**MEDIC NUTRICIA**
Jurnal Ilmu Kesehatan
ISSN : 3025-8855

Vol. 16 No 2 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

# HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN HIPERTENSI TERHADAP RESIKO STROKE : *LITERATURE REVIEW*

**Selvianora[1], Dini Nur Alpiah[2]**
Program Studi Fisioterapi, Universitas Binawan
Email: kkddselvi@gmail.com[1], dinialviah@binawan.ac.id[2]

**Abstrak**

**Tujuan studi:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres dan hipertensi terhadap risiko stroke.
**Metodologi:** Metode peneitian ini menggunakkan metode studi kepustakaan atau literature review yang berfokus pada hasil penulisan yang berhubungan dengan judul atau variabel penulisan. Data yang digunakan yaitu dari 7 jurnal nasional yang diperoleh dari Google Schoolar.
**Hasil:** Berdasarkan hasil jurnal yang dikumpulkan dan analisa penulis, didapatkanbahwa ada hubungan tingkat stres dan hipertensi terhadap risiko stroke.
**Manfaat:** Sebagai bahan referensi penelitian untuk peneliti selanjutnya, serta menambah pengetahuan dan wawasan kepada masyarakat umum agar dapat mengelola stres dengan baik serta slalu mengontrol tekanan darah agar mengetahui tekanan darah yang ada pada dirinya untuk upaya pencegahan terjadinya risiko stroke atau risiko stroke berulang.
**Kata Kunci :** Tingkat Stres, Hipertensi, Risiko Stroke

**Abstract**

***Purpose of study:*** *This study aims to determine the relationship between stress levels and hypertension and the risk of stroke.*
***Methodology:*** *This research method uses a literature study method or literature review that focuses on the results of writing related to the title or writing variables. The data used are from 7 national journals obtained from Google Scholar.*
***Results:*** *Based on the results of the journals collected and the author's analysis, it was found that there is a relationship between stress levels and hypertension and the risk of stroke.*
***Benefits:*** *As a reference material for further research, as well as increasing knowledge and insight to the general public so that they can manage stress well and always control their blood pressure to find out their blood pressure for efforts to prevent the risk of stroke or the risk of recurrent stroke.*

Received: Juni 2025
Reviewed: Juni 2025
Published: Juni 2025

Plagirism Checker No 234
Prefix DOI : Prefix DOI : 10.8734/Nutricia.v1i2.365
**Copyright : Author**
**Publish by : Nutricia**

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

**MEDIC NUTRICIA**
*Jurnal Ilmu Kesehatan*
*ISSN : 3025-8855*

*Vol. 16 No 2 Tahun 2025*
*Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa*

***Keywords:*** *Stress Levels, Hypertension, Stroke Risk*

## PENDAHULUAN

Stroke merupakan salah satu masalah kesehatan yang cukup serius karena angka kematian dan kesakitannya yang tinggi serta dampaknya yang dapat menimbulkan kecatatan dan penyebab kematian ketiga di dunia baik di negara maju maupun berkembang setelah penyakit jantung dan kanker. yang berlangsung kronis dan bukan hanya terjadi pada orang lanjut usia, melainkan juga pada usia muda (Cahyani et al., 2020).

Penyakit yang terkait dengan pembuluh darah ke otak merupakan penyebab kematian nomor tiga di Amerika Serikat dan menjadi penyebab sekitar 150.000 kematian setiap tahunnya. Sekitar 550.000 orang mengalami stroke setiap tahun. Stroke merupakan penyebab utama dari kecacatan pada orang dewasa dan merupakan diagnosis utama teratas dalam perawatan jangka panjang. Sejalan dengan tingginya tingkat kematian pada stroke, penyakit ini juga menyebabkan angka kesakitan atau morbiditas yang signifikan pada orang-orang yang bisa bertahan dengan penyakit stroke (Permatasari et al., 2024).

Prevalensi stroke menurut data World Stroke Organization tahun 2019 menunjukkan jumlah per tahunnya yaitu sekitar 13,7 juta kasus terbaru stroke, dan sekitar 5,5 juta kematian yang disebabkan oleh penyakit ini.Negara dengan pendapatan rendah lebih cenderung memiliki jumlah penderita stroke yang tinggi dibanding dengan Negara yang berpendapatan tinggi. Hal ini sudah terjadi selama 15 tahun terakhir. Setiap penderita stroke mengalami gejala yang berbeda -beda di setiap tempat dan Negara yang berbeda (Harmianto et al., 2025).

