

**HUBUNGAN KECERDASAN SPIRITAL DENGAN TINGKAT  
HIPERTENSI PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS WONOPRINGGO KABUPATEN  
PEKALONGAN**

**THE CORRELATION OF SPIRITUAL INTELLIGENCE WITH  
HYPERTENSION LEVEL OF HYPERTENSIVE PATIENTS  
AT THE WORKING AREA PUBLIC HEALTH CENTER  
OF WONOPRINGGO, PEKALONGAN REGENCY**

**Muhammad Wildan**

Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Muhammadiyah Pekajangan  
Pekalongan

**Mokhamad Arifin**

Staf Pengajar Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Muhammadiyah  
Pekajangan Pekalongan

**ABSTRAK**

Kasus hipertensi menurut para pakar penyebab utamanya adalah stres. Stres dapat diatasi dengan kecerdasan spiritual yang bersumber dari kuasa Tuhan. Orang yang dapat meningkatkan kecerdasan spiritualnya mampu menjadi lebih bahagia dalam menjalani hidup. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecerdasan spiritual dengan tingkat hipertensi pasien hipertensi. Desain penelitian *deskriptif korelatif* melalui pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *cluster sampling* dengan jumlah 55 responden. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner. Uji statistik menggunakan uji *Spearman Rank*. Hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden memiliki tingkat kecerdasan spiritual dalam kategori tinggi yaitu 38 responden (69,1%), Lebih dari separuh responden memiliki tingkat hipertensi dalam kategori hipertensi ringan yaitu 28 responden (50,9%). Hasil uji statistik didapatkan  $\rho$  value sebesar 0,001 ( $<0,05$ ) dan nilai korelasi Spearman ( $r$ ) sebesar -0,562 menunjukkan ada hubungan yang kuat antara kecerdasan spiritual dengan tingkat hipertensi pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wonopringgo Kabupaten Pekalongan dengan arah korelasi tidak searah artinya semakin tinggi nilai kecerdasan spiritual diikuti semakin rendah tingkat hipertensi. Hasil penelitian ini merekomendasikan tenaga kesehatan dalam menangani pasien hipertensi untuk memperhatikan kebutuhan spiritualnya dengan mengingatkan pasien lebih mendekatkan pada agama guna mengurangi stress sehingga menurunkan tekanan darah.

**Kata kunci : kecerdasan spiritual, tingkat hipertensi**

## **ABSTRACT**

Hypertension cases according to experts the main cause is stress. Stress can be overcome with spiritual intelligence that comes from the power of God. People who can increase their spiritual intelligence can be happier in living their lives. This study aims to determine the relationship of spiritual intelligence with hypertension level of hypertensive patients. Descriptive correlative research design through cross sectional approach. The sampling technique in this study is cluster sampling with 55 respondents. Data collection tool uses a questionnaire. Statistical test using the Spearman Rank test. The results showed that most respondents had a level of spiritual intelligence in the high category is 38 respondents (69,1%), more than half of the respondents had a level of hypertension in the category of mild hypertension is 28 respondents (50,9%). Statistical test results obtained  $p$  value of 0.001 ( $<0.05$ ) and Spearman correlation ( $r$ ) value of -0,562 shows that there is a strong relationship between spiritual intelligence and hypertension level of hypertensive patients in the work area of Wonopringgo Health Center in Pekalongan Regency with a direction of correlation not in the same direction. the higher the value of spiritual intelligence followed by the lower level of hypertension. The results of this study recommend health workers in dealing with hypertensive patients to pay attention to their spiritual needs by reminding patients to get closer to religion in order to reduce stress so as to reduce blood pressure.

**Keywords : spiritual intelligence, level of hypertension**

## PENDAHULUAN

Prevalensi hipertensi di dunia hampir 1 miliar jiwa dan diperkirakan pada tahun 2025 penyandang tekanan darah tinggi hampir mencapai 1,6 miliar jiwa. Di Inggris, penyakit ini diperkirakan mengenai lebih dari 16 juta jiwa, 34% pria dan 30% wanita menderita tekanan darah tinggi atau sedang mendapat pengobatan tekanan darah tinggi. Pada populasi usia lanjut, angka penderita tekanan darah tinggi lebih banyak dialami oleh lebih dari separuh populasi orang berusia di atas 60 tahun (Palmer & Williams, 2007).

