



[Homepage Journal: <https://jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/JKS>](https://jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/JKS)

Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kabilia

The Relationship Between Anxiety Levels and Blood Pressure in Hypertension Patients at the Kabilia Community Health Center

Moh. Nurhidayat H. Ento^{1*}, Nurdiana Djamaruddin², Mihrawaty S. Antu³, Bergita Dumar⁴

¹Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan UNG

^{2,3,4}Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan UNG

*Corresponding author : Email: nurhidayatento09@gmail.com

Artikel Penelitian

Article History:

Received: 09 Jun, 2025

Revised: 27 Jul, 2025

Accepted: 24 Aug, 2025

Kata Kunci:

Hipertensi, Kecemasan,
Tekanan Darah

Keywords:

Hypertension, Anxiety, Blood
Pressure

DOI: [10.56338/jks.v8i8.8452](https://doi.org/10.56338/jks.v8i8.8452)

ABSTRAK

Peningkatan tekanan darah dipengaruhi oleh berbagai faktor salah satunya yakni gangguan psikologis. Gangguan psikologis yang sering dijumpai pada pasien hipertensi adalah kecemasan. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo pada tahun 2024 menunjukkan penderita hipertensi di Provinsi Gorontalo sebanyak 52.690 jiwa. Adapun tujuan penelitian ini yaitu mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan tekanan darah pada penderita hipertensi di puskesmas kabila. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan rancangan penelitian cross sectional. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel independen tingkat kecemasan dan variabel dependen tekanan darah. Teknik pengambilan sampel menggunakan Purposive Sampling dengan jumlah responden sebanyak 96 responden. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan lembar observasi tekanan darah dan kuesioner HARS dengan uji Spearman-Rank untuk analisa data. Hasil penelitian menunjukkan nilai p -value $< \alpha$ dengan nilai correlation coefficient 0,58 yang artinya terdapat hubungan positif searah antara tingkat kecemasan dengan tekanan darah pada penderita hipertensi. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai landasan dalam pengambilan kebijakan oleh pihak Puskesmas dalam upaya penurunan angka hipertensi dengan cara memberikan Pendidikan kesehatan kepada responden dan juga keluarga untuk meningkatkan motivasi serta dukungan keluarga.

ABSTRACT

Increased blood pressure is influenced by various factors, one of which is psychological disorders. The most common psychological disorder found in hypertension patients is anxiety. Based on data from the Gorontalo Provincial Health Office in 2024, it was shown that there were 52,690 hypertension sufferers in Gorontalo Province. The purpose of this study was to determine the relationship between anxiety levels and blood pressure in hypertension patients at the Kabilia Community Health Center. The type of research used in this study was quantitative with a cross-sectional study design. The variables in this study consisted of the independent variable of anxiety levels and the dependent variable of blood pressure. The sampling technique used Purposive Sampling with a total of 96 respondents. The instruments in this study used a blood pressure observation sheet and a HARS questionnaire with the Spearman-Rank test for data analysis. The results showed a p -value $< \alpha$ with a correlation coefficient value of 0.58, which means there is a positive unidirectional relationship between anxiety levels and blood pressure in hypertension patients. The results of this study are expected to be used as a basis for policy making by the Community Health Center in an effort to reduce hypertension rates by providing health education to respondents and also their families to increase motivation and family support.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang harus ditangani dengan serius karena menjadi penyebab utama kematian dini di seluruh dunia, penyakit ini termasuk dalam kategori penyakit tidak menular (PTM) dengan angka kejadian yang terus bertambah setiap tahunnya (WHO, 2023).

Berdasarkan data dari World Health Organization (2023) diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah, diperkirakan 46% orang dewasa yang menderita hipertensi tidak menyadari bahwa mereka memiliki kondisi tersebut.

Tingginya prevalensi hipertensi tidak hanya ditemukan di negara maju, tetapi juga di negara berkembang seperti Indonesia. Dari Riset Kesehatan Dasar Indonesia, prevalensi kejadian hipertensi sebesar 34,1% (Kementerian Kesehatan, 2023).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo pada tahun 2024 menunjukkan data penderita hipertensi di Provinsi Gorontalo sebanyak 52.690 jiwa, dan Kabupaten Bone Bolango menduduki peringkat pertama angka kejadian hipertensi mencakup 15.347 jiwa, di susul oleh Kabupaten Boalemo dan Kabupaten Gorontalo Utara. Berdasarkan data-data ini bahwa Kabupaten Bone Bolango menjadi target utama untuk menurunkan angka kejadian hipertensi. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Bone Bolango pada tahun 2024 menunjukkan bahwa Puskesmas Kabilia mencapai peringkat pertama dari 20 puskesmas yang berada di daerah Kabupaten Bone Bolango sebagai puskesmas penderita hipertensi terbanyak. Data dari Puskesmas Kabilia juga didapatkan jumlah penderita hipertensi yaitu sebanyak kasus 2.436 jiwa.

