

Hubungan Mekanisme Koping Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi

Qotrun Nada Salsabila^{1*}, Erna Melastuti², Ahmad Ikhlasul Amal³

^{1,2,3} Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Korespondensi penulis: gotrun.nada11@std.unissula.ac.id

Abstract. Hypertension is a condition when blood pressure reaches 140/90 mmHg or higher. One of the factors that cause hypertension is stress, which is responded to by coping mechanisms. It is commonly believed that frequent anger (maladaptive coping) can lead to high blood pressure. Coping mechanism can help an individual adjust to the stressor and manage their emotions. This is quantitative study with a cross-sectional approach. The sampling technique used in this study was purposive sampling, with 298 hypertensive patient respondents from Sultan Agung Islamic Hospital, Semarang. The data were collected through questionnaire completion and blood pressure measurement. The collected data were analyzed using Spearman's correlation test. The result of the study show that the p value for coping mechanism and blood pressure in hypertensive patients is 0.000, with a correlation value of -0.311. There is a significant relationship between coping mechanism and blood pressure in hypertensive patients, with a weak negative correlation. The relationship is negative, which means that the better the coping mechanism, the lower the blood pressure.

Keywords: Blood pressure, coping mechanism, hypertension

Abstrak. Hipertensi merupakan kondisi ketika tekanan darah mencapai 140/90mmHg atau lebih. Salah satu faktor penyebab hipertensi yaitu stres, stres akan direspon oleh mekanisme koping. Kepercayaan dimasyarakat bahwa jika seseorang sering marah-marah (koping maladaptif) menyebabkan tekanan darah tinggi. Mekanisme koping dapat membantu seseorang untuk menyesuaikan diri dengan faktor pemicu munculnya stres dan mengelola emosionalnya. Jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Teknik sampling pada penelitian ini yaitu purposive sampling dengan jumlah 298 responden pasien hipertensi di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang. Data dikumpulkan dengan pengisian kuesioner dan pengukuran tekanan darah. Data yang diperoleh diolah menggunakan uji spearman. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan p value dari mekanisme koping dengan tekanan darah pasien hipertensi sebesar 0,000 dengan nilai korelasi sebesar -0,311. Terdapat hubungan yang signifikan antara mekanisme koping dengan tekanan darah pasien hipertensi dengan nilai korelasi lemah. Arah hubungannya negatif yang berarti semakin baik mekanisme koping maka tekanan darah akan semakin rendah.

Kata kunci: Tekanan darah, mekanisme koping, hipertensi

LATAR BELAKANG

Hipertensi atau biasa disebut darah tinggi adalah kondisi ketika tekanan dipembuluh darah mencapai 140/90 mmHg atau lebih. Penyumbang kasus kematian dini terbanyak diseluruh dunia yaitu hipertensi. Meningkatnya kerja jantung guna mencapai kebutuhan oksigen dan nutrisi dalam tubuh mengakibatkan hipertensi. Data World Health Organization (WHO) pada tahun 2023, diseluruh dunia terdapat sekitar 1,28 miliar orang dewasa mengidap hipertensi (World Health Organization (WHO), 2023). Terdapat banyak faktor yang dapat memengaruhi terjadinya hipertensi, salah satunya yaitu stres. Respon stres yang dialami seseorang akan direspon oleh mekanisme koping yang diterapkan (Trimawati,

Saparwati, & Wakhid, 2022). Mekanisme koping merupakan suatu upaya yang dilakukan seseorang untuk mengendalikan stres. Mekanisme koping dapat membantu seseorang untuk menyesuaikan diri dengan faktor pemicu munculnya stres dan mengelola emosionalnya. Tujuan dari mekanisme koping yaitu untuk melewati kondisi tertekan, tantangan dan beban yang melewati kemampuan seseorang untuk mentolerirnya (Rachmah & Rahmawati, 2019). Mekanisme koping digolongkan menjadi dua menurut Stuart dan Sundeen yaitu mekanisme koping adaptif dan mekanisme koping maladaptif.

Mekanisme koping adaptif merujuk pada cara yang mendukung fungsi integrasi, pembelajaran, pencapaian tujuan, dan pertumbuhan. Sebaliknya, mekanisme koping maladaptif cenderung menghalangi atau menolak fungsi integrasi, menghambat pertumbuhan, dan mengurangi otonomi (Tamiya, Wahyuni, & N, 2022). Kepercayaan dimasyarakat bahwa jika seseorang tidak dapat mengendalikan emosi (koping maladaptif) menyebabkan tekanan darah tinggi.

