

JURNAL SKRIPSI

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN HIPERTENSI DI
POLIKLINIK BIDDOKKES POLDA JATIM**



**RENIKA EVADIASTI PRAVITA
2434201018**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MAJAPAHIT
MOJOKERTO
2025**

PERNYATAAN

Dengan ini kami selaku Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit

Mojokerto :

Nama : Renika Evadiasti Pravita

NIM : 2434201018

Program Studi : S1 Keperawatan

Setuju naskah jurnal ilmiah yang disusun oleh yang bersangkutan setelah mendapat arahan dari pembimbing, dipublikasikan **dengan** mencantumkan nama tim pembimbing sebagai co-author.

Demikian harap maklum

Mojokerto, 25 September 2025



Renika Evadiasti Pravita
NIM: 2434201018

Mengetahui,

Dosen Pembimbing I

Ike Prafita Sari, S.Kep. Ns. M.Kep.
NIK. 220 250 134

Dosen Pembimbing II

Nurul Mawaddah, S.Kep. Ns. M.Kep.
NIK. 220 250 135

HALAMAN PENGESAHAN

JURNAL SKRIPSI

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN HIPERTENSI DI
POLIKLINIK BIDDOKKES POLDA JATIM**



**RENIKA EVADIASTI PRAVITA
2434201018**

Dosen Pembimbing I

**Ike Prafita Sari, S.Kep. Ns. M.Kep.
NIK. 220 250 134**

Dosen Pembimbing II

**Nurul Mawaddah, S.Kep. Ns. M.Kep.
NIK. 220 250 135**

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN HIPERTENSI DI POLIKLINIK BIDDOKKES POLDA JATIM

Renika Evadiasti Pravita

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan STIKES Majapahit, Mojokerto
Email: renidiasvita@gmail.com

Ike Prafitia Sari, S.Kep. Ns. M.Kep.

Dosen STIKES Majapahit, Mojokerto
Email: ikkeshary@gmail.com

Nurul Mawaddah, S.Kep. Ns. M.Kep.

Dosen STIKES Majapahit, Mojokerto
Email: mawaddah.ners@gmail.com

Abstrak - Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi penyebab utama kematian di dunia. Faktor-faktor yang berhubungan dengan hipertensi perlu diketahui sejak dini untuk mengembangkan strategi pencegahan dan pengobatan yang efektif. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan kebiasaan merokok, kepatuhan minum obat, kualitas tidur, dan tingkat stress dengan hipertensi di Poliklinik Biddokkes Polda Jatim. Desain penelitian ini adalah observasional analitik dengan metode retrospektif. Jumlah sampel sebanyak 42 responden pada bulan Agustus 2025 di Poliklinik Biddokkes Polda Jatim. Hasil penelitian bahwa hampir setengah responden memiliki hasil tekanan darah pada kategori pre hipertensi. Pada responden yang memiliki kebiasaan merokok hampir setengahnya masuk dalam kategori perokok sedang dengan tingkat kepatuhan sedang juga. Pada sebagian responden memiliki kualitas tidur yang tinggi dan sebagian besar memiliki tingkat stress yang rendah. Berdasarkan perhitungan uji korelasi Spearman Rho menunjukkan kebiasaan merokok, kepatuhan minum obat, kualitas tidur dan tingkat stress bernilai taraf signifikan $\rho = 0,001$ ($\rho < 0,05$) maka H_0 ditolak, jadi ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan merokok, kepatuhan minum obat, kualitas tidur, dan tingkat stres dengan hipertensi di Poliklinik Biddokkes Polda Jatim. Pemberian edukasi dan konseling mengenai pengetahuan serta kesadaran terkait faktor-faktor yang berhubungan dengan hipertensi sangat penting dilakukan sebagai dasar untuk mengembangkan strategi pencegahan dan pengobatan hipertensi yang lebih efektif.

Kata kunci: kebiasaan merokok, kepatuhan minum obat, kualitas tidur, tingkat stress, hipertensi

Abstract - Hypertension is a non-communicable disease and a leading cause of death worldwide. Early identification of factors associated with hypertension is crucial to develop effective prevention and treatment strategies. The purpose of this study was to analyze the relationship between smoking habits, medication adherence, sleep quality, and stress levels with hypertension at the East Java

Regional Police's Health and Medical Clinic (Biddokkes) Polyclinic. This study used a retrospective, observational, and analytical design. A sample size of 42 respondents was measured at the Biddokkes Polyclinic in August 2025. The results showed that nearly half of the respondents had blood pressure readings in the pre-hypertension category. Of those who smoked, nearly half were classified as moderate smokers with moderate adherence. Some respondents had high sleep quality, and most had low stress levels. Based on the Spearman Rho correlation test, smoking habits, medication adherence, sleep quality, and stress levels all had a significance level of $\rho = 0.001$ ($\rho < 0.05$). Therefore, H_0 is rejected. Therefore, there is a significant relationship between smoking habits, medication adherence, sleep quality, and stress levels and hypertension at the East Java Regional Police Health and Medical Clinic. Providing education and counseling regarding knowledge and awareness of factors related to hypertension is crucial as a basis for developing more effective strategies for preventing and treating hypertension.