Indonesia menempati peringkat pertama penderita stroke di Asia. Hal ini menyebabkan masalah stroke menjadi semakin penting dan mendesak. Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan angka kejadian stroke tertinggi di Indonesia berada di Provinsi Kalimantan Timur (14,7%) sedangkan kasus terendah berada di Provinsi Papua (4,1%). Angka kejadian stroke semakin meningkat seiring bertambah usia dimana kelompok usia 75 tahun keatas merupakan kasus tertinggi (50,2%) dan terendah usia 15-24 tahun (0,6%). Prevalensi stroke antara laki-laki dan perempuan hampir sama yaitu 11% dan 10,95% (Maulin Halimatunnisa' et al., 2023)

Secara umum, hal tersebut dikarenakan adanya perubahan pada pembuluh darah, atau dikenal sebagai aterosklerosis. Hal ini membuat gangguan pada sistem peredaran darah ke otak, di mana terdapat dua jenis kategori yaitu stroke non hemoragik (terdapat sumbatan) maupun stroke hemoragik (pendarahan) dengan lokasi yang terdapat pada fungsi otak secara keseluruhan (Mayestika & Hasmira, 2021).

Adapun faktor-resiko yang dapat terjadi pada penyakit stroke yaitu faktor yang tidak dapat di ubah dan dapat diubah. Dimana faktor yang tidak dapat diubah yaitu seperti usia, jenis kelamin dan ras. Sedangkan faktor yang dapat di ubah yaitu pola makan, stress, obesitas, merokok, hipertensi dan diabetes mellitus (Cahyani et al., 2020).

Stres merupakan suatu keadaan baik secara fisiologis maupun psikologis dimana terjadi ketidakseimbangan antara masalah yang dihadapi dengan kemampuan untuk menyelesaikan

**MEDIC NUTRICIA**
*Jurnal Ilmu Kesehatan*
ISSN : 3025-8855

Vol. 16 No 2 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

permasalahan tersebut. Stres merupakan bentuk ketegangan yang dapat menyerang fisik, psikis, emosi maupun mental yang dapat menjadi ancaman bagi seseorang sehingga menyebabkan terjadinya cemas, depresi, gangguan dalam sosialnya bahkan bisa menimbulkan niat seseorang untuk mengakhiri hidupnya (Mayestika & Hasmira, 2021). stress juga suatu reaksi adaptif, bersifat sangat individual, sehingga respon stress akan sangat berbeda antara individu dengan individu lainnya. Stress yang terus- menerus dapat menimbul gejala-gejala seperti sakit kepala, gampang marah, tidak bisa tidur yang dapat mengakibatkan gangguan keseimbangan fisik ataupun psikis. Stress emosional yang terjadi tibatiba, baik positif atau negatif jika berkombinasi dengan faktor risiko lain misalnya hipertensi dapat memicu stroke (Nurwidya Ade & Nunung, 2021).

Hipertensi merupakan faktor risiko stroke paling penting yang dapat dimodifikasi baik bag laki-laki ataupun wanita. Hipertensi merupakan faktor risiko utama penyebab kematian dan berkontribusi utama beban di negara maju dan berkembang serta penyebab utama perdarahan dan atherostroke trombotik, penyakit jantung hipertensi, hipertensi, gagal ginjal, dan penyakit arteri coroner (Akbar & Budi Santoso, 2020).

Hipertensi merupakan keadaan peningkatan tekanan darah, baik sistolik maupun diastolik, yaitu sama atau lebih dari 140/90. Hipertensi (tekanan darah ≥ 140/90 mmHg) merupakan faktor resiko stroke dengan besar resiko 6,905 kali lebih besar dibandingkan yang tidak hipertensi (tekanan darah ≥ 140/90 mmHg).Hipertensi dapat mengakibatkan pecahnya maupun menyempitnya pembuluh darah otak. Apabila pembuluh darah otak pecah, maka timbulah perdarahan di otak dan apabila pembuluh darah otak menyempit, maka aliran darah keotak akan terganggu dan sel otak akan mengalami kematian (Suntara et al., 2021).

Bila tekanan darah meningkat cukup tinggi selama berbulan-bulan atau bertahun tahun, akan menyebabkan halinisasi pada lapisan otot pembuluh darah serebral yang mengakibatkan diameter lumen pembuluh darah tersebut akan menjadi tetap. Hal in berbahaya, karena pembuluh serebral tidak dapat berdilatasi atau berkonstriksi dengan leluasa untuk mengatasi fluktuasi dari tekanan darah sistemik. Bila terjadi penurunan tekanan darah sistemik maka tekanan perfüsi ke jaringan otak tidak adekuat, sehingga akan mengakibatkan iskemik serebral. Sebaliknya, bila terjadi kenaikan tekanan darah sistemik maka tekanan perfusi pada dinding kapiler menjadi tinggi yang mengakibatkan terjadi hiperemia, edema, dan kemungkinan perdarahan pada otak (Saharman & Winarto, 2023).