Menurut penelitian (Mad Zaini, Saputri, Arifinda, Asrofiah, & Aprilia, 2022), mekanisme koping yang tidak efektif terhadap stres menjadi salah satu penyebab hipertensi. Dibutuhkan penerapan koping yang adaptif untuk mengurangi stres penderita hipertensi. Penelitian yang dilakukan (Jubaedah & Pratiwi, 2021) menyebutkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi memiliki koping yang maladaptif. Penderita hipertensi yang memiliki koping kurang baik cenderung mengalami kecemasan, ketakutan, stres, dan nyeri yang dapat mengaktifkan sistem simpatik dan meningkatkan tekanan darah, curah jantung, dan frekuensi nadi.

Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik untuk meneliti hubungan antara mekanisme koping dan tekanan darah pada pasien hipertensi. Sehingga pada akhirnya diharapkan dapat diketahui sejauh mana pentingnya mekanisme koping yang adaptif bagi pasien hipertensi.

KAJIAN TEORITIS

Pergerakan darah melalui arteri menghasilkan kekuatan yang disebut tekanan darah. Meningkatnya tekanan darah diarteri secara abnormal yang terjadi terus menerus yaitu hipertensi. Kenaikan tekanan darah terjadi karena terdapat kelebihan kekuatan otot jantung ketika memompa darah. Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama dapat menimbulkan kerusakan pada sistem kardiovaskular diantaranya kerusakan pada ginjal, jantung dan otak bila tidak terdiagnosis sejak dini dan mendapat pengobatan

(Hidayat, 2021). Klasifikasi hipertensi berdasarkan AHA (American Heart Association) tahun 2020 sebagai berikut (Unger et al., 2020).

Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi berdasarkan AHA 2020

Klasifikasi	Tekanan darah sistolik	Tekanan diastolik
Normal	<130	<85
Prehipertensi	130-139	85-89
Hipertensi derajat 1	140-159	90-99
Hipertensi derajat 2	≥160	≥100

Terdapat banyak faktor yang dapat memengaruhi terjadinya hipertensi, salah satunya yaitu stres. Respon stres yang dialami seseorang akan direspon oleh mekanisme koping yang diterapkan (Trimawati et al., 2022). Mekanisme koping merupakan suatu upaya yang dilakukan seseorang untuk mengendalikan stres. Menurut Stuart dan Sundeen, mekanisme koping digolongkan menjadi dua yaitu mekanisme koping adaptif dan maladaptif (Tamiya et al., 2022). Menurut (Jubaedah & Pratiwi, 2021) koping menjadi suatu bentuk upaya individu untuk mengatasi stres psikologis. Penderita hipertensi yang memiliki koping buruk akan mengakibatkan ansietas, takut stres dan nyeri akan menyebabkan naiknya tekanan darah, curah jantung dan frekuensi primer akibat dari stimulasi simpatik .

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Mad Zaini et al., 2022) mekanisme koping yang buruk pada pasien hipertensi mengakibatkan stres tidak dapat dikelola. Pada kondisi stres hormon kelenjar endokrin akan dikirim oleh pituitary pada otak. Hal ini mengakibatkan meningkatnya produksi hormon adrenalin dan hormon hidrokortison yang menyebabkan cepatnya detak jantung sehingga terjadinya kenaikan tekanan darah. Semakin buruk koping seseorang maka akan lebih tinggi risiko terjadi hipertensi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode korelasi analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *non-probability* dengan *purposive sampling*. Populasi dalam penelitian ini diambil dari data 2 bulan terakhir (Mei-Juni 2024) pasien hipertensi yang rawat jalan di Poli Penyakit Dalam dan Poli Jantung Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang. Jumlah sampel dihitung dengan rumus slovin yang didapatkan 298 responden.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi pasien berusia ≥ 18 tahun, pasien dapat berkomunikasi dengan baik, pasien mempunyai agama atau keyakinan, pasien dapat membaca dan menulis, serta bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi penelitian ini yaitu pasien post stroke dan tidak mengisi kuesioner secara lengkap. Penelitian ini menggunakan beberapa instrumen diantaranya yaitu kuesioner karakteristik responden yang berisi jenis kelamin, usia, pendidikan terakhir, pekerjaan, pendapatan, status perkawinan, lama terdiagnosa, dan komplikasi. Penelitian ini juga menggunakan kuesioner *brief cope* untuk mengukur mekanisme koping yang terdiri dari 28 pertanyaan. Tekanan darah diukur menggunakan *Sphymomanometer* digital merk GEA Medical.

