkungan. Apabila lingkungan tidak baik dan informasi yang diterima sedikit dapat menyebabkan munculnya cemas. Untuk itu perlu didukung oleh keluarga dan lingkungan sekitar dimana kesatuan antara individu, keluarga, masyarakat serta memberikan pengaruh pada individu dalam melakukan sesuatu. Aspek-aspek tersebut menjadi sistem koping sehingga bisa memberikan gambaran cemas yang berbeda (Stuart & Larissa, 2005).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, asumsi peneliti yaitu didapatkan bahwa sebelum dilakukan Kesehatan Hipertensi mengalami kecemasan terdapat menunjukkan bahwa dari 41 responden, didapatkan Mayoritas responden dengan Tingkat Kecemasan Berat sebanyak 22 orang (53,7%) dan Rerata Tingkat Kecemasan pada Penderita Hipertensi Sebelum diberikan Kesehatan Hipertensi di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam adalah (28,98) Tingkat Kecemasan Berat dan setelah dilakukan kesehatan hipertensi menunjukkan bahwa dari 41

responden, didapatkan Mayoritas responden dengan Tingkat Kecemasan Tidak ada Kecemasan sebanyak 25 orang (61%) dan Rerata Tingkat Kecemasan pada Penderita Hipertensi Sesudah diberikan Kesehatan Hipertensi di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam adalah (15,7) Tingkat Kecemasan Ringan.

Para ahli mencatat angka kejadian hipertensi yang mengalami kecemasan di Indonesia yang didapat melalui pengukuran pada usia lebih dari 18 tahun sebesar 34,11% prevalensi tertinggi di Kalimantan Selatan sebesar 44,13% diikuti Jawa Barat sebesar 39,60% Kalimantan Timur sebesar 39,30% dan Kalimantan Barat sebesar 29,4%. Berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia lebih dari 18 tahun prevalensi hipertensi yang terjadi di Bali sebesar 29,7%. Maka dari itu untuk mencegah terjadinya kecemasan yang dapat berdampak buruk bagi kesehatan perlu diberikan kesehatan hipertensi guna menekan angka kecemasan yang terjadi akibat ketidak tahuan masyarakat terhadap penanganan utama yang akan dilakukan pada pasien dengan penderita hipertensi.

Berdasarkan asumsi Gracia (2016) menyimpulkan bahwa pendidikan rutin dan pelatihan terhadap responden merupakan suatu kegiatan yang memberikan kontribusi besar yang berpengaruh terhadap hasil penelitian. Kegiatan tersebut dapat berupa pendidikan kesehatan yang rutin diberikan pada setiap pertemuan lansia . Kegiatan

pendidikan rutin ini tidak hanya mengenai penyakit dasar, namun juga disertai cara pencegahan, terapi dan pengobatan yang dapat dilakukan dirumah. Selain pemberian Penkes pengecekan kesehatan rutin dan pemberian infirmasi mengenai perkembangan dan peningkatan kondisi kesehatan lansia juga sangat membantu. Perolehan informasi yang tepat dan pendidikan kesehatan yang rutin kepada setiap responden dapat mengatasi masalah dengan cepat dan membantu menurunkan ansietas jika. Selain itu berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Aghakhani et al (2011) menyimpulkan bahwa pendidikan kesehatan yang rutin pada pasien dengan masalah kardiovaskuler menurunkan ansietas dan depresi secara signifikan ( $p < 0.05$ ).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, asumsi peneliti yaitu didapatkan bahwa perubahan tingkat kecemasan pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam dengan setelah dilakukan kesehatan hipertensi menunjukkan bahwa dari 41 responden, didapatkan Mayoritas responden dengan Tingkat Kecemasan Tidak ada Kecemasan sebanyak 25 orang (61%) dan Rerata Tingkat Kecemasan pada Penderita Hipertensi Sesudah diberikan Kesehata Hipertensi di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam adalah (15,7) Tingkat Kecemasan Ringan.

4.3 Pengaruh Kesehatan Hipertensi Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Penderita hipertensi Di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam

Menurut asumsi peneliti penderita hipertensi sering mengalami kecemasan dikarenakan ketidaktahuan tentang penanganan utama pada penderita hipertensi sehingga apabila terjadi pada pasien dengan hipertensi tidak tahu langkah apa yang harus diambil untuk melakukan penanganan makan sensori syaraf akan terus menekan yang akhirnya dapat mempercepat kerja jantung untuk memompa, jika tidak dilakukan penanganan segera dampaknya akan berakibat buruk misalnya stroke, infak miocard dll. Maka dari itu peneliti memberikan kesehatan hipertensi berupa menjaga pola makan, istirahat yang cukup, hindari stress dan apabila sudah terjadi hal yang harus dilakukan ialah minum obat antihipertensi.