Faktor penyebab pada hipertensi, sebesar 90% tidak diketahui secara pasti, tetapi berdasarkan beberapa penelitian terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya hipertensi seperti merokok, minuman beralkohol, berat badan berlebih serta stres. Faktor resiko yang tidak dapat dikendalikan adalah jenis kelamin, keturunan, ras dan usia. Sedangkan faktor risiko yang dapat dikendalikan adalah kekurangan olah raga atau aktivitas fisik, obesitas, minum kopi, merokok, alkoholisme, sensitivitas natrium, kadar kalium rendah, pola makan, pendidikan, pekerjaan, dan stres. Stres diduga mempengaruhi peningkatan tekanan darah serta menjadi faktor terjadinya hipertensi (Ridho et al., 2021).

**MEDIC NUTRICIA**
*Jurnal Ilmu Kesehatan*
*ISSN : 3025-8855*

*Vol. 16 No 2 Tahun 2025*
*Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa*

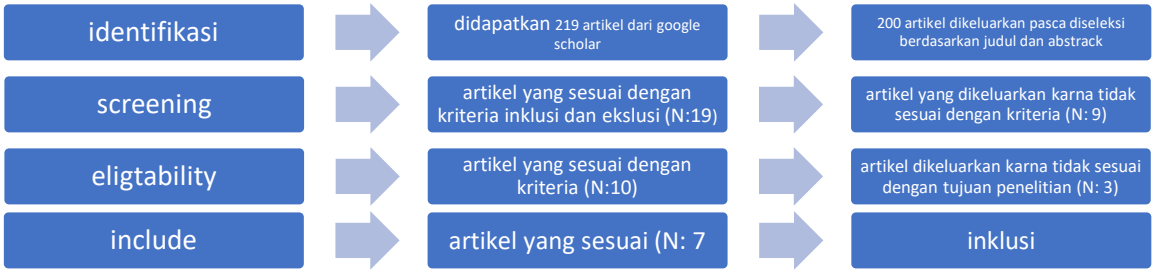
## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi kepustakaan atau literature review yang berfokus pada hasil penulisan yang berkaitan dengan topik atau variabel penulisan dan penelitian ini menggunakan dengan desain penelitian deskriptif korelasional. Literature yang digunakan dalam penelitian ini berupa jurnal. Mencari jurnal dilakukan dengan menggunakan database MEDLINE (PubMed) dan google scholar. Jurnal yang dipilih dalam penelitian ini merupakan jurnal yang memenuhi kriteria inklusi yang telah ditentukan dan selanjutnya akan dianalisis. Jurnal yang dipilih adalah jurnal yang dipublikasikan dari tahun 2020 sampai tahun 2025. Mencari jurnal dengan menggunakan kata kunci stress, hipertensi, stroke dan resiko stroke, prosedur kajian liateratur menggunakan model PRISMA. Peneliti juga menetapkan kriteria inklusi dan eksklusi, kedua kriteria tersbeut terjaikan dalam bentuk table dibawah sebagai berikut.

Tabel 1.kriteria inklusi dan ekslusi

| Kriteria | | Deskripsi |
|---|---|---|
| Inklusi | 1. | Jurnal yang di pilih adalah yang di publis yahun 2020-2025 |
| | 2. | Berbentuk jurnal ilmiah yang sudah terpublis |
| | 3. | Memiliki kata kunci yang sama dengan topik |
| | 4. | Artikel didapat dari sumber terpercaya |
| Ekslusi | 1. | Jurnal di bawah tahun 2020 |
| | 2. | Semua hasil yang tidak terkait dengan stress, hipertensi, dan stroke |
| | 3. | Jurnal yang diterbitkan dua kali akan dipertimbangkan |

Model PRIMSA memiliki beberapa tahapan diantaranya identifikasi ( Identification ) Penyaringan ( screening ), Kelayakan ( eligibility ), dan analisis penarikan keismpulan ( included ). Untuk penjelasan lebih rinci akan di jelaskan dalam diagram kajian literarture sistematis pada gambar Berikut




Pada tahap identifikasi, peneliti mencari artikel ilmiah menggunakan satu alat bantu, yaitu Google Scholar, dengan rentang waktu publikasi antara tahun 2020 hingga 2025. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian meliputi tingkat Stres, Hipertensi, stroke, dan risiko stroke. Dari pencarian tersebut, ditemukan 219 artikel yang akan diseleksi, terdiri dari 19 artikel dari Google Scholar. Setelah proses seleksi, sebanyak 200 artikel dikeluarkan karena tidak relevan dengan judul atau abstrak penelitian, sehingga tersisa 19 artikel. Pada tahap penyaringan (screening), 9 artikel lainnya dieliminasi karena tidak memenuhi kriteria penelitian, menyisakan 10 artikel. Pada tahap kelayakan (eligibility), 3 artikel tambahan dikeluarkan, dengan

**MEDIC NUTRICIA**
*Jurnal Ilmu Kesehatan*
*ISSN : 3025-8855*

*Vol. 16 No 2 Tahun 2025*
*Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa*

3 di antaranya tidak sesuai dengan tujuan penelitian. Pada tahap akhir, sebanyak 7 artikel dinyatakan memenuhi kriteria dan layak untuk dijadikan bahan kajian. Peneliti kemudian mengkaji, menganalisis, dan menyimpulkan hasil dari 15 artikel yang telah lolos proses seleksi tersebut.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Metode pencarian artikel atau jurnal di dalam penelitian literature review ini mengguakan database Google Scholar. Strategi pencarian jurnal ini dilakukan dengan menggunakan Kata kunci: tingkat stress, hipertensi dan risiko stroke. Dan hasil akhir didapatkan sebanyak 7 jurnal sesuai dengan kriteria inklusi.