Pada penelitian ini data dikumpulkan menggunakan pengisian kuesioner oleh responden yang diambil selama pemeriksaan di poli. Data yang diperoleh meliputi informasi karakteristik responden, mekanisme koping, tingkat spiritualitas, dan tekanan darah. data yang terkumpul akan dianalisis menggunakan analisis univariat yang ditampilkan dengan distribusi frekuensi. Data dari mekanisme koping, dan tekanan darah akan dianalisis menggunakan analisa bivariat dengan uji korelasi Spearman's serta menganalisis kekuatan korelasi antar variabel.

Prosedur penelitian dilakukan berdasarkan prinsip-prinsip etika penelitian, diantaranya yaitu menjaga kerahasiaan data, adil, dan tidak merugikan responden. Sebelum penelitian dilakukan, telah dilakukan uji layak etik dan disetujui oleh komite etik penelitian RSI Sultan Agung Semarang. Responden diberikan inform consent untuk memberikan persetujuan partisipasi secara sukarela.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilaksanakan pada tanggal 04 November-30 Desember 2024 pada 298 responden dengan hipertensi di Poli Penyakit Dalam dan Poli Jantung Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang. Hasil penelitian dianalisis dengan analisa univariat dan analisa bivariat.

1. Analisa univariat

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, usia, pendidikan, pekerjaan, pendapatan, status perkawinan, lama terdiagnosa, komplikasi dan variabel penelitian

Variabel	Frekuensi	(%)
Jenis kelamin		
Laki-laki	127	42,6%
Perempuan	171	57,4%
Total	298	100%

Usia		
Dewasa (19-45 tahun)	72	24,2%
Pra lansia (45-49 tahun)	117	39,3%
Lansia (>60 tahun)	109	36,6%
Total	298	100%
Pendidikan terakhir		
Tidak sekolah	51	17,1%
SD	90	30,2%
SMP	56	18,8%
SMA	69	23,2%
Perguruan tinggi	32	10,7%
Total	298	100%
Pekerjaan		
Tidak bekerja	87	29,2%
Wirasaha	63	21,1%
PNS	21	7,1%
Pegawai swasta	37	30,2%
Total	298	100%
Pendapatan		
>Rp3.500.000	46	15,4%
Rp2.500.000-Rp3.500.000	68	22,8%
Rp1.500.000	58	19,5%
<Rp1.500.000	33	11,1%
Rp0	93	31,2%
Total	298	100%
Status perkawinan		
Belum menikah	23	7,7%
Menikah	227	76,2%
Janda/duda	48	16,1%
Total	298	100%
Lama terdiagnosa		
1-5 tahun	197	66,1%
6-10 tahun	63	21,1%
>10 tahun	38	12,8%
Total	298	100%
Komplikasi		
DM	96	32,2%
CHF	76	25,5%
HHD	50	16,8%
CAD	64	21,5%
Dispepsia	12	4%
Total	298	100%
Mekansime koping		
Maladaptif	155	52%
Adaptif	143	48% S
Total	298	100%
Tekanan darah		
Normal	66	22,1%
Pre hipertensi	43	14,4%
Hipertensi derajat 1	118	39,6%
Hipertensi derajat 2	71	23,8%
Total	298	100%

a) Jenis kelamin

Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan. Menurut (Mutoharoh, 2019) strategi koping pada perempuan lebih mengarah pada mengubah respon emosi terhadap keadaan yang dihadapi. Sedangkan pada laki-laki lebih banyak berfikir realistis dan fokus pada penyelesaian masalah. Hal tersebut tentunya dapat memengaruhi koping dalam penyelesaian masalah yang dihadapi (Ellisa, 2023).

b) Usia

Responden penelitian mayoritas berada pada usia pra lansia dan lansia. Menurut peneliti, responden usia pra lansia seharusnya masih sering aktif bekerja dan beraktivitas lainnya. Akan tetapi dalam kondisi ini responden mengalami gangguan kesehatan sehingga dapat mengurangi tingkat produktifitasnya. Hal tersebut yang mungkin menjadikan pengelolaan koping seseorang menjadi maladaptif.