Keywords: smoking habits, medication adherence, sleep quality, stress levels, Hypertension

PENDAHULUAN

Penyakit darah tinggi atau dikenal Hipertensi merupakan penyakit dari semua kalangan masyarakat, menimbulkan angka morbiditas (kesakitan) dan mortalitasnya (kematian) tinggi, ketika terdiagnosa hipertensi maka dituntut menjalani pengobatan seumur hidup dan menjaga pola hidup sehat agar terkontrol dan tidak menimbulkan komplikasi (Susilo, Y., Wulandari, 2021). Penyebab hipertensi yang tidak diketahui dan individu tidak melakukan upaya pengendalian tekanan darah dapat meningkatkan risiko riwayat komplikasi seperti stroke, penyakit jantung, gagal ginjal, kebutaan hingga gangguan kognitif (American Heart Association, 2018; WHO, 2023).

Menurut World Health Organization (WHO) (2023) diperkirakan sekitar 1,13 miliar orang diseluruh dunia menderita hipertensi dan satu dari empat laki-laki dan satu dari lima perempuan menderita hipertensi. Dua pertiga tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Dari sejumlah penderita hanya kurang dari seperlima yang melakukan upaya pengendalian terhadap tekanan darah. Hipertensi merupakan penyebab kematian dini di seluruh dunia. Dilihat dari rekap prevalensi kejadian hipertensi pada data WHO sebanyak 40% dari total populasi di Indonesia mengalami hipertensi. Kejadian Hipertensi di Asia Tenggara berada di posisi ke-3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% terhadap total penduduk. satu di antara lima orang perempuan di seluruh dunia memiliki hipertensi. Menurut data Survei

Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi kejadian hipertensi berdasarkan diagnosa dokter dan hasil pengukuran pada usia > 15 tahun di Jawa Timur sebanyak 93.307 orang sedangkan pada usia > 18 tahun di Jawa Timur sebanyak 89.343 orang. Berdasarkan data Profil Kesehatan Jawa Timur tahun 2021, persentase hipertensi di Jawa Timur mencapai 13,47%. Jumlah pasien hipertensi terbanyak di Jawa Timur berada di Kota Surabaya yaitu sebanyak 102.599 kasus.

Penderita hipertensi tidak merasakan tanda dan gejala yang menonjol, oleh karena itu hipertensi sering disebut sebagai silent killer. Hal itu yang membuat penderita tidak melakukan pemeriksaan dan pengobatan lebih dini. Fenomena tersebut disebabkan karena perubahan gaya hidup masyarakat secara global. Epidemiologi hipertensi mulai mengalami pergeseran ke kelompok usia dewasa muda (Tirtasari dan Kodim, 2020). Meningkatnya kejadian hipertensi seiring dengan belum adanya perbaikan mengenai faktor perilaku yang ada dalam indikator program Germas yakni aktivitas fisik cukup, makan buah sayur, dan tidak merokok. Keadaan indikator tersebut juga tersampaikan dalam laporan Global Burden Disease 2019 bahwa belum terdapat keberhasilan dunia dalam mengurangi perilaku berisiko seperti pola makan, asupan kalori, dan aktivitas fisik (Abbatati et al., 2020). Teori H.L. Blum mendukung bahwa perilaku seseorang serta lingkungannya memberikan kontribusi sebesar 70% terhadap status kesehatan termasuk hipertensi sebab kedua faktor tersebut sangat melekat pada individu (Setyawan, 2019).

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Faktor-faktor yang berhubungan dengan hipertensi di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim.”