Tabel 2. Hasil kajian literatur

| No. | Judul dan nama penulis | metode | Hasil penelitian |
|---|---|---|---|
| 1. | FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TERJADINYA STROKE PADA PASIEN (Masriana et al., 2021). | penelitian analitik dengan pendekatan Cross Sectional | Hasil analisa statistik menggunakan uji Chi Square menunjukan bahwa nilai p 0,004 < nilai $\alpha$ = 0,05 maka Ha diterima yang berarti ada Pengaruh antara stres dengan kejadian Stroke di Rumah Sakit Cut Meutia Kabupaten Aceh Utara Semakin berat stres yang dialami semakin besar kemungkinan mengalami stroke berulang. Stres yang buruk dapat meningkatkan risiko stroke sebesar 3,38%. Stress atau ketegangan jiwa dapat merangsang kelenjar anak ginjal untuk mengeluarkan hormone adrenalin, tiroksin, dan kortisol. Menurut asumsi peneliti, Stres dapat merangsang pelepasan hormon adrenalin dan memacu jantung untuk berdetak lebih cepat dan lebih kuat, sehingga tekanan darah akan berakibat pada tidak stabilnya tekanan darah. Jika darah tersebut menuju pembuluh darah halus di otak untuk memasok oksigen ke otak dan pembuluh darah tidak lentur dan tersumbat maka hal ini dapat mengakibatkan resiko terkena serangan stroke. |

**MEDIC NUTRICIA**
*Jurnal Ilmu Kesehatan*
ISSN : 3025-8855

Vol. 16 No 2 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

| | | | |
|---|---|---|---|
| 2. | HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN TINGKAT RISIKO STROKE PADA LANSIA DI PSTW SABAI-NAN-ALUIH SICINCIN TAHUN 2021 (Mayestika & Hasmira, 2021). | penelitian observasional menggunakan metode penelitian analitik komparatif dengan desain penelitian cross sectional. | Selama penelitian berlangsung di PSTW SabaiNan-Aluih Sicincin Tahun 2021, didapatkan 62 subjek penelitian.<br>Semua lansia di PSTW PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021 dinilai tingkat stress, yang dibagi menjadi 3 kelompok, yaitu: ringan, sedang dan tinggi. Gambaran distribusi frekuensi tingkat stress pada lansia di PSTW Sabai Nan-Aluih Sicincin tahun 2021.<br>Distribusi frekuensi tingkat stres pada lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021 didapatkan tingkat stres terbanyak pada tingkat stres sedang sebanyak 53 (85.5%).<br>Semua lansia di PSTW PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021 dinilai tingkat resiko stroke, yang dibagi menjadi 3 kelompok, yaitu: resiko rendah, sedang dan tinggi.<br>Distribusi frekuensi tingkat risiko stroke pada lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021 didapatkan yang terbanyak pada tingkat risiko stroke rendah diperoleh sebanyak 28 responden (45.2%).<br>Analisa statistik untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan tingkat risiko stroke pada lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021 menggunakan SPSS v. 25 dengan metode uji Mann-Whitney. Hasil uji statistik diperoleh nilai P Value dari tingkat risiko stroke pada lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021 sebesar 0.685. Pertimbangan yang telah di tetapkan bahwa terdapat hubungan antar variabel apabila P < 0.05, dengan demikian, tidak terdapat hubungan tingkat risiko stroke pada lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih |

**MEDIC NUTRICIA**
*Jurnal Ilmu Kesehatan*
ISSN : 3025-8855

Vol. 16 No 2 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | | Sicincin tahun 2021. Ha dalam penelitian ini ditolak dan H0 diterima. |
| 3. | PENGARUH DISCHARGE PLANNING BERBASIS APLIKASI TERHADAP TINGKAT STRESS PADA PASIEN STROKE (Ramadhani & Retnaningsih, 2024). | penelitian kuantitatif quasi-eksperiment dengan desain one group pre-test dan one group post-test. | Tingkat stress sebelum diberikan discharge planning berbasis aplikasi diperoleh hasil 14 orang atau 66,6% mengalami stress normal, 3 orang atau 14,3% mengalami stress ringan, 1 orang atau 4,8% mengalami stress sedang, 3 orang atau 14,3% mengalami stress parah dan 0 responden mengalami stress sangat parah.<br>Tingkat stress setelah diberikan discharge planning berbasis aplikasi diperoleh sebanyak 20 orang atau 95,2% mengalami stress normal dan 1 orang atau 4,8% mengalami stress ringan. Sementara tidak ada atau 0,0% responden yang mengalami stress parah dan sangat parah setelah diberikan discharge planning berbasis aplikasi.<br>Nilai p-value sebesar 0,000 (p <0,005) dengan demikian, dapat dikatakan bahwa hipotesis nol (ho) ditolak dan hipotesis alternative (ha) diterima,yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pada tingkat stress pasien yang mengalami stroke setelah diberikan discharge planning berbasis aplikasi.<br>penderita stroke yang mengalami stres memiliki risiko lebih besar untuk mengalami stroke berulang dibandingkan dengan penderita stroke yang tidak mengalami stres |
| 4. | PENGARUH POLA MAKAN DAN HIPERTENSI TERHADAP | penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. | Penelitian ini dilaksanakan di Rumah sakit khusus daerah provinsi sulawesi selatan pada bulan Mei sampai dengan Agustus 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien |

**MEDIC NUTRICIA**
*Jurnal Ilmu Kesehatan*
ISSN : 3025-8855

Vol. 16 No 2 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

| | | | |
|---|---|---|---|
| | KEJADIAN PENYAKIT STROKE DI RUMAH SAKIT KHUSUS DAERAH PROVINSI SULAWESI SELATAN (Cahyani et al., 2020) | | yang telah menjalani perawatan stroke di rumah sakit khusus daerah provinsi sulawesi selatan dari bulan Januari-April sebanyak 78 pasien dengan jumlah sampel pada penelitian ini adalah 65 sampel. Berdasarkan analisa data dengan menggunakan uji Chi square maka diperoleh nilai p=0.024 < $\alpha$=0.05, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh hipertensi dengan kejadian stroke di rumah sakit khusus daerah provinsi sulawesi selatan. Berdasarkan hasil pembahasan diatas menyatakan bahwa hipertensi merupakan faktor resiko yang paling penting untuk stroke. Karena hipertensi adalah penyebab utama stroke karena semakin tinggi tekanan darah semakin besar resiko terkena serangan stroke. |
| 5. | HUBUNGAN HIPERTENSI DENGAN KEJADIAN STROKE PADA LANSIA DI WILAYAH KERJAPUSKESMAS SEKUPANG KELURAHAN TANJUNG RIAU KOTA BATAM (Suntara et al., 2021). | penelitian analitik dengan rancangan Case Control | Berdasarkan tabel diatas uji chi-square didapatkan hasil P value = 0,000, atau nilai P<0,05 sehingga HO ditolak dan Ha diterima. Maka disimpulkan ada Hubungan Hipertensi Dengan Kejadian Stroke Di Wilayah KerjaPuskesmas Sekupang Kelurahan Tanjung Riau Kota Batam Tahun 2020. Dengan hasil Odd Ratio yaitu 19,688 hal ini menunjukkan lansia dengan hipertensi memiliki resiko 19 kali lebih besar untuk mengalami stroke. Hipertensi dapat mengakibatkan pecahnya maupun menyempitnya pembuluh darah otak. Apabila pembuluh darah otak pecah, maka timbulah perdarahan di otak dan apabila pembuluh darah otak menyempit, maka aliran darah keotak |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | | | akan terganggu dan sel otak akan mengalami kematian. |
| 6. | HUBUNGAN HIPERTENSI DENGAN KEJADIAN STROKE DI RSUD KOTAMOBAGU (Saharman & Winarto, 2023). | kuantitatif | menunjukkan bahwa hipertensi dengan stroke yang terbanyak yaitu 93,43% atau 128 responden yaitu dari hasil yang didapat, dimana orang yang memiliki riwayat penyakit hipertensi beresiko penyakit stroke. Dari hasil analisa hubungan kedua variabel diatas dengan menggunakan statistic Spearman Rho menunjukkan Koefesien Korelasi (r) = 1.000 dengan tingkat hubungan sangat kuat. Signifikansi dari hubungan kedua variabel tersebut adalah (p) = 0,001 yang menunjukkan nilai tersebut < a = 0,05 dengan demikian H, diterima atau ada hubungan hipertensi dengan stroke di RSUD Kotamobagu. |
| 7. | HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP DENGAN PERILAKU PENCEGAHAN STROKE PADA PASIEN HIPERTENSI (Saputra et al., 2023). | survey analitik dengan pendekatan Cross sectional | Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan penegtahuan dengan perilaku pencehan stroke pada pasien hipertensi, dengan hasil uji Chi Square, tidak ada cells (0%) yang mempunyai Expected Count > 5 sehingga menggunakan uji Chi Square di dapatkan nilai Significancy nilai ϱ = 0.08 < $\alpha$ (0.05). dan hasil penelitian ini juga menjukkan bahwa terdapat hubungan sikap dengan perilaku pencegahan stroke pada pasein hipertensi, dengan hasil uji Chi Square, tidak ada cells (0%) yang mempunyai Expected Count < $\alpha$ (0.05). |