Berdasarkan data dari Direktorat Pengendalian Penyakit Tidak Menular tahun (2013) kematian akibat hipertensi setiap tahun di Dunia sekitar 8 juta, di Asia Tenggara sekitar 1,5 juta. Jumlah penderita hipertensi di Negara ekonomi berkembang mencapai 40%, di Negara maju seperti Amerika penderita hipertensi sekitar 35%, dan posisi pertama ditempati oleh kawasan Afrika sebanyak 46%. Pada tahun 2025 kasus hipertensi di negara berkembang seperti Indonesia diperkirakan mengalami peningkatan sekitar 80% menjadi 1,15 miliar kasus dari jumlah total 639 juta kasus.

Hipertensi sampai saat ini masih merupakan tantangan besar di Indonesia. Hipertensi merupakan kondisi yang sering ditemukan pada pelayanan kesehatan primer kesehatan. Hipertensi merupakan masalah kesehatan dengan prevalensi yang tinggi, yaitu sebesar 25,8%, sesuai dengan data Riskesdas 2013. Prevalensi hipertensi atau tekanan darah tinggi di Indonesia tergolong tinggi, namun kebanyakan dari penderitanya tidak terdeteksi. Akibatnya tidak tertangani dengan cepat, sehingga menyebabkan kesakitan bahkan kematian dini. Hipertensi menjadi salah satu penyebab kematian utama di perkotaan maupun perdesaan pada usia 55-64 tahun. Satu dari tiga orang dewasa Indonesia menderita hipertensi, bahkan di kalangan usia 50 tahun ke atas satu dari dua orang (Girsang, 2013).

Jumlah kasus Hipertensi yang dirawat inap di Rumah Sakit di Indonesia (SIRS 2015), terbanyak di Provinsi Jawa Tengah 15.451 (Kemenkes RI, 2017). Penyakit hipertensi di Jawa Tengah masih menempati proporsi terbesar dari seluruh Penyakit Tidak

Menular yang dilaporkan, yaitu sebesar 57,87 persen. Penyakit hipertensi menjadi prioritas utama pengendalian Penyakit Tidak Menular di Jawa Tengah. Jika Hipertensi tidak dikelola dengan baik maka akan menimbulkan Penyakit Tidak Menular lanjutan seperti Jantung, Stroke, Gagal Ginjal, dsb. Pengendalian Penyakit Tidak Menular dapat dilakukan dengan intervensi yang tepat pada setiap sasaran/kelompok populasi tertentu sehingga peningkatan kasus baru Penyakit Tidak Menular dapat ditekan. Dari hasil pengukuran tekanan darah, sebanyak 344.033 orang atau 17,74 persen dinyatakan hipertensi/tekanan darah tinggi (Dinas Kesehatan Jawa Tengah, 2015). Data dari Dinkes Kabupaten Pekalongan tahun 2017 untuk hipertensi esensial dan sekunder berjumlah 18.465 jiwa. Dengan prevalensi di wilayah Puskesmas Wonopringgo berjumlah 1.588 jiwa (Dinkes Kabupaten Pekalongan, 2017).

Hipertensi seringkali disebut sebagai pembunuhan gelap (*silent killer*) karena termasuk penyakit yang mematikan, tanda disertai gejala-gejalanya lebih dahulu sebagai peringatan bagi korbaninya. Gejala-gejala hipertensi bervariasi pada masing-masing individu dan hampir sama dengan gejala penyakit lainnya (Kemenkes RI, 2014).

Komplikasi hipertensi dapat menyebabkan penyakit jantung koroner, infark jantung, stroke dan gagal ginjal. Komplikasi dari hipertensi tersebut dapat menyebabkan angka kematian yang tinggi. Dampak dari penyakit hipertensi para lansia dapat memicu terjadinya resiko serangan jantung, stroke, dan gagal ginjal (Depkes, 2007). Sedangkan menurut Wahdah (2011) tekanan darah yang terus meningkat mengakibatkan beban kerja jantung yang berlebihan sehingga memicu kerusakan pada pembuluh darah, gagal ginjal, jantung, kebutaan dan gangguan fungsi kognitif pada lansia. Perubahan dalam kehidupan pada penderita hipertensi, merupakan salah satu pemicu terjadinya stres.

