

ABSTRAK

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI BERDASARKAN PENDEKATAN *HEALTH BELIEF MODEL* (HBM) DI KLINIK DANDY DINDA TEMBUNG 2026

Alya Nur Mawaddah Br. Damanik
NIM 2223313010118

Hipertensi merupakan salah satu penyebab kematian terbesar di dunia, bahkan menduduki peringkat teratas sebagai penyebab kematian secara global. Stres bisa menjadi salah satu pemicu hipertensi. Ketika seseorang mengalami stres, tubuh akan merespons dengan melepas hormon adrenalin yang kemudian akan memicu peningkatan tekanan darah. *Health Belief Model* (HBM) merupakan kerangka konseptual yang menjelaskan bagaimana individu menilai ancaman terhadap kesehatannya dan perilaku yang diambil untuk mengatasi atau mencegah masalah tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi berdasarkan pendekatan *Health Belief Model* (HBM). Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien hipertensi berjumlah 107 orang dengan besar sampel 84 orang. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Chi-Square*. Penelitian dilakukan pada bulan Juni 2026. Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah kuesioner. Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dari analisis *Chi-Square* diperoleh nilai tingkat stres *p value* 0,010, persepsi kerentanan *p value* 0,047, dan persepsi keparahan *p value* 0,046. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan secara signifikan antara tingkat stres dengan hipertensi berdasarkan pendekatan *Health Belief Model* (HBM) di Klinik Dandy Dinda Tembung. Diharapkan pada pasien hipertensi untuk dapat mengontrol stres dan menjalankan gaya hidup yang lebih baik untuk mencegah hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi, Tingkat Stres, *Health Belief Model*

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVELS AND THE INCIDENCE OF HYPERTENSION BASED ON THE HEALTH BELIEF MODEL (HBM) APPROACH AT THE DANDY DINDA CLINIC IN TEMBUNG 2026

Alya Nur Mawaddah Br. Damanik
NIM 2223313010118

Hypertension is one of the leading causes of death worldwide; in fact, it ranks as the top cause of death globally. Stress can be a trigger for hypertension. When a person experiences stress, the body responds by releasing the hormone adrenaline, which then causes blood pressure to rise. The Health Belief Model (HBM) is a conceptual framework that explains how individuals assess threats to their health and the behaviors they adopt to address or prevent such problems. This study aims to analyze the relationship between stress levels and the incidence of hypertension based on the Health Belief Model (HBM) approach. This study uses a quantitative research method with a cross-sectional design. The population for this study consisted of 107 patients with hypertension, and the sample size was 84. The analysis used in this study was the chi-square test. The study was conducted in June 2026. The instrument used in the study was a questionnaire. Based on the results obtained from the Chi-Square analysis, the p-values were 0.010 for stress levels, 0.047 for perceived susceptibility, and 0.046 for perceived severity. These results indicate that there is a significant association between stress levels and hypertension based on the Health Belief Model (HBM) at the Dandy Dinda Tembung Clinic. It is hoped that patients with hypertension will be able to manage their stress and adopt a healthier lifestyle to prevent hypertension.

Keywords : Hypertension, Stress Levels, Health Belief Model