Berdasarkan tabel 4.4 diatas dapat dilihat dari 41 responden didapatkan data Penurunan Tingkat Kecemasan. Rerata Tingkat Kecemasan sebelum intervensi adalah Kecemasan Berat (28,98), setelah intervensi Rerata Tingkat Kecemasan Ringan (15,37). *Mean different* tingkat Kecemasan pada Penderita Hipertensi Sebelum dan Sesudah diberikan Intervensi adalah 13,610 dengan nilai  $t = 16,727$ . Nilai P Value 0,000, dimana nilai  $\alpha = 0,05$  dari hasil tersebut jika dibandingkan nilai  $P < \alpha$  maka  $H_0$  diterima yaitu ada Pengaruh Pendidikan Kesehatan Hipertensi Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Penderita Hipertensi Di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam.

## 5. KESIMPULAN

Berdasarkan analisis dengan menggunakan metode Quasy Eksperimen dan menggunakan *Uji Paired T Test* dengan menggunakan rancangan one group pre test post test sebanyak 41 responden. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya perubahan tingkat kecemasan didapatkan Penurunan Tingkat Kecemasan. Rerata Tingkat Kecemasan sebelum intervensi adalah Kecemasan Berat (28,98), setelah intervensi Rerata Tingkat Kecemasan Ringan (15,37). Hasil rata-rata (*mean different*) Tingkat Kecemasan pada Penderita Hipertensi Sebelum dan Sesudah diberikan Intervensi adalah 13,610 dengan nilai  $t = 16,727$ . Nilai P Value 0,000, dimana nilai  $\alpha = 0,05$  dari hasil tersebut jika dibandingkan nilai  $P < \alpha$  maka  $H_a$  diterima yaitu ada Pengaruh Kesehatan Hipertensi Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Penderita Hipertensi Di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Sari,rita kartika,and P.H.livina."faktor-faktor yang mempengaruhi hipertensi."Jurnal Ilmiah permas:Jurnal Ilmiah Stikes kendal 6.1(2016):1-10
- Kumala,Olivia Dwi,yogi kusprayogi,and fuad Nashori."Efektivitas pelatihan dzikir dalam meningkatkan ketenangan jiwa pada lansia penderita hipertensi."*psymphatic*:JURNAL ILMIAH Psikologi 4.1(2017):55-66
- Safitri,Wahyuningsih,and Hutari Puji Astuti."Pengaruh senam hipertensi terhadap penurunan tekanan darah di desa Blembem Wilayah kerja puskesmas Gondangrejo."Jurnal Kesehatan Kusuma Husada (2017):129-134.
- Sundari, Lilies, and Merah Bangsawan."Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi."Jurnal ilmiah Keperawatan Sai Betik 11, no.2(2017):216-223.
- Ulya, Zakiatul, Asep Iskandar, and Fajar Triasih."Pengaruh Pendidikan kesehatan dengan media poster terhadap pengetahuan manajemen hipertensi pada penderita hipertensi." jurnal Keperawatan Soedirman 12.1(2018): 38-46.
- Yuwono , Galih Adi , Moh Ridwan , and Moh Hanafi . " Pengaruh Pendidikan terhadap tingkat kecemasan pada penderita hipertensi di kabupaten Malang." Jurnal Keperawatan Soedirman 12.1 (2018): 55-66.
- Laka, Octaviarud Klaudius, Dyah Widodo, and Wahidayanti Rahayu." Hubungan Hipertensi dengan Tingkat Kecemasan pada Lansia di Posyandu Lansia Desa Banajarejo Kecamatan Ngantang Malang."*Nursing News : Jurnal Ilmiah Keperawatan* 3, no 1 (2018)
- Nelwan,Jeini Ester."Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap perubahan pengetahuan masyarakat tentang hipertensi dikota manado."*Journal Public Health Without Border* 1.2 (2019).
- Nugroho, Kristiawan PA, THEResia PE Sanubari, and Jein Mayasari Rumondor."Faktor Resiko Penyebab Kejadian Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sidorejo Lor Kota Salatiga. Jurnal kesehatan kusuma husada(2019), 32-42.
- Ndapaole, Ariyance Hana. " Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Booklet terhadap tingkat Kecemasan Pada Penderita

Hipertensi di Puskesmas Oepoi-  
wilayah kerja kota kupang."

*CHMK NURSING SCIENTIFIC  
JOURNAL 4.1 (2020) : 162- 170*