

GAMBARAN TEKANAN DARAH PADA MAHASISWA DIII KEPERAWATAN SAAT MENGHADAPI UJIAN PROPOSAL TUGAS AKHIR

***Yasinta Aloysia Daro**

Fakultas Kesehatan
Universitas Samawa
Indonesia
eciyasinta@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Tekanan darah merupakan cara mengukur kemampuan jantung untuk memompa darah keselur tubuh. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi tekanan darah berubah yakni stress dan kurang istirahat. Stress dan kurang istirahat banyak dialami oleh mahasiswa tingkat akhir yang sedang menghadapi tugas akhir terutama saat akan menghadapi ujian proposal dan sidang hasil. Terdapat dampak buruk jika tekanan darah tidak normal yakni stroke dan serangan jantung, dampak buruk ini juga dapat menyerang pada usia muda.

Tujuan: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tekanan darah pada mahasiswa keperawatan yang akan menghadapi ujian proposal.

Metode: Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Tehnik pengambilan sampel dengan metode *total sampling* dengan jumlah 20 responden.

Hasil: Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tekanan darah mahasiswa saat menghadapi ujian proposal cenderung rendah dan normal. Kategori rendah sebanyak 8 responden (40%) dalam kategori tekanan darah normal 8 responden (40%) dan tekanan darah tinggi sebanyak 4 responden (20%).

Kesimpulan: Kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagian besar mahasiswa keperawatan yang akan menghadapi ujian proposal tugas akhir dominan memiliki tekanan darah rendah.

Kata kunci : Tekanan Darah, Mahasiswa, Tugas Akhir

PENDAHULUAN

Mahasiswa D3 Keperawatan tingkat akhir memiliki kewajiban untuk menyelesaikan tugas akhir berupa Karya Tulis Ilmiah. Penelitian oleh Tryasningsih (2020) menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir mengalami stress yang tinggi. Stress dapat mempengaruhi pola tidur, pola hidup hingga ke kesehatan seperti tekanan darah yang berubah menjadi tidak normal.

Tekanan darah merupakan cara mengukur kemampuan jantung dalam memompa dan menyuplai darah keseluruh tubuh. Tekanan darah normal pada usia dewasa berkisar 90/60 mmHg – 120/80 mmHg, jika tekanan darah berada di bawah 90/60 mmHg dapat dikategorikan tekanan darah rendah dan diatas 120/80 mmHg dapat dikategorikan tekanan darah tinggi.

Tekanan darah merupakan salah satu indikator dari kesehatan seseorang terutama kesehatan jantung dan pembuluh darah. Terdapat banyak dampak negative saat mengalami perubahan tekanan darah, baik tekanan darah tinggi atau yang sering disebut hipertensi atau tekanan darah rendah yang disebut hipotensi.

Salah satu tahap yang akan dihadapi oleh mahasiswa tingkat akhir adalah ujian proposal, ujian ini menjadi ketakutan yang besar bagi para mahasiswa karena tahap ujian pertama dan belum memiliki pengalaman serta cerita yang menakutkan dari senior yang pernah melewati. Hal-hal seperti ini dapat memicu stress yang tinggi dan mengganggu pola tidur mahasiswa yang dapat berdampak pula pada perubahan tekanan darah mahasiswa.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat tekanan darah pada mahasiswa D3 Keperawatan saat menghadapi ujian proposal tugas akhir.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*, populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa DIII Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Samawa. Sampel Penelitian ini sebanyak 20 responden dan menggunakan *total sampling*.

Penelitian ini dilakukan selama 1 bulan, instrumen penelitian ini menggunakan lembar observasi tekanan darah dan tensi meter.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Karakteristik Responden dan Tekanan Darah

Tabel 1. Karakteristik Responden

	Karakteristik	Frekuensi	Prosentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	3	15
	Perempuan	17	85
Usia	18-25	20	100

Sumber :Data Primer 2022

Data diatas menunjukkan bahwa karakteristik responden pada penelitian ini adalah di dominasi perempuan sebanyak 17 responden (85%), laki-laki sebanyak 3 responden (15%). Karakteristik usia berada pada rentang 18-25 tahun yakni sebanyak 20 orang (100%).

Tabel 2. Tekanan Darah Mahasiswa DIII Keperawatan

Fakultas Kesehatan Universitas Samawa Saat Menghadapi Ujian Proposal

Tekanan Darah	Frekuensi	Prosentase (%)
Rendah	8	40
Normal	8	40
Tinggi	4	20
Total	20	100

Sumber data Primer 2022

Data diatas menunjukkan terdapat 8 responden (60%) yang mengalami darah rendah dan 8 responden (40%) dengan kategori tekanan darah normal dan 4 responden (20%) mengalami kategori tekanan darah tinggi pada saat akan menghadapi ujian proposal.