Beberapa faktor yang berperan dalam terjadinya hipertensi meliputi faktor mayor yaitu faktor risiko yang tidak dapat dikendalikan dan faktor minor yaitu faktor risiko yang masih dapat dikendalikan.

Keturunan, ras, jenis kelamin, dan usia merupakan faktor risiko yang tidak dapat dikendalikan (mayor). Sedangkan kurang olahraga, merokok, pola pikir, pekerjaan, obesitas, minum kopi, alkohol, pola makan, stress merupakan faktor risiko yang masih dapat dikendalikan (minor) (Andria, 2013).

Upaya penanganan terhadap penderita hipertensi dititik beratkan pada faktor yang masih bisa dikendalikan seperti mengubah gaya hidup yang negatif dari penderita hipertensi itu sendiri. Gaya hidup negatif dapat dipengaruhi oleh pola pikir yang kurang baik misalnya karena beban dalam pikiran yang menumpuk dan mekanisme coping yang kurang baik sehingga lama kelamaan mengakibatkan stress. Stres atau ketegangan emosional dapat mempengaruhi sistem kardiovaskular. Secara psikologis stress dapat meningkatkan tekanan darah, oleh sebab itu penderita hipertensi harus mampu mengendalikan stres (Marliani, 2007). Hal ini diperkuat oleh hasil penelitian Islami (2015) yang menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara stres dengan hipertensi pada pasien rawat jalan di Puskesmas Rapak Mahang Kabupaten Kutai Kartanegara.

Rasmun (2009, hh.70-73) menjelaskan cara penanggulangan stres salah satunya yaitu meningkatkan keimanan. Individu hendaknya selalu mensyukuri apa yang telah dicapai dan dimiliki, rasa syukur menyebabkan seseorang mempunyai sifat yang sabar, tidak berprasangka buruk terhadap Tuhan. Selalu berfikir positif jika dihadapkan pada suatu cobaan, dengan demikian individu dapat berharap bahwa stres atau ketegangan psikologis dalam hidup dapat dikurangi.

Rasa syukur merupakan perwujudan dari kecerdasan spiritual seseorang. Seseorang yang memiliki kecerdasan spiritual tinggi akan memunculkan sikap selalu bersyukur (Zohar & Marshall 2007, 182). Kecerdasan spiritual adalah kemampuan yang bertumpu pada bagian dalam diri yang berhubungan dengan kearifan di luar ego atau jiwa sadar (Zohar & Marshall, 2007, h.9). Kecerdasan spiritual mencakup kemampuan memiliki prinsip hidup yang kuat, memaknai setiap sisi kehidupan, mengelola dan bertahan dalam kesulitan, serta melihat kesatuan dalam keragaman adalah kecerdasan yang dapat

membantu manusia menyembuhkan dirinya secara utuh. Kecerdasan spiritual adalah kecerdasan yang berada dibagian diri seseorang yang berhubungan dengan kearifan di luar ego atau pikir sadar (Zohar & Marshall 2007, h.9).

Kecerdasan spiritual berperan mengendalikan dan memberdayakan dengan mengakses kecerdasan emosional dan kecerdasan intelektual. pengendalian dan pemberdayaan oleh kecerdasan spiritual yang mendasar dan permanen ini dilakukan dengan mengakses suasana perasaan dan fokus pikiran setiap saat. Kecerdasan spiritual yang bersumber dari kuasa Tuhan yang mampu memulihkan jiwa yang remuk, batin yang terluka, dan stres berat serta tubuh yang sakit (Yuwono, 2010).