Tekanan darah adalah tekanan yang dihasilkan oleh dinding arteri ketika mereka memompa darah dari jantung. Tekanan darah menjadi salah satu faktor yang memiliki efek sangat penting dalam sistem sirkulasi. Tinggi atau rendahnya tekanan darah akan mempengaruhi homeostatis di dalam tubuh manusia. Pada orang dewasa muda tekanan darah berkisar 120/70 mmHg dalam posisi istirahat (Zainuddin & Labdullah, 2020). Peningkatan tekanan darah ini dipengaruhi oleh berbagai faktor yakni usia, konsumsi garam berlebih, aktivitas fisik, obesitas, jenis kelamin, obat-obatan dan gangguan psikologis (Indriatie, 2024). Gangguan psikologis yang sering dijumpai pada pasien hipertensi adalah kecemasan. Faktor gangguan psikologis berupa kecemasan sangat berpengaruh terhadap peningkatan tekanan darah, kondisi emosional yang tidak stabil juga dapat memicu tekanan darah tinggi atau hipertensi (Sukiswanto & Rohana, 2020). Kecemasan merupakan perasaan takut yang tidak jelas dan tidak didukung oleh situasi tertentu, individu yang merasa cemas akan merasa tidak nyaman atau takut, namun tidak mengetahui alasan kondisi tersebut terjadi (Prastanti et al., 2023)

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Kati et al., (2018) dengan judul “Gambaran Emosi dan Tingkat Kecemasan pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Bahu” didapatkan hasil bahwa Gambaran tingkat kecemasan yang didapatkan ialah kecemasan ringan sebanyak 23 orang (29,5%), kecemasan berat 21 orang (26,9%), kecemasan sedang 20 orang (25,6%), tidak ada kecemasan sebanyak 10 orang (12,8%), dan kecemasan berat sekali sebanyak 4 orang (5,1%). Didukung oleh penelitian Nurfitri et al. (2021) dengan judul “Hubungan Tingkat Kecemasan terhadap Peningkatan Tekanan Darah pada Lansia di Puskesmas Jumpandang Baru” didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan tingkat kecemasan terhadap peningkatan tekanan darah pada lansia di puskesmas jumpandang baru kota makassar.

Berdasarkan observasi awal peneliti di Puskemas Kabilia Kabupaten Bone Bolango pada tanggal 19 November 2024 dengan metode wawancara dengan penderita hipertensi didapatkan bahwa dari 7 orang penderita hipertensi 5 diantaranya mengatakan sering merasakan takut dan gelisah terutama ketika sebelum dan sesudah pemeriksaan tekanan darah, Ketika penderita merasakan hal tersebut penderita mengatakan juga merasakan nyeri pada area belakang leher dan pusing yang dapat menjadi tanda dan gejala dari adanya peningkatan tekanan darah pada penderita. 2 responden lainnya mengatakan tidak merasakan adanya tanda-tanda kecemasan seperti yang dirasakan oleh responden lain.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Kabilia.”

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan studi kuantitatif dengan pendekatan observasional menggunakan desain cross-sectional. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh penderita hipertensi pada bulan Desember 2024 di Puskesmas Kabilia yang berjumlah 2.436 orang. Instrumen penelitian yang digunakan adalah Angket atau kuisioner, dan analisis data dilakukan dengan menggunakan uji Spearman Rank.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden berdasarkan usia

No.	Usia	Jumlah (n)	Percentase (%)
1.	Dewasa (30-45 tahun)	2	2.08
2.	Pra Lansia (46-60 tahun)	49	51.04
3.	Lansia (>60 tahun)	45	46.88
TOTAL		96	100

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada kategori usia pra lansia yaitu 49 orang (51.04%) dan sebagian kecil berada pada kategori dewasa yaitu 2 orang (2.08%).

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

No.	Jenis kelamin	Jumlah (n)	Percentase (%)
1.	Laki-laki	27	28,12
2.	Perempuan	69	71,88
TOTAL		96	100

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 69 orang (71,88%).

Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan

No.	Pendidikan	Jumlah (n)	Percentase (%)
1.	SD	43	44,74
2.	SMP	18	18,75
3.	SMA	14	14,59
4.	S1	21	21,87
	TOTAL	96	100

Sumber : Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 3 di atas menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan SD yaitu 43 orang (44,74%) dan sebagian kecil memiliki tingkat pendidikan SMA yaitu 14 orang (14,59%).

Tabel 4. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

No.	Pekerjaan	Jumlah (n)	Percentase (%)
1.	IRT	59	61.45
2.	Petani	15	15.62
3.	Wiraswasta	5	5.2
4.	PNS	19	19.76
	TOTAL	96	100

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 4 di atas menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pekerjaan IRT yaitu 59 orang (61,45%) dan sebagian kecil bekerja sebagai wiraswasta yaitu 5 orang (5,2%).

Tabel 5. Karakteristik Responden Berdasarkan Konsumsi Garam ≥ 1 Sdt

No.	Konsumsi Garam ≥ 1 Sdt	Jumlah (n)	Percentase (%)
1.	Ya	49	51,05
2.	Tidak	47	48,95
	TOTAL	96	100

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 5 di atas menunjukkan bahwa mayoritas kebiasaan responden mengonsumsi garam berlebih sejumlah 49 orang (51,05%).

Tabel 6. Karakteristik Responden Berdasarkan riwayat penyakit keluarga dengan hipertensi

No.	Keluarga penderita Hipertensi	Jumlah (n)	Percentase (%)
1.	Ya	46	47,91
2.	Tidak	50	52,09
	TOTAL	96	100

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 6 di atas menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak memiliki keluarga dengan penyakit hipertensi sejumlah 50 orang (52,09%).

Tabel 7. Karakteristik Responden Berdasarkan Lama menderita Hipertensi

No.	Lama Menderita Hipertensi	Jumlah (n)	Persentase (%)
1.	> 5 Tahun	51	53,13
2.	≤ 5 Tahun	45	46,87
	TOTAL	96	100

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 7 di atas menunjukkan bahwa responden dengan lama menderita hipertensi sebagian besar yaitu > 5 tahun dengan jumlah 51 orang (53,13%).

Analisa Univariat

Tabel 8. Distribusi responden berdasarkan Tingkat Kecemasan

No.	Tingkat Kecemasan	Jumlah (n)	Persentase (%)
1.	Ringan	7	7.3
2.	Sedang	31	32.3
3.	Berat	58	60.4
	TOTAL	96	100

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 8 di atas menunjukkan bahwa sebagian besar berada pada tingkat kecemasan berat 58 orang (60,4%) dan sebagian kecil berada pada kategori kecemasan ringan yaitu 7 orang (7,3%).

Tabel 9. Distribusi responden berdasarkan Tekanan Darah

No.	Tekanan Darah	Jumlah (n)	Persentase (%)
1.	Normal	40	41,7
2.	Tidak Normal	56	58,3
	TOTAL	96	100

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 9 di atas menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori tekanan darah tidak normal yaitu 56 orang (58,3%).

Analisa Bivariat

Tabel 10. Hubungan Tingkat Kecemasan dan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Kabilia

Tingkat Kecemasan	Tekanan Darah				Jumlah		P value	Correlation Coefficient		
	Normal		Tidak Normal							
	N	%	N	%	N	%				
Cemas Ringan	7	7.3	0	0.0	7	7.3	0.00	0.58		
Cemas Sedang	22	22.9	9	9.4	31	32.3				
Cemas Berat	11	11.5	47	49.0	58	60.4				
TOTAL	40	41.7	56	58.3	96	100				

Sumber: Data Primer 2024

7 (7,3%) responden dengan tingkat kecemasan ringan semuanya berada pada tekanan darah normal, sedangkan 31 (32,3%) responden dengan cemas sedang 22 di antaranya berada pada kategori tekanan darah normal (22,9%) dan 9 orang (9,4%) berada pada kategori tekanan darah tidak normal. adapun responden dengan kecemasan berat 58 orang (60,4%) 11 orang di antaranya berada pada kategori tekanan darah normal (11,5%) dan 47 lainnya berada pada kategori tekanan darah tidak normal (49,0%) Dari perhitungan menggunakan uji Uji Statistik Spearman rank didapatkan p value 0,00 ($\alpha < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan tingkat kecemasan dengan tekanan darah dengan Correlation Coefficient 0,58 yang artinya terdapat hubungan positif searah bahwa semakin tinggi tingkat kecemasan maka semakin meningkat pula tekanan darah seseorang.