PEMBAHASAN

1. Jenis kelamin

Hasil penelitian menunjukkan karakteristik responden di dominasi perempuan sebanyak 17 responden (85%), dan sisanya berjenis kelamin laki-laki sebanyak 3 responden (15%). Terdapat beberapa faktor yang dapat menyebabkan terjadi tekanan darah tidak normal, salah satunya adalah jenis kelamin. Penelitian oleh Tyani (2015) menunjukkan bahwa pria cenderung mengalami hipertensi dibandingkan dengan wanita. Pada usia muda wanita lebih banyak mengalami hipotensi.

2. Usia

Hasil penelitian ini menunjukkan karakteristik responden pada kategori usia berada pada rentang 18-25 tahun yakni sebanyak 20 orang (100%). Faktor usia juga memiliki peranan penting dalam tingkat tekanan darah, hal ini disebabkan karena semakin bertambah usia, kemampuan organ juga mengalami penurunan. Pada usia muda manusia sedang aktif dalam beraktivitas termasuk mahasiswa, banyak faktor seperti stress, kelelahan, pola makan dan hidup tidak sehat dapat mengakibatkan tekanan darah menjadi tidak normal.

3. Tekanan Darah

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat 8 responden (40%) yang mengalami darah rendah dan 8 responden (40%) dengan kategori tekanan darah normal dan tekanan tinggi 4 responden (20%) pada saat akan menghadapi ujian proposal.

Saat menghadapi tugas akhir mahasiswa cenderung mengalami stress dan pola tidur yang berubah, dan hal ini dapat memuncak pada saat mahasiswa berada pada tahap ujian proposal untuk pertama kalinya. Penelitian oleh Sumarna (2019) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan tekanan darah, pada penelitian ini tekanan darah responden mengalami tekanan darah rendah. Penelitian oleh Ankhofiya (2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan manajemen stress dengan tingkat darah pada remaja.

Stress dan cemas dalam menghadapi ujian proposal tugas akhir dapat menjadi faktor tekanan darah berubah. Stres akan merangsang kelenjar adrenal untuk melepaskan hormon adrenalin yang berefek pada tekanan darah menjadi lebih tinggi. pada penelitian ini juga terdapat 4 responden yang mengalami tekanan darah dalam kategori tinggi dan selebihnya tekanan darah normal.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang dilakukan didapatkan kesimpulan bahwa tekanan darah mahasiswa DIII Keperawatan saat menghadapi ujian proposal tugas akhir dominan dalam kategori rendah.

B. Saran

Diharapkan mahasiswa dapat menjaga kesehatan, istirahat cukup dan mengelola stress dengan baik saat menjalani tugas akhir terutama saat menghadapi ujian tugas akhir agar tekanan darah tetap terjaga dalam kategori normal.

DAFTAR PUSTAKA

- Ankhofiya et, al. (2021) Analisis hubungan manajemen stress dengan tingkat tekanan darah pada Remaja. Media Kesehatan Masyarakat Indonesi.
- Habibi M. Hubungan indeks massa tubuh (IMT) dengan tekanan darah pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara tahun 2016. Skripsi. Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara.
- Heymsfield SB, TA Wadden. 2017. Mechanisms, Pathophysiology, and Menagement of Obesity. N Engl J Med, 376(3):254-266.
- Kristantio JE, S Halim. 2017. Hubungan indeks massa tubuh dengan tekanan darah pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas tarumanegara 2017. Tarumanagara Med J, 2(1):59-64.
- Lydia A, S Setiati, CH Soejono, R Istanti, J Marsigit, MK Azwar. 2021. Prevalence of prehypertension and its risk factors in midlife and late life: Indonesian family life survey 2014–2015. BMC Public Health, 21(1).
- Sarkar T, NP Singh. 2015. Epidemiology and Genetics of Hypertension. India: J Assoc Physicians, 15.
- Seidel E, UI Scholl. 2017. Genetic mechanisms of human hypertension and their implications for blood pressure physiology. Physiological Genomics, 49(11):630–652. National Institutes of Health. What Are the Signs, Symptoms, and Complications of High Blood Pressure? National Heart, Lung, and Blood Institutes. 2015.
- Sumarna, et al. (2019). Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan darah pada Pasien Hipertensi. Jurnal Kesehatan BSI.
- Kemenkes.RI. Pusdatin Hipertensi. Jakarta; 2014.
- Huang Y, Cai X, Li Y, Su L, Mai W, Wang S, dkk. Prehypertension and the risk of stroke A meta-analysis. Neurology. AAN Enterprises; 2014;82(13):1153–61.
- Sutters M. Systemic Hypertension. Dalam: McPhee SJ, Papadakis MA, Rabow MW, editor. Current Medical Diagnosis & Treatment 2011. Fiftieth. United States of America: The McGraw-Hill Companies, Inc; 2011. h. 416.
- Tryasningsih, Defty. (2020). Tingkat Stress Mahasiswa Akhir dalam Mengerjakan Skripsi. Universitas Sanata Dharma.