Orang yang kadar imannya atau ketakwaannya rendah, cenderung lebih mungkin menderita stres karena kurangnya pegangan hidup. Tanpa pegangan hidup yang berupa kaidah-kaidah keagamaan, kehidupan seseorang akan terombang ambing tak menentu, dan dapat mengakibatkan kekurangmampuan dalam menghadapi tantangan, sehingga dapat menimbulkan depresi (Sivalintar dalam Dame 2013, h.8). Seseorang yang mempunyai pegangan hidup sesuai kaidah keagamaan pastilah mempunyai kecerdasan spiritual yang baik. Beberapa ahli psikologi mendefinisikan kebahagiaan sebagai hasil penilaian terhadap diri dan kehidupan yang di dalamnya memuat aspek emosi positif seperti kenyamanan dan kegembiraan yang meluap-luap atau aktivitas positif yang tidak memenuhi aspek emosi apapun. Lain halnya dengan definisi kebahagiaan dalam perspektif agama Islam yang memandang arti kebahagiaan dengan sesuatu yang sifatnya spiritual seperti adanya perasaan tenang dan damai, ridho dan puas terhadap ketentuan Allah apapun bentuknya, dan lain sebagainya (Aziz 2011, h.11).

Hasil penelitian Findiana (2017) menjelaskan ada hubungan yang kuat antara kecerdasan spiritual dengan tingkat stres dengan arah korelasi yang negatif, semakin tinggi nilai kecerdasan spiritual diikuti semakin rendah tingkat stres, begitu juga sebaliknya semakin rendah nilai kecerdasan spiritual diikuti semakin tinggi tingkat stres.

Efek kombinasi berbagai hormon stres yang dibawa melalui aliran darah ditambah aktivitas neural cabang simpatik dari sistem saraf otonomik berperan dalam respons *fight or flight*. Ini akan menyebabkan sistem simpatik bekerja. Aktivasi sistem simpatik akan menyebabkan vasokonstriksi supaya darah dipompa lebih banyak dalam masa sesaat, di mana stroke volumenya meningkat. Stroke volume yang meningkat akan menyebabkan tekanan darah meningkat (Subramaniam, 2009).

Dari uraian latar belakang di atas peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Hubungan Kecerdasan Spiritual dengan Tingkat Hipertensi Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Wonopringgo Kabupaten Pekalongan”.

## RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah pada penelitian ini “Apakah ada hubungan kecerdasan spiritual dengan tingkat hipertensi pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wonopringgo Kabupaten Pekalongan”.

## TUJUAN PENELITIAN

### 1. Tujuan Umum

Tujuan umum pada penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kecerdasan spiritual dengan tingkat hipertensi pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wonopringgo Kabupaten Pekalongan.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui kecerdasan spiritual pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wonopringgo Kabupaten Pekalongan.
- b. Mengetahui tingkat hipertensi pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wonopringgo Kabupaten Pekalongan.
- c. Mengetahui hubungan kecerdasan spiritual dengan tingkat hipertensi pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wonopringgo Kabupaten Pekalongan.

## DESAIN PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif korelatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*.

## POPULASI

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi di wilayah Puskesmas Wonopringgo Kabupaten Pekalongan pada bulan Desember tahun 2017 sebanyak 591 orang, yang tersebar di 14 desa.

## SAMPEL

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *cluster sampling* dengan sampel sebanyak 55 responden.

## INSTRUMEN PENELITIAN

### 1. Sphygmomanometer air raksa

*Sphygmomanometer* air raksa digunakan untuk mengukur tekanan darah responden.

### 2. Lembar observasi

Lembar observasi digunakan untuk mencatat hasil pengukuran tekanan darah yang kemudian dikategorikan ke dalam tingkat hipertensi berdasarkan klasifikasi hipertensi.

### 3. Kuesiner kecerdasan spiritual

Kuesioner variabel kecerdasan spiritual dalam penelitian ini menggunakan alat tes yang dirumuskan oleh Prof. Khalil A. Khavari (2006, hh.40-41). Kuesioner ini terdiri dari 25 pernyataan, bentuk pernyataan kuesioner merupakan pernyataan tertutup (*closed ended*) dengan pilihan jawaban “Selalu”, “Sering”, “Kadang-kadang”, “Tidak pernah”. Pemberian skor untuk jawaban “Selalu” diberi skor 4, “Sering” diberi skor 2, “Kadang-kadang” diberi skor 1 dan “Tidak pernah” diberi skor 0.