PEMBAHASAN

Tingkat Kecemasan Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Kabilia

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa responden yang memiliki Tingkat kecemasan berat sebanyak 58 (60,4%), sebanyak 31 (32,3%) responden memiliki tingkat kecemasan sedang dan sebanyak 7 (7,3%) responden memiliki tingkat kecemasan ringan. Melihat data ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori kecemasan berat. Sebagian besar responden dengan kecemasan berat dapat diidentifikasi melalui jawaban kuesioner dimana responden tersebut menunjukkan gejala perasaan ansietas seperti cemas, takut akan pikiran sendiri dan firasat buruk, gejala lain yang ditunjukkan oleh responden pada kuesioner yakni gejala gangguan tidur seperti sulit tidur, sering terbangun pada malam hari, tidur tidak nyenyak, bangun dengan lesu, sering mimpi buruk dan banyak mengalami mimpi-mimpi.

Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Hastutiningtyas & Maemunah (2021) bahwa Kecemasan biasanya yang dialami ditandai dengan adanya gejala psikologis berupa perasaan cemas, takut dan tidak menyenangkan yang berdampak terhadap perilaku dalam kehidupannya berupa gangguan tidur dan tidak menyenangkan.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sohat, Bidjuni & Kallo (2021) bahwa adanya kecemasan menyebabkan kesulitan mulai tidur, masuk tidur memerlukan waktu lebih dari 60 menit, timbulnya mimpi-mimpi yang menakutkan dan mengalami kesukaran pada pagi hari, bangun pagi merasa kurang segar. Dapat disimpulkan dari penelitian ini bahwa terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan gangguan tidur.

Adapun responden dengan tingkat kecemasan teritinggi kedua yaitu dalam kategori kecemasan sedang dimana dalam jawaban kuesioner responden menunjukkan gejala-gejala ketegangan seperti lesu, gemetar, dan gelisah. Hal ini didukung oleh teori yang dikemukakan oleh Fajjarahman (2022) bahwa kecemasan sedang berakibat terhadap individu yang lebih terfokus pada pikiran dan akan terjadi penyempitan lapang persepsi namun hal ini masih bisa diarahkan dan akan mengikuti perintah. Seseorang mengalami kecemasan karena gugup atau gelisah, sering gemetar, kecewa dan merasa khawatir jika ada masalah kecil. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Posyandu et al., (2024) bahwa kecemasan menggambarkan pada keadaan gelisah yang tak menentu, takut, lesu, tidak tenram dan kadang-kadang disertai dengan keluhan fisik. kecemasan sedang cenderung akan berpengaruh besar pada daya tahan tubuh melawan penyakit, untuk itu perlu diatasi sesegera mungkin agar tidak berdampak lebih buruk.

Selanjutnya sesuai hasil penelitian tingkatan terakhir responden dengan kecemasan ringan dapat diidentifikasi melalui jawaban responden dimana terdapat gejala somatik seperti sakit dan nyeri di otot-otot, kaku dan kedutan otot. Hal ini didukung oleh teori yang dikemukakan Amsori et al., (2024) kecemasan ringan adalah cemas yang normal yang biasa terjadi pada kehidupan sehari-hari dan menyebabkan seseorang menjadi waspada dan meningkatkan perhatian, tetapi individu masih bisa memecahkan masalah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Nuridayanti et al., (2021) kecemasan seringkali meningkatkan persepsi nyeri, tetapi nyeri juga dapat menimbulkan satu perasaan cemas. Stimulus nyeri mengaktifkan bagian sistem limbik yang diyakini mengendalikan emosi seseorang khususnya kecemasan. Sistem limbik dapat memproses reaksi emosi terhadap nyeri yakni memperburuk atau menghilangkan nyeri.

Salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan pada responden ialah Pendidikan. Pada penelitian ini mayoritas responden berpendidikan terakhir Sekolah Dasar (SD) sebanyak 43 (44,74%). Sejalan dengan penelitian oleh Amir et al., (2021), bahwa seseorang yang mempunyai pengetahuan dan kemampuan intelektual akan dapat meningkatkan kemampuannya dan rasa percaya diri dalam menghadapi stres dan semakin tinggi pendidikan seseorang akan mudah dan semakin mampu menghadapi stres yang ada. Pekerjaan juga merupakan salah satu faktor yang menyebabkan seseorang dapat mengalami kecemasan. Pada penelitian ini responden yang bekerja sebagai IRT sebanyak 59 (61,45%). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Muliani, (2022) bahwa tingkat kecemasan pada seseorang yang bekerja cenderung lebih ringan dibandingkan dengan ibu yang tidak bekerja atau IRT. Hal ini dimungkinkan disebabkan pada individu yang bekerja, memiliki kesempatan untuk bertemu dengan orang banyak disekitarnya sehingga bisa berpengaruh pada pengalaman dari orang lain yang dimungkinkan merubah cara pandang serta mendapatkan berbagai sumber informasi yang dapat pula berpengaruh pada tingkat cemas.