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif dengan desain penelitian observasional analitik berupa metode retrospektif. Populasi penelitian ini adalah pasien yang menderita hipertensi di Poliklinik Bidokkes Poldo Jatim pada bulan Maret hingga Mei 2025 sebanyak 216 orang atau rata-rata 72 orang perbulan. Pengambilan sampel menggunakan rumus Solvin dengan hasil sebanyak 42 sampel melalui teknik *purposive sampling*. Pada penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel dependen dan variabel independent. Variabel independen pada penelitian

ini adalah kebiasaan merokok, kepatuhan minum obat, kualitas tidur, dan tingkat stress sedangkan variabel dependen yaitu hipertensi. Instrumen pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner data demografi dan kebiasaan merokok, kuesioner kepatuhan minum obat dengan menggunakan MMAS-8, kuesioner kualitas dengan menggunakan PSQI, kuesioner Tingkat stress dengan menggunakan PSS, serta instrumen hipertensi dengan menggunakan data rekam medis dan pengukuran tekanan darah. Teknik uji analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah menggunakan analisis bivariat melalui uji korelasi *Rank Spearman*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Responden penelitian ini adalah pasien hipertensi yang berkunjung ke Poliklinik Biddokkes Polda Jatim di bulan Agustus 2025 berjumlah 42 responden. Data umum hasil penelitian merupakan gambaran tentang karakteristik responden yang meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, status perkawinan dan riwayat hipertensi. Sedangkan data khusus dalam penelitian adalah sebagai berikut:

Tabel 1 Distribusi karakteristik responden berdasarkan hasil tekanan darah di Poliklinik Biddokkes Polda Jatim

No	Hasil tekanan darah	Frekuensi	Persentase (%)
1	Normal: <120/<80 mmHg	11	26,2
2	Pre Hipertensi: 120-139 / 80-89 mmHg	16	38,1
3	Hipertensi Tingkat 1: 140-159 / 90-99 mmHg	11	26,2
4	Hipertensi Tingkat 2: =160 / =100 mmHg	4	9,5
	Total	42	100

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil bahwa hampir setengah responden memiliki hasil tekanan darah pada rentang 120-139 / 80-89 sebanyak 16 responden atau sebesar 38,1 %.

Tabel 2 Distribusi karakteristik responden berdasarkan kebiasaan merokok di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim

No	Kebiasaan merokok	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tidak merokok	9	21,4
2	Perokok ringan	12	28,6
3	Perokok sedang	19	45,2
4	Perokok berat	2	4,8
	Total	42	100

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil bahwa hampir setengah responden memiliki kebiasaan merokok yang masuk dalam kategori perokok sedang yakni sebesar 45,2% atau sebanyak 19 responden.

Tabel 3 Distribusi karakteristik responden berdasarkan kepatuhan minum obat di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim

No	Kepatuhan minum obat	Frekuensi	Persentase (%)
1	Kepatuhan tinggi	11	26,2
2	Kepatuhan sedang	18	42,9
3	Kepatuhan rendah	13	31
	Total	42	100

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 3 didapatkan hasil hampir setengah responden memiliki tingkat kepatuhan sedang dalam minum obat yakni sebesar 42,9 % atau sebanyak 18 responden.

Tabel 4 Distribusi Karakteristik responden berdasarkan kualitas tidur di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim

No	Kualitas tidur	Frekuensi	Persentase (%)
1	Kualitas tidur tinggi	21	50
2	Kualitas tidur cukup	7	16,7
3	Kualitas tidur kurang	11	26,2
4	Kualitas tidur rendah	3	7,1
	Total	42	100

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 4. didapatkan hasil sebagian responden memiliki kualitas tidur yang tinggi yakni sebanyak 21 responden atau sebesar 50%.

Tabel 5 Distribusi Karakteristik responden berdasarkan tingkat stress di Poliklinik Biddokkes Polda Jatim

No	Tingkat stres	Frekuensi	Persentase (%)
1	Stress rendah	22	52,3
2	Stress sedang	13	31
3	Stress berat	7	16,7
	Total	42	100

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 5 didapatkan hasil sebagian besar responden mengalami stress rendah sebesar 52,3% atau sebanyak 22 responden.

Tabel 6 Tabulasi silang hubungan kebiasaan merokok dengan Hipertensi di Poliklinik Biddokkes Polda Jatim

		Hipertensi (Hasil TD)									
		Normal		Pre-HT		HT-1		HT-2		Total	
		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Kebiasaan merokok	Ringan	2	16,7	9	75	1	8,3	0	0	12	28,6
	Sedang	2	10,5	5	26,3	9	47,4	3	15,8	19	45,2
	Berat	0	0	0	0	1	50	1	50	2	4,8
	Tidak merokok	7	77,8	2	22,2	0	0	0	0	9	21,4
Nilai uji <i>spearman rho correlation p value</i> 0,001 ($\alpha = 0,05$) $r = 0,675$											