c) Pendidikan terakhir

Mayoritas responden memiliki pendidikan terakhir SD. Menurut peneliti terdapat keterkaitan antara pendidikan terakhir dengan mekanisme koping seseorang. Semakin tinggi pendidikan maka semakin baik kemampuan individu dalam menghadapi stres. Pendidikan membantu mengembangkan kognitif, emosi, dan sosial yang memungkinkan individu mengembangkan strategi koping yang efektif. Seseorang dengan pendidikan tinggi cenderung memiliki kemampuan adaptasi dan kemungkinan memiliki koping adaptif.

d) Pekerjaan

Hasil penelitian menunjukkan 90 responden berada dalam kategori lainnya yang mencakup petani, ibu rumah tangga, buruh, dan lainnya. Menurut peneliti pekerjaan yang stabil dapat meningkatkan koping individu menjadi lebih efektif. Akan tetapi, tuntutan pekerjaan yang berat juga dapat memengaruhi tingkat stres individu sehingga mengakibatkan terjadinya mekanisme koping maladaptif. Dalam penelitian juga didapatkan sebagian besar responden juga tidak bekerja yaitu sebanyak 87 responden. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Prastika, Yuniar Dwi, 2021) bahwa sebagian besar responden hipertensi berhenti bekerja karena berbagai alasan, salah satu faktor yang memengaruhi adalah penurunan kondisi fisik yang terjadi akibat proses penuaan.

e) Pendapatan

Sebagian besar responden tidak memiliki penghasilan (RP0). Menurut peneliti, pendapatan yang cukup dapat meningkatkan coping individu dengan mengurangi stres keuangan dan memperluas pilihan strategi coping.

f) Agama

Mayoritas responden dalam penelitian ini beragama Islam. Menurut (Sari & Sudarmiati, 2021), setiap individu memiliki kepercayaan masing-masing dalam menentukan arti penting kebutuhan spiritual dalam hidup. Individu yang beragama cenderung memperoleh sumber spiritualitas dari keyakinan agamanya, sementara individu yang tidak beragama menemukan sumber spiritualitas melalui hal-hal lain seperti alam dan ilmu pengetahuan.

g) Status perkawinan

Menurut (Wijhatin, 2023) kehadiran atau ketidakhadiran pasangan atau keluarga yang mendukung dapat berdampak signifikan pada kemampuan individu mengelola stres. Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Kirnawati, Susumaningrum, Rasni, Susanto, & Kholida, 2021) bahwa hubungan yang harmonis dengan individu memperkuat motivasi psikologis dan sosial. Responden yang telah menikah menerima dukungan dari pasangan mereka, baik dalam menjalani perawatan kesehatan maupun kegiatan keagamaan.

h) Lama menderita

Menurut peneliti, semakin lama seseorang mengalami hipertensi sehingga muncul komplikasi maka akan meningkat Penelitian yang dilakukan oleh (Sulistiyani, 2022) menghasilkan bahwa semakin lama seseorang mengalami hipertensi maka semakin tinggi risiko stres dan kecemasan yang mengganggu mekanisme coping.

i) Komplikasi

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden memiliki penyakit penyerta Diabetes Melitus. Menurut peneliti komplikasi yang timbul dari hipertensi seperti DM, gagal ginjal, penyakit jantung dan penyakit lainnya dapat memicu stres sehingga memengaruhi mekanisme coping.

j) Mekanisme coping

Responden dengan mekanisme coping maladaptif lebih banyak dibandingkan mekanisme coping adaptif. Banyaknya responden yang berada pada usia pra lansia juga dapat memengaruhi mekanisme coping. Usia pra lansia yang seharusnya masih sangat produktif menjadi turun tingkat keproduktifannya akibat faktor penyakit yang

dialami. Selain itu, semakin bertambah tua usia seseorang maka seharusnya individu tersebut dapat mengelola kopingnya dengan lebih baik. Hal ini mungkin dipengaruhi juga oleh pendidikan terakhir, pekerjaan, pendapatan, lama terdiagnosa dan komplikasi. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Wulandari, 2021) bahwa sebanyak 72 responden (90%) mempunyai koping maladaptif.

k) Tekanan darah

Nilai tekanan darah didapatkan pada saat responden skrining pendaftaran di poli penyakit dalam dan poli jantung. Semua responden memiliki riwayat hipertensi, akan tetapi terdapat beberapa responden yang ketika diperiksa tekanan darahnya sudah normal. Seseorang yang tidak dapat mengelola stres yang dialami akan menjadikan mekanisme kopingnya maladaptif. Dalam penelitian (Mad Zaini et al., 2022) disebutkan bahwa penderita hipertensi yang mengalami kondisi stres, kelenjar pituitari di otak mengeluarkan hormon dari kelenjar endokrin. Hal tersebut menyebabkan adanya peningkatan produksi hormon adrenalin dan hidrokortison akibatnya detak jantung menjadi lebih cepat dan tekanan darah meningkat.