**MEDIC NUTRICIA**
*Jurnal Ilmu Kesehatan*
ISSN : 3025-8855

Vol. 16 No 2 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

Pada penelitian ini terdapat 7 artikel yang di review 3 diantaranya hubungan antara stress dengan risiko stroke dan 4 artikel tentang hubungan hipertensi dengan risiko stroke. 2 artikel mengatakan ada hubungan antara stress terhadap resiko stroke dan 1 artikel yang mengatakan tidak ada hubungan antara tingkat stress terhadap risiko stroke. Kemudian 4 artikel mengatakan ada hubungan antara hipertensi terhadap risiko stroke.

Stres atau ketegangan jiwa dapat merangsang kelenjar anak ginjal untuk mengeluarkan hormone adrenalin, tiroksin, dan kortisol. Adrenalin yang bekerja sinergis akan menyebabkan peningkatan denyut jantung dan tekanan darah atau hipertensi. Hipertensi ini apabila berlangsung lama akan merusak dinding pembuluh darah dan memicu terbentuknya plak, dimana plak merupakan faktor penting terjadinya stroke. Tekanan darah yang meningkat akan membuat kerja jantung memberat akan berakibat kepada menyempitnya pembuluh darah, dimana jika terjadi penyempitan pembuluh darah di otak dapat menyebabkan stroke. Stres emosional yang mendadak atau shock, baik positif atau negatif, jika berkombinasi dengan faktor risiko lain (misalnya, aterosklerosis berat, penyakit jantung, atau hipertensi) juga dapat memicu stroke (Mayestika & Hasmira, 2021).

Pada penelitian Masriana et al pada tahun 2021 yang berjudul "FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TERJADINYA STROKE PADA PASIEN" mengatakan bahwa Semakin berat stres yang dialami semakin besar kemungkinan mengalami stroke berulang. Stres yang buruk dapat meningkatkan risiko stroke sebesar 3,38%. Stress atau ketegangan jiwa dapat merangsang kelenjar anak ginjal untuk mengeluarkan hormone adrenalin, tiroksin, dan kortisol. Adrenalin yang memacu jantung untuk berdenyut lebih cepat serta lebih kuat sehingga tekanan darah meningkat. Gejala ansietas dan kemarahan yang terpendam didapatkan bahwa hal tersebut berhubungan dengan peningkatan tekanan darah. Hal ini terbukti pada penelitiannya yang mengatakan bahwa ada pengaruh pada tingkat stress terhadap kejadian stroke di Rumah Sakit Cut Meutia Kabupaten Aceh Utara Semakin berat stres yang dialami semakin besar kemungkinan mengalami stroke berulang. Namun penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian Mayestika & Hasmira pada tahun 2021 yang berjudul "Hubungan Tingkat Stres dengan Tingkat Risiko Stroke pada Lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin Tahun 2021" yang mencari apakah ada hubungan tingkat stress dengan tingkat risiko stroke, penelitiannya mendapatkan tidak ada hubungan antara tingkat stress dengan risiko stroke. Diantara kedua artikel tersebut penulis menemukan sebuah perbedaan yang mendasar dimana pada artikel fatma dkk, dimana mereka menulis instrumennya hanya kuesioner tetapi tidak tertera kuesioner seperti apa dan dari mana dasar kuesionernya. Berbeda dengan penelitian Masriana et al, didalam artikelnya tertera jelas bahwa mereka menggunakan instrument kuesioner Depression anxiety stress scale (DASS 42), yaitu suatu alat ukur yang digunakan oleh Lovibon (1995) untuk menilai serta mengetahui tingkat depresi, kecemasan, dan stres. DASS 42 adalah alat ukur yang bertujuan untuk mengenal status emosional individu yang biasanya digambarkan sebagai stres. Tahapan tingkat stres dapat diukur dengan menggunakan Depression Anxiety Stres Scale 42 (DASS42). DASS 42 merupakan skala subjektif yang dibentuk untuk mengukur emosional negatif dari depresi, cemas, dan stres. Kejadian stroke diukur dengan menggunakan lembar observasi, diisi dengan melihat dokumentasi perawatan responden.