Berdasarkan tabel 6, didapatkan data bahwa dari 12 responden yang memiliki kebiasaan merokok ringan sebesar 16,7% dengan 2 responden memiliki tekanan darah normal, sebanyak 9 responden (75%) memiliki tekanan darah dalam kategori pre hipertensi, 1 responden atau sebesar 8,3% memiliki tekanan darah dalam kategori hipertensi tingkat 1, dan tidak ada (0%) dengan 0 responden memiliki tekanan darah pada hipertensi tingkat 2. Pada kebiasaan merokok ringan terdapat 19 responden dengan 2 responden (10,5%) memiliki tekanan darah normal, 5 responden (26,3%) memiliki tekanan darah kategori pre hipertensi, sebesar 47,4% atau sebanyak 9 responden memiliki tekanan darah kategori hipertensi tingkat 1, dan 3 responden (15,8%) memiliki tekanan darah pada kategori hipertensi tingkat 2. Sebagian responden (50%) yang memiliki kebiasaan merokok berat sebanyak 1 responden memiliki tekanan darah pada kategori hipertensi tingkat 1 dan sebagian lagi (50%) memiliki tekanan darah pada kategori hipertensi tingkat 2. Sedangkan pada responden yang tidak merokok sebanyak 9 responden, hampir seluruh responden (77,8%) memiliki tekanan darah normal sebanyak 7 responden, dan

sebagian kecil (22,2%) memiliki tekanan darah pada kategori pre hipertensi sebanyak 2 responden.

Tabel 7 Tabulasi Silang Hubungan kepatuhan minum obat dengan hipertensi di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim

		Hipertensi (Hasil TD)									
		Normal		Pre-HT		HT-1		HT-2		Total	
		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Kepatuhan minum obat	Rendah	1	7,7	2	15,4	7	53,8	3	23,1	13	31
	Sedang	4	22,2	9	50,0	4	22,2	1	5,6	18	42,9
	Tinggi	6	54,5	5	45,5	0	0	0	0	11	26,1
Nilai uji <i>spearman rho correlation p value</i> 0,001 ($\alpha = 0,05$) $r = - 0,643$											

Berdasarkan tabel 7, didapatkan data bahwa 13 responden yang memiliki tingkat kepatuhan rendah, sebanyak 1 responden (7,7%) hasil tekanan darah menunjukkan kategori normal, sebanyak 2 responden (15,4%) memiliki tekanan darah kategori pre hipertensi, dan sebagian besar (53,8%) memiliki tekanan darah kategori hipertensi tingkat 1 sebanyak 7 responden. Sedangkan pada responden yang memiliki kepatuhan sedang, yang memiliki tekanan darah normal sebanyak 4 responden (22,2%), separuh (50%) memiliki tekanan darah pre hipertensi sebanyak 9 responden, sebanyak 4 responden (22,2%) memiliki tekanan darah kategori hipertensi tingkat 1, dan sebanyak 1 responden (5,6%) memiliki tekanan darah kategori hipertensi tingkat 2.

Tabel 8 Tabulasi Silang Hubungan kualitas tidur dengan Hipertensi di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim

		Hipertensi (Hasil TD)									
		Normal		Pre-HT		HT-1		HT-2		Total	
		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Kualitas Tidur	Rendah	0	0	0	0	1	33,3	2	66,7	3	7,1
	Kurang	0	0	5	45,5	4	36,4	2	18,2	11	26,2
	Cukup	0	0	3	42,9	4	57,1	0	0	7	16,7
	Tinggi	11	52,4	8	38,1	2	9,5	0	0	21	50
Nilai uji <i>spearman rho correlation p value</i> 0,001 ($\alpha = 0,05$) $r = 0,734$											

Berdasarkan tabel 8, didapatkan data bahwa hampir setengah (33,3%) responden yang memiliki kualitas tidur yang rendah sebanyak 1 responden yang memiliki tekanan darah kategori hipertensi tingkat 1 dan sebagian besar (66,7%)

memiliki tekanan darah kategori hipertensi tingkat 2 sebanyak 2 responden. Dari 11 responden yang memiliki kualitas tidur kurang, sebanyak 5 responden (45,5%) hasil tekanan darah mereka menunjukkan pada kategori pre hipertensi, sebanyak 4 responden (36,4%) memiliki tekanan darah kategori hipertensi tingkat 1, dan sebanyak 2 responden (18,2%) memiliki tekanan darah kategori hipertensi tingkat 2. Pada responden yang memiliki kualitas tidur cukup sebanyak 7 responden, dimana sebagian besar (57,1%) memiliki tekanan darah kategori hipertensi tingkat 1 dan hampir setengah (42,9%) responden memiliki tekanan darah kategori hipertensi tingkat 2. Sedangkan sebanyak 21 responden yang memiliki kualitas tidur yang tinggi, sebagian besar (52,4%) memiliki tekanan darah normal sebanyak 11 responden, sebanyak 8 responden (38,1%) memiliki tekanan darah kategori pre hipertensi, dan sebanyak 2 responden (9,5%) memiliki tekanan darah kategori hipertensi tingkat 1.