2. Analisa bivariat

Tabel 2. Hubungan mekanisme koping terhadap tekanan darah pasien hipertensi

		Tekanan darah				R	P
		Normal Pre hipertensi	20	Hipertensi derajat 1	Hipertensi derajat 2		
Mekanisme koping	Koping maladaptif	16	20	70	49	155	-0,311 0,000
	Koping adaptif	50	23	48	22	143	
Total		66	43	118	71	298	

Hubungan mekanisme koping terhadap tekanan darah pasien hipertensi

Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa sebanyak 65 responden pra lansia dan 62 responden lansia memiliki koping maladaptif. Seharusnya semakin bertambah usia seseorang maka kemampuan mengelola koping semakin baik pula. Hal ini mungkin dipengaruhi oleh pendidikan terakhir individu. Semakin tinggi pendidikan maka semakin baik kemampuan individu dalam menghadapi stres. Pendidikan membantu mengembangkan kognitif, emosi, dan sosial yang memungkinkan individu mengembangkan strategi koping yang efektif. Seseorang dengan pendidikan tinggi cenderung memiliki kemampuan adaptasi dan kemungkinan memiliki koping adaptif.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebanyak 48 responden tidak bekerja dan 50 responden dengan kategori lainnya (ibu rumah tangga, petani, dan lainnya)

memiliki mekanisme koping maladaptif. Menurut peneliti pekerjaan yang stabil dapat memengaruhi koping individu menjadi lebih efektif. Namun, tuntutan pekerjaan yang berat juga dapat memengaruhi tingkat stres individu sehingga mengakibatkan terjadinya mekanisme koping maladaptif.

Menurut (Tamiya et al., 2022) penggunaan strategi koping adaptif membantu individu mencapai keseimbangan antara tingkat fungsional yang memelihara dan meningkatkan kesehatan fisik dan mental. Hal tersebut bisa berwujud kompromi, mampu berdiskusi dengan orang lain tentang masalah yang dihadapi, mencari informasi tambahan mengenai masalah yang sedang dihadapi, berdoa dan aktivitas fisik. Penelitian lain yang sejalan dilakukan oleh (Dewi, 2019) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara mekanisme koping dengan tekanan darah pasien hipertensi dengan p value= 0,000 dan nilai korelasi= -0,910. Dalam penelitiannya juga disebutkan bahwa pasien hipertensi sebagian besar memiliki mekanisme koping maladaptif.

Keeratan hubungan antara mekanisme koping tekanan darah pasien hipertensi

Nilai korelasi mekanisme koping dengan tekanan darah yaitu sebesar -0,311 yang berarti keeratan rendah. Mekanisme koping dan tekanan darah pasien hipertensi memiliki korelasi yang lemah. Arah hubungan antara mekanisme koping dengan tekanan darah yaitu negatif yang berarti semakin baik mekanisme koping maka tekanan darah akan semakin rendah.

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Penelitian yang dilakukan menyatakan bahwa sebagian besar perempuan, berusia pra lansia, dengan tingkat pendidikan SD, bekerja sebagai IRT, petani, atau lainnya. Beragama Islam, berstatus menikah, menderita hipertensi selama 1-5 tahun, dan memiliki penyakit penyerta DM. Responden lebih banyak yang memiliki koping maladaptif. Terdapat hubungan yang signifikan antara mekanisme koping dengan tekanan darah pasien hipertensi dengan p value=0,000 ($<0,05$). Hubungan mekanisme koping dengan tekanan darah memiliki korelasi yang lemah ($r=-0,311$). Arah hubungan antara mekanisme koping dengan tekanan darah yaitu negatif yang berarti semakin baik mekanisme koping maka tekanan darah akan semakin rendah.

2. Saran

a) Saran bagi institusi pendidikan

Diharapkan hasil penelitian dapat dijadikan sebagai sumber acuan serta referensi untuk melakukan penelitian lebih lanjut.

b) Saran bagi masyarakat

Diharapkan hasil penelitian ini dapat berguna bagi masyarakat untuk mengetahui hubungan mekanisme koping dan tingkat spiritualitas pada pasien hipertensi sehingga masyarakat dapat mengatasi mengontrol koping serta spiritualitasnya.

b) Saran bagi penelitian selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat meneliti hubungan mekanisme koping dengan pekerjaan dan pendapatan pada pasien hipertensi dan menggunakan penelitian jenis kualitatif atau mix metode untuk mengetahui kemungkinan hasil lain yang didapatkan.