Peneliti berasumsi bahwa responden mengalami kecemasan akibat merasa tidak nyaman, gelisah, sulit tidur, lesu, nyeri pada otot, pekerjaan, pendidikan atau pengetahuan responden serta hal-hal yang ditakuti dan dikhawatirkan akan tetapi belum terjadi.

Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Kabilia

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan didapatkan Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa responden yang memiliki tekanan darah tidak normal sebanyak 56 (58,3%) dan sebanyak 40 (41,7%) responden dengan tekanan darah normal. Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian responden memiliki tekanan darah tidak normal. Sebagian besar responden dengan tekanan darah tidak normal dapat diidentifikasi melalui hasil pengukuran tekanan darah didapatkan hasil $>140/>90$ mmHg.

Hal ini sejalan dengan teori dari Pujiastuti et al., (2023) bahwa tekanan darah adalah tekanan dari aliran darah dalam pembuluh nadi. Tidak semua tekanan darah berada pada batas normal sehingga

menyebabkan munculnya gangguan pada tekanan darah atau hipertensi. Hipertensi merupakan faktor risiko utama terjadinya penyakit kardiovaskuler.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Shimanovsky et al., (2023) upaya lain menangani hipertensi yang dapat dilakukan yaitu dengan melakukan upaya yang dapat mengontrol tekanan darah, misalnya menghindari emosi yang berlebih, mengikuti pola hidup yang disyaratkan bagi pasien hipertensi serta melakukan pengobatan secara rutin, sehingga dapat menekan atau mengendalikan derajat hipertensinya

Penelitian ini diperoleh hasil bahwa jumlah responden yang memiliki tekanan darah normal sebanyak 11 responden. Hal ini didukung oleh pernyataan responden yang mengatakan bahwa sering membatasi makan makanan yang dapat memicu hipertensi dan juga sering minum obat agar tekanan darah tidak meningkat.

Sejalan dengan penelitian oleh Ayuning siwi, (2024) bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara kepatuhan minum obat dan nilai tekanan darah pasien hipertensi. Kepatuhan minum obat bagi penderita tekanan darah tinggi sangat penting karena dengan mengkonsumsi obat antihipertensi secara teratur dapat membantu mengontrol tekanan darah. Penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Milnasari jufri et al., (2021).

Faktor yang mempengaruhi tekanan darah yaitu usia. Pada penelitian ini responden pra lansia berjumlah 49. Sejalan dengan penelitian oleh A. & E. (2021) Yunus, (2021) bahwa usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tekanan darah. Usia berkaitan dengan tekanan darah tinggi (hipertensi). Semakin tua seseorang maka semakin besar resiko terserang hipertensi. Faktor Jenis kelamin juga dapat mempengaruhi tekanan darah. Pada penelitian ini terdapat 69 responden berjenis kelamin Perempuan. Sejalan dengan penelitian Salsabila et al., (2023) terjadinya hipertensi pada perempuan karena terjadinya perubahan hormonal dengan menopause sehingga terjadi peningkatan androgen relatif, maka meningkatkan kadar renin, plasma endothelin, sensitivitas garam dan resistensi insulin serta dapat mengaktifasi Renin Angiotensin (RAS). Selain itu, terdapat faktor lain yang mempengaruhi hipertensi ialah konsumsi garam >1 Sdt. Pada penelitian ini didapatkan sebanyak 49 responden mengonsumsi garam >1 sdt. Sejalan dengan penelitian M. H. Yunus et al., (2023) bahwa Konsumsi garam atau banyaknya kandungan natrium dalam makanan yang dikonsumsi oleh masyarakat merupakan salah satu penyebab hipertensi. Natrium yang diserap ke dalam pembuluh darah yang berasal dari konsumsi garam yang tinggi mengakibatkan adanya retensi air, sehingga volume darah meningkat. Hal ini yang mengakibatkan naiknya tekanan darah.