Tabel 9 Tabulasi Silang Hubungan Tingkat stres dengan hipertensi di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim

		Hipertensi (Hasil TD)									
		Normal		Pre-HT		HT-1		HT-2		Total	
		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Tingkat Stress	Rendah	10	45,5	10	45,5	2	9,1	0	0	22	52,4
	Sedang	1	7,7	6	46,2	6	46,2	0	0	13	31
	Tinggi	0	0	0	0	3	42,9	4	57,1	7	16,6
		Nilai uji <i>spearman rho correlation p value</i> 0,001 ($\alpha = 0,05$) $r = - 0,8333$									

Berdasarkan tabel 9, didapatkan data sebanyak 22 responden yang memiliki tingkat stress rendah, sebanyak 10 responden (45,5%) memiliki tekanan darah normal, sebanyak 10 responden (45,5%) memiliki tekanan darah kategori pre hipertensi, sebanyak 2 responden (9,1%) memiliki tekanan darah kategori hipertensi tingkat 1. Sebanyak 13 responden memiliki tingkat stress sedang, dimana 1 responden (7,7%) memiliki tekanan darah normal, sebanyak 6 responden (46,2%) memiliki tekanan darah pre hipertensi, dan terdapat 6 responden (46,2%) memiliki tekanan darah kategori hipertensi tingkat 1. Sebanyak 7 responden memiliki tingkat stress tinggi, dimana sebagian besar (57,1%) memiliki tekanan darah kategori hipertensi tingkat 2 sebanyak 4 responden sedangkan hampir setengahnya (42,9%) memiliki tekanan darah kategori derajat 2 sebanyak 3 responden.

Hubungan Kebiasaan Merokok dengan Hipertensi di Poliklinik Biddokkes Polda Jatim

Berdasarkan hasil uji korelasi spearman didapatkan nilai signifikan sebesar 0.675 ($p < 0.001$), hal ini menunjukkan adanya hubungan positif yang kuat antara kebiasaan merokok (diukur dengan Indeks Brinkman) dan hipertensi. Artinya, semakin tinggi skor Indeks Brinkman atau semakin berat kebiasaan merokok, semakin tinggi pula kategori hipertensi yang dialami.

Merokok merupakan salah satu faktor yang bisa diubah, hubungan rokok dengan hipertensi yaitu nikotin yang menyebabkan peningkatan tekanan darah karena nikotin didalam rokok diserap pembuluh darah kecil dalam paru-paru sehingga diedarkan oleh pembuluh darah ke otak, otak akan beraksi terhadap nikotin dengan memberi sinyal pada kelenjar adrenal sehingga bisa melepaskan epinefrin (Adrenalin). Hormon yang kuat ini akan menyempitkan pembuluh darah sehingga jantung dipaksa bekerja lebih berat dan menyebabkan tekanan darah lebih tinggi. Karbon monoksida dalam asap rokok menggantikan oksigen dalam darah. Hal ini mengakibatkan tekanan darah karena jantung dipaksa memompa untuk memasukan oksigen yang cukup ke dalam organ dan jaringan tubuh (Samiadi, 2016 dalam Komang Yunita, 2021). Zat-zat kimia beracun seperti nikotin dan karbon monoksida yang dihisap melalui rokok yang masuk kedalam aliran darah dapat merusak lapisan endotel pembuluh darah arteri, mengakibatkan proses aterosklerosis dan tekanan darah tinggi. Pada studi autopsi dibuktikan kaitan erat antara kebiasaan merokok dengan adanya aterosklerosis pada seluruh pembuluh darah. Merokok pada penderita tekanan darah tinggi semakin meningkatkan resiko kerusakan pada jantung. Penelitian ini mirip dengan penelitian Irene, Josef & Nurmansyah tahun 2019 yang berjudul ‘Hubungan Antara Merokok Dengan hipertensi Di Puskesmas Kawangkoa’ hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara perilaku merokok dengan kejadian hipertensi yang mana pada penelitian ini di dapatkan bahwa perilaku merokok Sebagian besar masuk dalam perilaku sedang dengan mayoritas memiliki tekanan darah normal.

Menurut peneliti, perilaku hidup tidak sehat seperti merokok memang belum terlihat dampaknya secara langsung, akan tetapi seiring berjalannya waktu dan penambahan usia dikhawatirkan bisa membuat perburukan kondisi kesehatan seperti mengalami hipertensi saat sudah usia lanjut yang dikarenakan perilaku

merokok saat muda. Walaupun saat ini perilaku merokok cenderung ringan dan sebagian besar tidak mengalami hipertensi sebaiknya tetap menjaga pola hidup sehat karena pada dasarnya merokok menyebabkan hipertensi, entah dampaknya sekarang ataupun nanti saat usia lanjut. Jika responden merokok sebanyak dua batang, maka tekanan darah pada tubuhnya akan meningkat hingga 10 mm/Hg.