**MEDIC NUTRICIA**
*Jurnal Ilmu Kesehatan*
ISSN : 3025-8855

Vol. 16 No 2 Tahun 2025
Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa

Artikel pertama selaras dengan penelitian yang telah dilakukan Indah Permata Sari dalam(Putri, Ade & Herlina, 2021)), bahwa penderita stroke yang mengalami stres memiliki risiko lebih besar untuk mengalami stroke berulang dibandingkan dengan penderita stroke yang tidak mengalami stres. Karena stres yang disebabkan oleh stimulus akan berdampak pada kesehatan tubuh dan kualitas hidup seseorang. Faktor-faktor yang berbeda yang ada pada seseorang dapat menjadi penyebab terjadinya stroke; akibatnya, jika seseorang telah mengalami stroke sebelumnya, mereka memiliki kemungkinan mengalami serangan kedua, atau stroke ulang, jika mereka tidak mengendalikan tekanan darah mereka dengan baik. Kejadian stroke ulang lebih mungkin jika hipertensi tidak diobati atau tidak terkendali (Masriana et al., 2021).

Selain stress, Faktor risiko utama untuk penyebab stroke adalah tekanan darah tinggi/hipertensi yang merupakan risiko dimodifikasi yang paling signifikan (Saputra et al., 2023). Hal tersebut diperkuat oleh penelitian Cahyani et al pada tahun 2020 yang berjudul "PENGARUH POLA MAKAN DAN HIPERTENSI TERHADAP KEJADIAN PENYAKIT STROKE DI RUMAH SAKIT KHUSUS DAERAH PROVINSI SULAWESI SELATAN" Berdasarkan analisis data dengan menggunakan uji Chi square dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh faktor hipertensi dengan kejadian stroke di rumah sakit khusus daerah provinsi Sulawesi Selatan. Penelitian ini menyatakan bahwa hipertensi merupakan faktor resiko yang paling penting untuk stroke. Karena hipertensi adalah penyebab utama stroke karena semakin tinggi tekanan darah semakin besar resiko terkena serangan stroke.

Selain penelitian di atas ada juga penelitian yang dilakukan oleh Suntara et al pada tahun 2021 yang berjudul "HUBUNGAN HIPERTENSI DENGAN KEJADIAN STROKE PADA LANSIA DI WILAYAH KERJAPUSKESMAS SEKUPANG KELURAHAN TANJUNG RIAU KOTA BATAM" dari penelitian yang dilaksanakan di Wilayah Kerja Kelurahan Tanjung Riau Puskesmas Sekupang Kota Batam tahun 2020, dapat diambil kesimpulan bahwa:1. Didapatkan bahwa lansiakelompok case (Stroke) dengan hipertensi berjumlah 21lansia (45,7%), dan tidak hipertensi berjumlah 2lansia (4,3%) dan untuk kelompok control(Tidak Stroke) dengan hipertensi sebanyak 8lansia (17,4%) dan tidak hipertensi berjumlah 15lansia (32,6%). 2. Didapatkan bahwa lansia dengan kelompok case(Stroke) berjumlah23lansia (50,0%) dan lansia dengan kelompok control(Tidak Stroke) berjumlah 23lansia (50%). 3. Terdapat hubungan yang signifikan antara Hubungan Hipertensi Dengan Kejadian StrokePada Lansia Di Wilayah Kerja Kelurahan Tanjung Riau Puskesmas Sekupang Kota Batam Tahun 2020, dimana didapatkan hasil bahwa P value (0,000) p = < 0,05, dengan odd ratio19,68.

Kemudian penelitian tersebut juga diperkuat oleh Saharman & Winarto tahun 2023 yang berjudul "Hubungan hipertensi dengan kejadian stroke di RSUD Kotamobagu" yang mengatakan bahwa pasien yang menderita hipertensi memiliki resiko besar untuk menderita penyakit stroke kemudian tekanan darah yang tidak normal mengakibatkan kerusakan sel-sel endotel pembuluh darah yang menimbulkan jejas pada rongga vaskuler dan pada akhirya jejas atau lesi vaskuler tersebut memicu teriadinya trombosis dan akhimya terjadi aterosklerosis yang membuat pembuluh darah menyempit sehingga suplai darah ke otak menurun yang mengakibatkan kerusakan sel-sel neuron pada sistem saraf pusat.

**MEDIC NUTRICIA**
*Jurnal Ilmu Kesehatan*
*ISSN : 3025-8855*

*Vol. 16 No 2 Tahun 2025*
*Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa*

**KESIMPULAN**

Hasil study yang dianalisis dalam tinjauan literatur ini adalah membuat gambaran terkait beberapa artikel penelitian dan hasil penelitian tentang Hubungan tingkat stress dan hiprtensi terhadap risiko stroke. Hasil literature review yang diperoleh dari beberapa artikel penelitian didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan hipertensi terhadap risiko stroke dan juga hubungan antara tingkat stress terhadap risiko stroke.