## TEKNIK ANALISA DATA

### 1. Analisis Univariat

Analisa univariat dalam penelitian yang dilakukan ini adalah untuk mengetahui frekuensi dan proporsi kecerdasan spiritual dan tingkat hipertensi pasien hipertensi di wilayah Puskesmas Wonopringgo Kabupaten Pekalongan.

## 2. Analisis Bivariat

Analisa bivariat ini digunakan untuk mengetahui hubungan kecerdasan spiritual dengan tingkat hipertensi pasien hipertensi di wilayah Puskesmas Wonopringgo Kabupaten Pekalongan. Pada penelitian yang dilakukan ini uji statistik yang digunakan adalah uji statistik *Korelasi Spearman Rank (rho)* karena untuk mengetahui adanya hubungan variabel bebas dan variabel terikat dengan skala data ordinal dan ordinal

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### 1. Gambaran kecerdasan spiritual pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wonopringgo Kabupaten Pekalongan

Hasil analisis deskriptif dari kecerdasan spiritual pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wonopringgo Kabupaten Pekalongan menunjukkan bahwa sebagian besar (69,1%) responden memiliki tingkat kecerdasan spiritual dalam kategori tinggi yaitu 38 responden dan tidak ada responden yang memiliki kecerdasan spiritual yang rendah. Kecerdasan spiritual yang tinggi juga ditunjukkan pada hasil analisa berdasarkan item pertanyaan, yang mempunyai rata-rata skor tertinggi yaitu pertanyaan "Apakah hati Anda mencintai Tuhan?" dan "Apakah Anda beribadah setiap hari?", yang mempunyai rata-rata skor 4. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa responden penelitian ini memiliki kecintaan yang tinggi pada Tuhan yang juga ditunjukkan melalui peribadahan setiap hari, yang merupakan salah satu karakteristik orang cerdas secara spiritual.

Kecerdasan spiritual yang tinggi dalam penelitian ini dapat dikarenakan seluruh responden adalah umat beragama. Wilayah Kecamatan Wonopringgo Kabupaten Pekalongan merupakan lingkungan masyarakat yang memiliki tradisi dan budaya yang kental dengan nilai spiritual. Hal ini dapat dilihat melalui banyaknya pondok-pondok pesantren, banyak kegiatan keagamaan seperti kegiatan pengajian rutin seminggu sekali dan lain-lain di Wilayah Kecamatan

Wonopringgo Kabupaten Pekalongan. Hal ini sesuai dengan pernyataan Kurniasih (2010) bahwa manusia dapat merasa memiliki makna dari berbagai hal, agama (*religi*) mengarahkan manusia untuk mencari makna dengan pandangan yang lebih jauh dan bermakna di hadapan Tuhan. Inilah makna sejati yang diarahkan oleh agama, karena sumber makna selain Tuhan tidaklah kekal. Hal ini sesuai dengan definisi kecerdasan spiritual menurut Agustian (2008) adalah kemampuan memberi makna ibadah terhadap setiap perilaku dan kegiatan melalui langkah-langkah dan pemikiran yang bersifat fitrah, menuju manusia yang seutuhnya dan memiliki pola pemikiran integralistik serta berprinsip hanya karena Tuhan.

Hal yang senada juga diungkapkan Ahmad (2009) bahwa yang paling sempurna kecerdasan spiritual harus bersumber dari ajaran agama yang dihayati sehingga seseorang yang beragama sekaligus akan menjadi orang yang memiliki kecerdasan spiritual yang tinggi. Kecerdasan spiritual yang sejati merupakan kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan persoalan makna dan nilai, tidak saja terhadap manusia, tetapi juga di hadapan Tuhan.