Hubungan Kepatuhan Minum Obat dengan Hipertensi di Poliklinik Biddokkes Polda Jatim

Berdasarkan hasil uji korelasi spearman sebesar -0.643 ($p < 0.001$) menunjukkan adanya hubungan negatif yang kuat antara kepatuhan minum obat dan kategori hipertensi. Artinya, semakin tinggi tingkat kepatuhan responden dalam mengonsumsi obat antihipertensi, semakin rendah tingkat kategori tekanan darah yang dialami. Sebaliknya, semakin rendah kepatuhan, semakin besar kemungkinan responden berada pada kategori hipertensi yang lebih berat.

Dalam penelitian ini dapat dilihat bahwa kepatuhan dalam minum obat sangat mempengaruhi responden dalam pencegahan hipertensi. Semakin patuh atau rutin responden meminum obat hipertensi maka semakin sadar ia bahwa pencegahan hipertensi sangat bermanfaat bagi kesehatannya. Kepatuhan minum obat antihipertensi terbukti dapat mengontrol tekanan darah penderita hipertensi dalam batas stabil. Obat antihipertensi berperan dalam menurunkan angka kejadian komplikasi yang bisa terjadi akibat tidak stabilnya tekanan darah responden. Komplikasi yang bisa terjadi akibat penyakit hipertensi salah satunya stroke dengan prevalensi responden yang memiliki Hipertensi sebanyak 95% (Burhanudin, Wahiduddin, & Jumriani 2017 dalam Siska Nabila, 2022).

Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Fatmah (2017) yang menyatakan bahwa kepatuhan dalam mengonsumsi obat merupakan aspek utama dalam penanganan penyakit kronis sehingga memperhatikan kondisi tersebut maka kepatuhan mengonsumsi obat harian menjadi fokus dalam mencapai derajat kesehatan responden. Dalam hal ini perilaku pasien dapat dilihat dari sejauh mana responden mengikuti dan mentaati pengobatan yang diberikan oleh tenaga medis untuk menghasilkan sasaran terapeutik agar tekanan darah terkontrol. Kepatuhan konsumsi obat yang didapatkan dalam penelitian ini juga disebabkan karena

tingginya dukungan keluarga yang diberikan oleh anggota keluarga baik dalam bentuk emosional, penghargaan, informasi, waktu, maupun finansial.

Hubungan Kualitas Tidur dengan Hipertensi di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim

Adapun Nilai korelasi spearman sebesar 0.734 ($p < 0.001$) menunjukkan adanya hubungan positif yang kuat antara skor kualitas tidur (skor PSQI) dan hipertensi. Dengan demikian, semakin buruk kualitas tidur (skor PSQI semakin tinggi) maka semakin tinggi pula risiko sesresponden berada dalam kategori hipertensi pada tingkat yang lebih berat.

Individu yang memiliki siklus tidur terganggu, maka fungsi fisiologis tubuh yang lain pun akan mengalami gangguan atau berubah. Salah satu faktor yang berpengaruh yaitu tekanan darah. Tekanan darah dapat dipengaruhi oleh tidur yang terganggu dan siklus tidur yang tidak seimbang sebab irama sirkadian tidak teratur sehingga hormon kortisol dalam tubuh akan meningkat. Dampak dari gangguan tidur juga dapat mempengaruhi kerja katekolamin yang diproduksi oleh medulla adrenal yang bekerja pada saraf simpatis sehingga akan mengakibatkan peningkatan tekanan darah (Anitarini et al., 2022: 84). Mekanisme kualitas tidur berhubungan dengan hipertensi yaitu kualitas tidur yang buruk akan merangsang sistem saraf simpatis yang dapat meningkatkan hormon kortisol sehingga menimbulkan terjadi vasokonstriksi, hal tersebut mengakibatkan peningkatan denyut jantung dan tekanan darah yang menyebabkan kejadian hipertensi. Kualitas tidur yang buruk juga dapat mengakibatkan menurunnya hormon melatonin dan serotonin yang menyebabkan tekanan darah meningkat sehingga terjadi hipertensi (Kusumaningrum et al., 2020).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Kusumaningrum (2020) diketahui hasilnya bahwa kualitas tidur berhubungan dengan peningkatan tekanan darah (p -value 0,000) (Kusumaningrum et al., 2020: 60). Pada populasi umum, kuantitas dan kualitas tidur yang buruk berkontribusi pada masalah kesehatan kronis seperti tekanan darah tinggi, obesitas, diabetes, penyakit kardiovaskular, depresi, dan kecemasan (Roncoroni et al., 2021). Sebuah penelitian sebelumnya melaporkan bahwa kualitas tidur yang buruk mampu meningkatkan aktivitas system saraf simpatik, yang mengakibatkan meningkatnya tekanan darah. Studi

tersebut mengungkapkan bahwa kualitas tidur buruk secara signifikan dan independen meningkatkan risiko hipertensi untuk pria dan wanita.