Peneliti berasumsi bahwa responden yang memiliki tekanan darah tidak normal disebabkan oleh beberapa faktor seperti konsumsi garam berlebih, usia dan juga jenis kelamin. Serta yang memiliki tekanan darah normal dikarenakan responden patuh minum obat dan juga menjaga makanan yang dikonsumsi.

Hubungan Tingkat Kecemasan dan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Kabilo

Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan uji Spearman Rank diperoleh nilai sign (-2 tailed) = 0,00 ($\alpha < 0,05$) artinya ada korelasi yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan tekanan darah pada pasien hipertensi. Sedangkan nilai Correlation Coefficient adalah 0,58 nilai Correlation Coefficient bernilai positif yang berarti hubungan antara dua variabel searah. Maksudnya, semakin responden merasa cemas maka semakin meningkat juga tekanan darahnya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa H1 dalam penelitian ini diterima atau terdapat hubungan Tingkat kecemasan dan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Kabilo.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa 7 (7,3%) responden dengan tingkat kecemasan ringan semuanya berada pada tekanan darah normal, sedangkan 31 (32,3%) responden dengan cemas sedang 22 di antaranya berada pada kategori tekanan darah normal (22,9%) dan 9 orang (9,4%) berada pada kategori tekanan darah tidak normal. Adapun responden dengan kecemasan berat

58 orang (60,4%) 11 orang di antaranya berada pada kategori tekanan darah normal (11,5%) dan 47 lainnya berada pada kategori tekanan darah tidak normal (49,0%).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebanyak 7 (7,3%) responden dengan kecemasan ringan dan memiliki tekanan darah normal sedangkan 0 (0,0%) responden dengan kecemasan ringan dan tekanan darah tidak normal. Berdasarkan uraian sebelumnya bahwa kecemasan yang terjadi pada responden disebabkan karena responden sering merasa nyeri pada sendi. Menurut (Astuti, 2021) lansia adalah suatu proses alami yang tidak dapat dihindari dan masa tua merupakan masa hidup yang terakhir. Dimana ini seseorang mengalami beberapa kemunduran seperti kognitif, orientasi, fisik. Terganggunya penurunan kesehatan pada lansia ditunjukkan dengan masalah yang menyangkut kehidupan biologis lansia seperti Nyeri sendi. Nyeri sendi adalah suatu akibat yang diberikan tubuh karena pengapuran atau akibat penyakit lain. Hal ini menyebabkan lansia mengalami kecemasan.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebanyak 22 (22,9%) responden dengan kecemasan sedang dan memiliki tekanan darah normal sedangkan sebanyak 9 (9,4%) responden memiliki tekanan darah tidak normal. Berdasarkan uraian sebelumnya bahwa responden sering merasa gelisah dan tidak nyaman dan berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah didapatkan tekanan darah tidak normal. Lansia yang mengalami kecemasan menyebabkan terjadinya peningkatan tekanan darah. Pada saat cemas hormone adrenalin akan meningkat yang mengakibatkan jantung memompa darah lebih cepat sehingga tekanan darah meningkat Dwiaستuti et al., (2023). Berdasarkan uraian sebelumnya bahwa responden sering merasa gelisah dan tidak nyaman dan berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah didapatkan tekanan darah normal. Prasetyawan et al., (2025) bahwa hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis yang tidak dapat disembuhkan, hanya mampu dicegah perkembangannya melalui modifikasi faktor risiko terjadinya hipertensi. Oleh sebab itu penyakit hipertensi merupakan salah satu penyakit yang tidak hanya berdampak secara fisik tapi juga dapat mempengaruhi kondisi psikologis salah satunya adalah kecemasan. Salah satu faktor penyebab kecemasan pada lansia adalah aktivitas spiritual. Semakin tinggi tingkat spiritual lansia, maka tingkat kecemasan akan semakin rendah. Pentingnya aspek spiritual dapat menjadi medikasi terapeutik untuk meningkatkan coping, dukungan sosial, harapan, mendukung perasaan relaksasi terutama dalam mengurangi kecemasan.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa 11 (11,5%) responden mengalami kecemasan berat dengan tekanan darah normal sedangkan, sebanyak 47 (49,0%) responden dengan tekanan darah tidak normal. Berdasarkan uraian sebelumnya bahwa kecemasan berat yang terjadi pada responden dengan gejala perasaan cemas seperti takut dengan pikiran sendiri dan firasat buruk serta gangguan tidur. Sejalan dengan penelitian Febriyona et.,al 2024 bahwa kecemasan merupakan faktor psikologis utama yang memengaruhi hipertensi, terutama pada lansia. Kecemasan berkepanjangan dapat memicu pelepasan hormon adrenalin, mempercepat denyut jantung, dan meningkatkan tekanan darah, serta berdampak negatif pada konsentrasi, kesiagaan, dan sistem imun Stres dan kecemasan menyebabkan ketidakseimbangan hormon seperti adrenalin, meningkatkan resistensi pembuluh darah dan curah jantung melalui stimulasi saraf simpatik, serta dipengaruhi oleh faktor pekerjaan, status sosial, dan karakteristik pribadi.