DAFTAR REFERENSI

- Ellisa. (2023). Hubungan Mekanisme Koping Individu Dengan Tipe Kepribadian Pada Mahasiswa Akhir Fakultas Ilmu Keperawatan. In *Repository Unissula*.
- Hidayat, T. (2021). *Literatur Review : Hubungan Kebiasaan Merokok Terhadap Kejadian Hipertens* (Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan). Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan. Retrieved From [https://ecampus.poltekkes-medan.ac.id/xmlui/bitstream/handle/123456789/4570/Kti Taufik Hidayat-1 - Taufik Hidayat.Pdf](https://ecampus.poltekkes-medan.ac.id/xmlui/bitstream/handle/123456789/4570/Kti%20Taufik%20Hidayat-1%20-%20Taufik%20Hidayat.pdf)
- Jubaedah, & Pratiwi, A. (2021). Kemampuan Koping Dengan Tingkat Kecemasan Klien Hipertensi. *Adi Husada Nursing Journal*, 7(2), 99. <https://doi.org/10.37036/Ahnj.V7i2.206>
- Kirawati, A., Susumaningrum, L. A., Rasni, H., Susanto, T., & Kholida, D. (2021). Hubungan Tingkat Spiritual Dan Religiusitas Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi. *Jkep*, 6(1), 26–39.
- Mad Zaini, Saputri, A. B., Arifinda, P. A. B., Asrofiah, K. F., & Aprilia, A. (2022). Mekanisme Koping Dan Tingkat Stres Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Kesehatan*, 11(2), 155–159.
- Mutoharoh, I. (2019). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Mekanisme Koping Klien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Terapi Hemodialisis Di Rumah Sakit Umum Pusat (Rsup) Fatmawati*. Jakarta.
- Prastika, Yuniar Dwi, N. S. (2021). Faktor Risiko Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi. *Indonesian Journal Of Public Health And Nutrition*, 1(3), 407–419.
- Rachmah, E., & Rahmawati, T. (2019). Hubungan Pengetahuan Stress Dengan Mekanisme Koping Remaja. *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 10(2), 595–608. <https://doi.org/10.33859/dksm.V10i2.517>
- Sari, I. I., & Sudarmiati, S. (2021). Hubungan Tingkat Spiritualitas Wanita Menopause Dengan Sindrom Menopause Pada Daerah Pedesaan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 4(2),

38–46. <https://doi.org/10.32584/jikm.v4i2.1259>

- Sulistiyani. (2022). Hubungan Komplikasi Hipertensi Dengan Mekanisme Koping Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Universitas Indonesia*, 10((1)), 1–7.
- Tamiya, A. P., Wahyuni, S., & N, Y. H. (2022). Mekanisme Koping Mahasiswa Keperawatan Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jkep*, 7(1), 1–11.
- Trimawati, Saparwati, M., & Wakhid, A. (2022). Stres Dan Mekanisme Koping Pada Mahasiswa Yang Menjalani Pembelajaran Jauh Selama Pandemi Covid 19: Studi Deskriptif. *Pprijateng*, 5(9), 1689–1699.
- Unger, T., Borghi, C., Charchar, F., Khan, N. A., Poulter, N. R., Prabhakaran, D., ... Schutte, A. E. (2020). 2020 International Society Of Hypertension Global Hypertension Practice Guidelines. *Hypertension*, 75(6), 1334–1357. <https://doi.org/10.1161/Hypertensionaha.120.15026>
- Wijhatin, F. A. (2023). *Hubungan Mekanisme Koping Dengan Tingkat Kecemasan Dan Tingkat Stress Pasien Penyakit Ginjal Kronik (Pgk) Yang Menjalani Semarang Kecemasan Dan Tingkat Stress Pasien Penyakit Ginjal Kronik (Pgk) Yang Menjalani Hemodialisa Di Rsi Sultan Agung*.
- World Health Organization (Who). (2023). *Global Report On Hypertension*. Geneva.
- Wulandari, S. S. (2021). *Gambaran Mekanisme Koping Dan Efikasi Diri Penyandang Hipertensi Di Puskesmas Pajang Kota Surakarta (Universitas Muhammadiyah Surakarta)*. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Retrieved From https://eprints.ums.ac.id/101024/18/Naskah_Publikasi.Pdf