Hubungan Tingkat Stress dengan Hipertensi di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim

Nilai korelasi spearman sebesar 0,833 ($p < 0,001$) menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat kuat antara tingkat stress dan hipertensi. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi tingkat stress responden, maka semakin besar kemungkinan mengalami hipertensi pada tingkat yang lebih tinggi.

Menurut Avynas Helvy (2020) Keadaan emosi kuat dan stres yang hebat dan berlanjut lama akan menjadi suatu reaksi yang somatic. Secara langsung mengenai sistem peredaran darah yang sehingga bisa mempengaruhi detak jantung dan sistem peredaran darah. Secara fisiologis stres bisa meningkatkan bertambahnya nadi, tekanan darah, pernafasan dan aritmia. Stres yang sifatnya konstan dan berlanjut lama dan bisa meningkatkan saraf simpatis yang bisa memicu meningkatnya tekanan darah. Selain itu jika keadaan seringkali emosi dan berfikir negatif secara perlahan dan tidak disadari akan muncul gejala fisik seperti hipertensi. Kondisi psikis responden memang berbeda jika kondisi psikis responden dapat mempengaruhi tekanan darah. Stres juga bisa berakibat meningkatnya aliran darah ke ginjal, kulit dan saluran pencernaan dan tubuh akan semakin banyak menghasilkan hormon adrenalin dengan hal tersebut bisa membuat jantung sistem bekerja akan semakin kuat dan cepat.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Avynas Helvi Subrata, dkk (2020) mengungkapkan bahwa ada hubungan antara stress dengan tekanan darah. Hal ini menunjukkan bahwa stres tinggi memiliki resiko untuk mengalami peningkatan tekanan darah 3,29 kali dibandingkan dengan stress yang rendah (Subrata & Wulandari, 2020). Stres merupakan rasa takut dan cemas dari perasaan dan tubuh responden terhadap adanya perubahan dari lingkungan yang nantinya secara fisiologis hipotalamus akan mengeluarkan hormone untuk memicu pengeluaran hormone stress dari kelenjar adrenal yaitu kortisol. Pengaktivasi hipotalamus juga dapat merangsang aktifitas saraf simpatis. Secara langsung aktivasi dari saraf simpatis akan memberikan respon vasokonstriksi pada

pembuluh darah dan meningkatkan kerja jantung yang dapat meningkatkan tekanan darah.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan terhadap 42 responden yang berada di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim tentang faktor-faktor terhadap hipertensi di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim tahun 2025, didapatkan bahwa hampir setengah responden memiliki hasil tekanan darah pada kategori pre hipertensi, pada faktor kebiasaan merokok, hampir setengah responden masuk dalam kategori perokok sedang. Dilihat pada faktor tingkat kepatuhan, hampir setengah responden memiliki tingkat kepatuhan sedang, untuk faktor kualitas tidur, sebagian responden memiliki kualitas tidur yang tinggi. Pada faktor tingkat stress, sebagian besar responden memiliki tingkat stress yang rendah.

Dari penelitian diatas didapatkan hubungan yang kuat dengan nilai signifikan pada faktor kebiasaan merokok dengan hipertensi, terdapat hubungan yang kuat dengan nilai signifikan pada faktor kepatuhan minum obat dengan hipertensi. Ada hubungan yang kuat dengan nilai signifikan pada faktor kualitas tidur dengan hipertensi. Serta terdapat hubungan yang sangat kuat dengan nilai signifikan pada faktor tingkat stress dengan hipertensi di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim.

Dari simpulan diatas, saran atau rekomendasi yang peneliti sampaikan bagi responden penelitian yaitu meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan hipertensi, seperti kebiasaan merokok, kepatuhan minum obat, kualitas tidur, dan tingkat stres, mengikuti program pencegahan dan pengobatan hipertensi yang disediakan oleh Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim, dan meningkatkan kepatuhan minum obat dan mengikuti saran dokter untuk mengontrol tekanan darah. Selain itu, menyediakan fasilitas dan sumber daya yang memadai untuk mendukung program pencegahan dan pengobatan hipertensi, meningkatkan kesadaran dan pengetahuan staf tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan hipertensi dan program pencegahan dan pengobatan hipertensi, menggunakan metode penelitian yang lebih kompleks, seperti analisis multivariat, untuk mengetahui hubungan antara faktor-faktor yang berbeda dengan hipertensi. Melakukan penelitian intervensi untuk mengetahui efektivitas program pencegahan dan pengobatan hipertensi di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim.