Dalam kehidupan manusia pada umumnya, ada sesuatu yang mendasar terkait dengan kejiwaannya, yakni keyakinan atau agama. Bila mengingkari agama, minimal dalam hati kecilnya tetap mempercayai tentang sesuatu yang inti di dalam agama, yakni percaya adanya kekuatan di luar dirinya yang disebut sebagai Tuhan. Mendapati kenyataan yang seperti ini, dengan agama maka seseorang akan lebih mudah memperoleh kecerdasan spiritual (Azzet, 2013). Semua yang sehat secara spiritual akan merasakan kegembiraan, dapat memaafkan diri mereka dan orang lain, menerima penderitaan dan kematian, melaporkan adanya peningkatan kualitas hidup, dan memiliki pemahaman yang positif tentang kecerdasan fisik dan emosional (Fisch et al, 2003 dalam Perry & Potter, 2010).

Zohar & Marshall (2007) menjelaskan ada tiga sebab yang membuat seseorang dapat terhambat secara spiritual, yaitu tidak mengembangkan beberapa bagian dari dirinya sendiri sama sekali, telah mengembangkan beberapa bagian namun tidak proporsional, dan bertentangannya atau buruknya hubungan antara bagian-bagian.

2. Gambaran tingkat hipertensi pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wonopringgo Kabupaten Pekalongan

Hasil analisis deskriptif dari tingkat hipertensi pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wonopringgo Kabupaten Pekalongan menunjukkan bahwa lebih dari separuh (50,9%) responden memiliki tingkat hipertensi dalam kategori hipertensi ringan yaitu 28 responden. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Rahmadesi (2016) yang menunjukkan bahwa derajat hipertensi responden sebagian besar dalam kategori derajat ringan.

Sebanyak 90-95% kasus hipertensi yang terjadi tidak diketahui dengan pasti apa penyebabnya. Para pakar menunjuk stres sebagai tertuduh utama, setelah itu banyak faktor lain yang mempengaruhi, dan para pakar menemukan hubungan antara riwayat keluarga penderita hipertensi (genetik) dengan resiko untuk juga menderita penyakit ini. Umur yang bertambah akan menyebabkan terjadinya kenaikan tekanan darah. Dalam gaya hidup modern yang mengagungkan sukses, kerja keras dalam situasi penuh tekanan, dan stres atau ketegangan jiwa (rasa tertekan, murung, rasa marah, dendam dan rasa takut) dapat merangsang kelenjar anak ginjal melepaskan hormon adrenalin dan memacu jantung berdenyut lebih cepat serta lebih kuat, sehingga tekanan darah akan meningkat. Stres yang terlalu besar dapat memicu terjadinya berbagai penyakit, misalnya sakit kepala, sulit tidur, tukak lambung, hipertensi, penyakit jantung, dan stroke. Selain itu, (Sustrani dkk, 2008).

Teori di atas menjelaskan penyebab tingginya pasien hipertensi di

wilayah kerja Puskesmas Wonopringgo Kabupaten Pekalongan. Sebagian besar warga Kecamatan Wonopringgo Kabupaten Pekalongan memiliki mata pencaharian sebagai pengusaha garmen seperti jeans dan batik. Sebagai pengusaha harus kerja keras dalam situasi penuh tekanan, kejar target mingguan, harus bisa menjual produk, harus kreatif dalam membuat produk yang laku di pasar, harus bisa menggaji karyawan setiap minggunya, harus bisa mencicil hutang bila modal dari pinjaman bank, ditambah dengan persaingan usaha yang saling menjatuhkan, kondisi seperti inilah yang menjadikan rentan stres.

Upaya penanganan terhadap penderita hipertensi dititik beratkan pada faktor yang masih bisa dikendalikan seperti mengubah gaya hidup yang negatif dari penderita hipertensi itu sendiri. Gaya hidup negatif dapat dipengaruhi oleh pola pikir yang kurang baik misalnya karena beban dalam pikiran yang menumpuk dan mekanisme coping yang kurang baik sehingga lama kelamaan mengakibatkan stress. Stres atau ketegangan emosional dapat mempengaruhi sistem kardiovaskular. Secara psikologis stress dapat meningkatkan tekanan darah, oleh sebab itu penderita hipertensi harus mampu mengendalikan stres (Marliani & Tantan, 2007). Hal ini diperkuat oleh hasil penelitian Islami (2015) yang menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara stres dengan hipertensi pada pasien rawat jalan di Puskesmas Rapak Mahang Kabupaten Kutai Kartanegara.