**SARAN**

Berdasarkan dari pengkajian hasil penelitian literature review / penelitian yang berdasarkan tinjauan pustaka, maka peneliti bermaksud memberikan saran yang mudah-mudahan dapat bermanfaat bagi pihak-pihak yaitu: Bagi kalangan umum agar dapat mengelola stressnya sehingga dapat mencegah terjadinya stroke berulang. Adapun terapi dan pencegahan stress yang dapat dilakukan dibagi menjadi tiga golongan berdasarkan sifatnya yaitu: Psikologis, melalui pendidikan kepribadian untuk mengubah pengertian (persepsi) dan pandangan hidup, latihan relaksasi, serta psikoterapi. Obat (medis), melalui pemberian obat anti cemas. Lingkungan, melalui penciptaan lingkungan hidup yang damai. Kemudian agar slalu mengontrol dengan mengecek tekanan darah. Bagi peneliti selanjutnya, Saran untuk peneliti selanjutnya yaitu: Diharapkan untuk mengkaji lebih banyak sumber maupun referensi jurnal yang terkait dengan stress, hipertensi dan risiko stroke agar penelitiannya dapat lebih baik dan lebih lengkap lagi. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat lebih mempersiapkan diri dalam mencari bahan dan jurnal agar lebih relevan terkait judul agar penelitian dapat dilaksanakan dengan lebih baik lagi.

**DAFTAR PUSTAKA**

Akbar, H., & Budi Santoso, E. (2020). Analisis Faktor Penyebab Terjadinya Hipertensi Pada Masyarakat (Studi Kasus Di Kecamatan Passi Barat Kabupaten Bolaang Mongondow). *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, *3*(1), 12–19. https://doi.org/10.56338/mppki.v3i1.1013

Cahyani, N., Hasriana, & Anisa, N. R. (2020). Pengaruh Pola Makan dan Hipertensi Terhadap Kejadian Penyakit Stroke Di Rumah Sakit Khusus Daerah Provinsi Sulawesi Selatan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, *15*(2), 117–123.

Harmianto, D. P., Nurman, M., & Dewi, S. (2025). *Penerapan ROM ( Range Of Motion ) Untuk Kekuatan Otot Pada Pasien Stroke Non Hemoragik Di RSUD Bangkinang*. *2*, 495–506.

Masriana, Muammar, & Yahya, M. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Stroke Pada Pasien. *Journal of Nursing and Midwifery*, *3*(3), 55–66. http://jurnal.sdl.ac.id/index.php/dij/

Maulin Halimatunnisa', Lalu Hersika Asmawariza, Azwar Hadi, Vera Yulandasari, Erwin Wiksuarini, D. Mustamu Qamal Pa'ni, Iwan Wahyudi, & Aoladul Muqarrobin. (2023). Faktor Risiko Stroke di Rumah Sakit Umum Daerah Praya Tahun 2022. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, *11*(1), 371–381. https://doi.org/10.37824/jkqh.v11i1.2023.507

Mayestika, P., & Hasmira, M. H. (2021). Hubungan Tingkat Stres dengan Tingkat Risiko Stroke pada Lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin Tahun 2021. *Jurnal Perspektif*, *4*(4), 519.

**MEDIC NUTRICIA**
*Jurnal Ilmu Kesehatan*
*ISSN : 3025-8855*

*Vol. 16 No 2 Tahun 2025*
*Prefix DOI 10.5455/mnj.v1i2.644xa*

Nurwidya Ade, P., & Nunung, H. (2021). Hubungan Antara Stress dengan Kejadian Stroke Berulang: Literature Review. *Borneo Student Research*, *2*(3), 1808–1814.

Permatasari, I., Tri Utami, I., & DIII Keperawatan Akper Dharma Wacana Metro, P. (2024). Penerapan Terapi Range of Motion (Rom) Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Pada Pasien Dengan Stroke Application of Range of Motion (Rom) Therapy To Increasing Muscle Strength in Patients With Stroke. *Jurnal Cendikia Muda*, *4*(2), 255–261.

Ramadhani, D., & Retnaningsih, D. (2024). Pengaruh Discharge Planning Berbasis Aplikasi terhadap Tingkat Stres pada Pasien Stroke. *Jurnal Keperawatan*, *16*(3), 943–952. http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan

Ridho, M., Frethernety, A., & Widodo, T. (2021). Literature Review Hubungan Stres Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Kedokteran Universitas Palangka Raya*, *9*(2), 1366–1371. https://doi.org/10.37304/jkupr.v9i2.3571

Saharman, S., & Winarto, E. (2023). Hubungan hipertensi dengan kejadian stroke di RSUD Kotamobagu. *Gema Wiralodra*, *14*(1), 370–374. https://doi.org/10.31943/gw.v14i1.349

Saputra, C., Imron, M., Dewi, L. K., & Timur, J. (2023). *PERILAKU PENCEGAHAN STROKE PADA PASIEN*. *1*(1), 1–8.

Suntara, D. A., Roza, N., & Rahmah, A. (2021). Hubungan Hipertensi Dengan Kejadian Stroke Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Sekupang Kelurahan Tanjung Riau Kota Batam. *Inovasi Penelitian*, *1*(10), 2177–2184.