Berdasarkan uraian sebelumnya bahwa responden sering merasa cemas, takut dengan pikiran sendiri, firasat buruk dan gangguan tidur dan berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah didapatkan tekanan darah normal. Menurut Khasanah (2023) bahwa kecemasan dapat disebabkan oleh perubahan sistem saraf pusat. Di dalam sistem saraf pusat, proses tersebut melibatkan jalur cortex cerebri, sistem limbik, sistem RAS (Reticular Activating System), dan hipotalamus yang memberikan impuls kepada kelenjar hipofisis untuk mensekresikan mediator hormonal terhadap target organ yaitu kelenjar adrenal. Sehingga dapat menstimulus sistem saraf otonom melalui mediator hormonal yang lain yaitu catecholamine. Akibatnya terjadi hiperaktivitas pada sistem saraf otonom yang menimbulkan kecemasan. Kecemasan yang tidak ditangani dengan cepat akan memburuk, kecemasan bisa menyebabkan peningkatan tekanan darah sementara, tetapi tidak selalu menyebabkan tekanan darah

tinggi dalam jangka panjang. Hubungan antara kecemasan dan tekanan darah dapat bervariasi antar individu.

Menurut teori Khasanah et al., (2023) bahwa seseorang yang mengalami kecemasan berat tetap bisa memiliki tekanan darah normal. Meskipun kecemasan dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah sementara, tidak semua orang dengan kecemasan berat akan mengalami tekanan darah tinggi secara terus-menerus. Kecemasan dapat memicu respons fisiologis, termasuk peningkatan detak jantung dan penyempitan pembuluh darah, yang dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah sementara. Namun, kecemasan berat tidak selalu mengarah pada tekanan darah tinggi secara kronis.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa responden yang memiliki Tingkat kecemasan berat sebanyak 58 (60%), sebanyak 31 (32,3%) responden memiliki tingkat kecemasan sedang dan sebanyak 7 (7,3%) responden memiliki tingkat kecemasan ringan.

Berdasarkan Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa responden yang memiliki tekanan darah tidak normal sebanyak 56 (58,3%) dan sebanyak 40 (41,7%) responden dengan tekanan darah normal.

Berdasarkan Hasil Uji Statistik dengan uji Spearman Rank diperoleh nilai sign (-2 tailed) = 0,00 ($\alpha < 0,05$) artinya ada korelasi yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan tekanan darah pada pasien hipertensi. Hasil nilai Correlation Coefficient adalah 0,58 bernilai positif yang berarti hubungan antara dua variabel searah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa H1 dalam penelitian ini diterima atau terdapat hubungan Tingkat kecemasan dengan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Kabilia.

SARAN

Bagi Puskesmas

Dengan adanya hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai landasan dalam pengambilan Kebijakan oleh pihak Puskesmas dalam upaya penurunan angka hipertensi dengan cara memberikan Pendidikan kesehatan kepada responden dan juga keluarga untuk meningkatkan motivasi serta dukungan keluarga. Selain itu, Puskesmas juga dapat memberikan intervensi terhadap kecemasan, seperti konseling, relaksasi, dan edukasi psikologis, guna membantu pasien mengelola stres yang dapat memicu peningkatan tekanan darah.

Bagi Responden

Dengan adanya hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada responden tentang tingkat kecemasan dan tekanan darah untuk mengontrol hipertensi.

Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya di sarankan hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan untuk meneliti faktor-faktor lain yang belum diteliti seperti aktifitas fisik, indeks massa tubuh (berat badan dan tinggi badan), dan obat-obatan

DAFTAR PUSTAKA

- Amsori, A. A., Aulia, N. N., El, W., & Rusdi, M. (2024). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Intensitas Nyeri pada Penderita Nyeri Punggung Bawah Di RSI Jemursari Surabaya Relationship between Anxiety Level and Pain Intensity in Patients with Low Back Pain at RSI Jemursari Surabaya. 5(3), 1141–1147.
- Astuti, Y. (2021). Pengaruh Senam Ergonomi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Medika Hutama*, Vol. 2 No. 04 Juli (2021): Jurnal Medika Hutama, 1263–1269.
- Ayuning siwi, M. A. (2024). Hubungan antara Kepatuhan Minum Obat dengan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 19(2), 14.
- Dwiastuti, E., Mustikarani, I. K., & Irdianty, M. S. (2023). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan

- Tekanan Darah Orang Tua pada saat Mendampingi Anak Kemoterapi Di RSUD Dr. Moewardi. 0, 1–12.
- Indriatie. (2024). Hubungan Kepatuhan Minum Obat Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di RW 03 Desa Berbek Waru Sidoarjo. 18(1), 30–37.
- Kati, R. K., Opod, H., & Pali, C. (2018). Gambaran Emosi dan Tingkat Kecemasan pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Bahu. *Jurnal E-Biomedik*, 6(1).
- Kementerian Kesehatan. (2023). Profil Kesehatan.
- Khasanah, D. A., Junaedi, M. P., 'Amaliyah, M. N., Triandari, L., Nelissa, D., & Wagner, I. (2023). Hubungan Tingkat Kecemasan dan Tekanan Darah Pada Karyawan Universitas Panca Bhakti. *FISIO MU: Physiotherapy Evidences*, 4(2), 176–180.
- Milnasari jufri, S., Indriastusi, D., & Tahiruddin. (2021). Hubungan Perilaku Konsumsi Makanan dengan Kejadian Hipertensi di RSUD Kota Kendari. *Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan*, 01(2747–2108), 25–29.
- Nurfitri, Safruddin, & Asfar. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan terhadap Peningkatan Tekanan Darah pada Lansia di Puskesmas Jum pandang Baru. *Window of Nursing Journal*, 02(02), 139–148.
- Ayuningtyas, M.R., Puspitasari, D.I. (2022). Hubungan BBLR dan Pendidikan ibu dengan kejadian stunting pada anak usia 6–36 bulan di Desa Jekani, Mondokan Sragen. *The Journal of Indonesian Community Nutrition*, 11(1), 56–61.
- Posyandu, D. I., Tasikmadu, R. W., Andhika, M., Fajrin, N., Rosidah, N., & Sucayyo, E. E. (2024). Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Lansia Di Posyandu Rw 01 Tasikmadu, Malang Anxiety Levels on Eldery At Healthcare Center Tasikmadu, Malang. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat: Kesehatan (JPKMK)*, 4, 2807–3134.
- Prasetyawan, R. D., Nurhayati, E., Iswahyudi, U. A., Arifuddin, W., Studi, P., Ners, P., Sakit, R., Huda, A., Tidur, K., & Management, S. H. (2025). SLEEP HYGIENE MANAGEMENT (SHM) MENINGKATKAN. 4(2), 74–84.
- Prastanti, N., Olfah, Y., & Khairani, W. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Lembar Balik Terhadap Kecemasan Pre Operasi Dengan Spinal Anestesi Di Rsud Wates Kulon Progo (Issue 3) [Poltekkes Kemenkes Yogyakarta].
- Pujiastuti, M., Indra Hizkia, & Winny Munthe. (2023). Gambaran Tekanan Darah Pada Masyarakat Yang Mengikuti Senam Jantung Sehat Di Rambung Merah Tahun 2022. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(7), 2905–2912.
- Salsabila, E., Utami, S. L., Sahadewa, S., Salsabila, E., Utami, S. L., & Sahadewa, S. (2023). Faktor Risiko Usia dan Jenis Kelamin dengan Kejadian Hipertensi di Klinik Paradise Surabaya Oktober 2023 Risk Factors of Age and Gender with Hypertension Incidence at Paradise Clinic Surabaya October 2023. 64–69.
- Shimanovsky, F. A., Agustina, L., & Ratnah, I. (2023). smartphone , tablet ,. 2(April).
- Sukiswantoi, A., & Rohana, N. (2020). Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Menurunkan Tingkat Depresi pada Penderita Hipertensi. *Proceeding Widya Husada Nursing Conference*, 2(1), 1–5.
- WHO. (2023). Hypertension.
- Yunus, M. H., Kadir, S., & Lalu, N. A. S. (2023). the Relationship Between Salt Consumption Patterns and the Incidence of Hypertension in the Elderly At the Kota Tengah Health Center. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community*, 7(1), 163–171.
- Zainuddin, R.N., & Labdullah, P. (2020). Efektivitas Isometric Handgrip Exercise dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 615–624