Sebenarnya sangat sederhana dan tidak memerlukan biaya, hanya diperlukan disiplin dan ketekunan menjalankan aturan hidup sehat, sabar dan ikhlas (Jawa : nrimo) dalam mengendalikan perasaan dan keinginan atau ambisi, selalu sabar atau mawas diri untuk ikhlas menerima kegagalan atau kesulitan (Gunawan, 2008).

3. Hubungan kecerdasan spiritual dengan tingkat hipertensi pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wonopringgo Kabupaten Pekalongan

Berdasarkan hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *Spearman Rank* didapatkan nilai  $\rho$  value sebesar 0,001 ( $<0,05$ ), sehingga Ho ditolak, berarti ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan spiritual dengan tingkat hipertensi pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wonopringgo Kabupaten Pekalongan. Nilai korelasi *Spearman* ( $r$ ) sebesar -0,562 menunjukkan bahwa kekuatan hubungan kuat dan karena nilai korelasi  $r$ -nya (-) negatif maka arah korelasinya tidak searah artinya semakin tinggi nilai kecerdasan spiritual diikuti semakin rendah tingkat hipertensi pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wonopringgo Kabupaten Pekalongan.

Korelasi negatif tersebut juga diperkuat melalui tabel silang di atas yang menunjukkan bahwa pada responden yang memiliki kecerdasan spiritual tinggi sebagian besar (68,3%) memiliki hipertensi ringan dan tidak terdapat hipertensi berat, sedangkan pada responden yang memiliki kecerdasan spiritual sedang sebagian besar (69,6%) memiliki hipertensi sedang dan 21,7% hipertensi berat. Hal ini dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi nilai kecerdasan spiritual diikuti semakin rendah tingkat hipertensi pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wonopringgo Kabupaten Pekalongan.

Hasil penelitian ini mendukung hasil penelitian Munawara (2017) yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat religiusitas dengan tingkat tekanan darah penderita hipertensi pada dewasa setengah baya (madya) di Pedukuhan Karang Tengah Gamping Sleman Yogyakarta. Hasil penelitian ini juga mendukung hasil penelitian Rahmadesi (2016) yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan derajat hipertensi di Desa Tanjungsari, Kecamatan Pacitan.

Dusek dan Benson (2009, dalam Azizah 2015) menjelaskan bahwa tekanan darah dipengaruhi oleh psikologis sehingga dengan mengelola stres yang baik dapat mengurangi ataupun menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Orang yang memiliki taraf kecerdasan spiritual tinggi mampu menjadi lebih bahagia dalam menjalani hidup dibandingkan mereka yang taraf kecerdasan spiritualnya rendah. Seseorang yang memiliki kecerdasan spiritual tinggi akan memunculkan sikap selalu bersyukur (Zohar & Marshall, 2007). Karakteristik seseorang yang memiliki potensi kecerdasan spiritual yang tinggi salah satunya memiliki moral yang tinggi, mampu memahami nilai-nilai kasih sayang, cinta, penghargaan kepada orang lain, senang berinteraksi, cenderung selalu merasa gembira dan membuat orang lain gembira (Sinetar, 2001, dalam Safaria, 2007).

Orang yang memiliki kecerdasan spiritual tinggi akan lebih bahagia orang yang bahagia akan melepaskan hormone endorphin yang dapat membantu menurunkan tekanan darah dan orang yang memiliki kecerdasan spiritual tinggi tidak mudah stres sehingga dapat mengatasi efek buruk dari hormon stres seperti adrenalin dan kortisol terhadap fungsi pembuluh darah atau dengan mempercepat produksi nitrogen monoksida dalam tubuh, yang merelaksasi lapisan dalam arteri dan membuat aliran darah lebih efisien (Kowalski, 2010).

Kecerdasan spiritual berperan mengendalikan dan memberdayakan dengan mengakses kecerdasan emosional dan kecerdasan intelektual. pengendalian dan pemberdayaan oleh kecerdasan spiritual yang mendasar dan permanen ini dilakukan dengan mengakses suasana perasaan dan fokus pikiran setiap saat. Kecerdasan spiritual yang bersumber dari kuasa Tuhan yang mampu memulihkan jiwa yang remuk, batin yang terluka, dan stres berat serta tubuh yang sakit (Yuwono, 2010).