DAFTAR PUSTAKA

- 'Aisyah, Ummi, Andri Arianto. (2023). *Hubungan Usia dan Jenis Kelamin Terhadap Kejadian Hipertensi*. Prosiding seminar dan pengabdian Masyarakat LPPM Universitas Aisyiyah Jogja Vol 1 hal 363-369
- Anyelir, Putri. (2021). *Hubungan Kebiasaan Merokok Dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Puskesmas Penanggulung*. Skripsi Sarjana Keperawatan Tidak Dipublikasikan. Program Keperawatan, Sekolah
- Ariani, Siska Nabila. (2022). *Hubungan antara kepatuhan konsumsi obat dengan control tekanan darah dan kualitas hidup pasien hipertensi*. Skripsi sarjana keperawatan tidak dipublikasikan. Program keperawatan, sekolah
- Arifin, Arief Riadi, dkk.(2001). *Fisiologi tidur dan pernafasan*. Jurnal Respirologi Indonesia. Vol 30 No. 1 hal 39-45
- Baradero, Mary, dkk.(2020). *Klien Gangguan Kardiovaskular Seri Asuhan Keperawatan*. Jakarta: EGC
- Dillasamola, Dr. Apt. Dwisari. (2024). *Buku Ajar Patofisiologi Edisi 2*. Indramayu:Adab
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (2023). *Profil Kesehatan Kota Surabaya Tahun 2023*. Surabaya: Dinas Kesehatan Kota Surabaya
- Fatma, Mia dkk. (2021). *Hipertensi: kenali peyebab, tanda gejala dan penanggannya* (online).<http://repo.poltekkestasikmalaya.ac.id/1582/1/1.%20Buku%20Kenali%20Hipertensi%20fix%20cetak%20compressed%281%29.pdf> diakses tanggal 12 Juni 2025
- Hasanah.(2021). *Karya Tulis Ilmiah Hipertensi Tahun 2020* (online).https://perpustakaan.poltekkesmalang.ac.id/assets/file/kti/P17210176017/BAB_II_HASANAH.pdf diakses tanggal 12 Juni 2025
- Karyadi.(2002). *Kiat Mengatasi Penyakit Diabetes, Hiperlipidemia, dan Stroke*. Jakarta:PT. Intisari Mediatama
- Karyadi.(2020). *Hidup Bersama Penyakit Hipertensi, Asam Urat, dan Jantung Koroner*. Jakarta:Gramedia
- Kementerian Kesehatan RI. (2024). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dalam Angka*. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/ski-2023-dalam-angka/pdf>
- Khansanida, Talitha. 2024. "Hubungan Tingkat stress dengan kejadian hipertensi di wilayah puskesmas batu ampar". Skripsi sarjana kedokteran tidak dipublikasikan. Program kedokteran, sekolah

- Muttaqin, Arif. (2019). *Pengantar Asuhan Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (P. P. Lestari (ed.); Edisi 5). Salemba Medika.
- Putri, Ina. 2020. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stress Kerja Perawat Anestesi di RSUD Blambangan*. Skripsi sarjana keperawatan tidak dipublikasikan. Program keperawatan, sekolah
- Pradono, Julianty dkk. (2020). *Hipertensi: Pembunuh Terselubung di Indonesia*. Jakarta: Lembaga penerbit badan penelitian dan pengembangan Kesehatan (LBP)
- Sayyidah, Sakhawah. (2023). *Hubungan durasi tidur dan kualitas tidur dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa di wilayah kerja puskesmas tambakaji Kota Semarang*. Skripsi Sarjana Ahli Gizi Tidak Dipublikasikan. Program Studi Gizi, Sekolah
- Santi Martini, dkk. (2020). “*Pola Tidur yang Buruk Meningkatkan Risiko Hipertensi*”. *MKMI*. Vol 14 No 3. Pp. 297-303
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Wahyudi, A., Oktianti, D., Karminingtyas, S. R., Ramadhan, E. F., & Setyadi, A.D. (2021). *Hubungan Medication Beliefs Terhadap Kepatuhan Minum Obat Antihipertensi Pada Pasien Hipertensi*. 4(2), 360–3
- World Health Organization. (2023). *Global Report On Diabetes*. Geneva: World Health Organization.