Dalam Al-Qur'an disebutkan dalam Surat Ar-Ra'd Ayat 28 yang artinya :

*“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram”.*

Makna dari ayat tersebut di atas bahwasanya dalam menjalani kehidupan hendaknya selalu mengingat Allah SWT, segala sesuatu ketika dihadapi dengan mengingat Allah maka segala sesuatunya akan terasa mudah dan hati menjadi tenram.

Spiritualitas merupakan dimensi penting yang harus diperhatikan dalam penilaian kualitas hidup, karena gangguan spiritualitas akan menyebabkan gangguan berat secara psikologis termasuk keinginan bunuh diri (Bele dkk., 2012 dalam Mailani, 2015). Pasien hipertensi yang memiliki kecerdasan spiritual tinggi dapat memaknai peristiwa dalam hidupnya dengan pikiran yang positif, sehingga tidak mudah cemas, stres dan depresi.

Allah SWT berfirman (QS. Al-Baqoroh : 155-156) yang artinya *Dan sungguh akan kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar.* (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpakan musibah, mereka mengucapkan: “Inna lillaahi wa innaa ilaihi raaji'uun”. Surat Ali Imran ayah 139 yang artinya “Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamu lah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman”. Seorang muslim yang mempunyai kecerdasan spiritual tinggi mampu memaknai arti dari ayat tersebut. Makna yang terkandung dari ayat tersebut menjelaskan bahwa cobaan, musibah, penyakit semua datangnya dari Tuhan, dan dijelaskan bahwa manusia diingatkan agar dalam menghadapi segala permasalahan hidup ini hendaknya tetap tegar dan tidak mudah jatuh dalam depresi, dengan tetap menjaga keimanan, sabar dan bersyukur.

## SIMPULAN

1. Sebagian besar (69,1%) responden memiliki tingkat kecerdasan spiritual dalam kategori tinggi yaitu 38 responden.
2. Lebih dari separuh (50,9%) responden memiliki tingkat hipertensi dalam kategori hipertensi ringan yaitu 28 responden.
3. Ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan spiritual dengan tingkat hipertensi pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wonopringgo Kabupaten Pekalongan, didapatkan nilai  $\rho$  value sebesar 0,001 ( $<0,05$ ) dan nilai korelasi Spearman ( $r$ ) sebesar -0,562 menunjukkan bahwa kekuatan hubungan kuat dengan arah korelasi tidak searah artinya semakin tinggi nilai kecerdasan spiritual diikuti semakin rendah tingkat hipertensi pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wonopringgo Kabupaten Pekalongan.

## SARAN

1. Bagi profesi keperawatan

Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan dalam pemberian asuhan keperawatan dalam memberikan asuhan keperawatan yang mengacu pada spiritualitas pasien maupun penerimaan diri terhadap peristiwa hidup dan dapat menjadi tambahan literatur bagi tenaga kesehatan khususnya bidang keperawatan.

2. Bagi institusi pendidikan keperawatan

Penelitian ini dapat menjadi tambahan literatur bagi institusi STIKES Muhammadiyah Pekajangan mengenai aspek kecerdasan spiritual guna menciptakan karakteristik perawat dengan spiritualitas tinggi guna memenuhi kebutuhan spiritual pasien hipertensi.

3. Bagi peneliti lain

Hasil penelitian ini merupakan data dasar untuk penelitian selanjutnya. Peneliti berharap adanya penelitian lanjut terkait faktor-faktor lain yang mempengaruhi tingkat hipertensi.

## REFERENSI

- Agustian, A. G. 2008, *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual ESQ: Emotional Spiritual Quotient Berdasarkan 6 Rukun Iman*

- dan 5 Rukun Islam*, ARGA Publishing, Jakarta.
- Ahmad, J. (2009). Kecerdasan Spiritual. diakses tanggal 4 Agustus 2018 <<http://biropersonal.metro.polri.web.id/index.php>>.
- Ahmadi 2009, *Psikologi Umum*, Rineka Cipta, Jakarta.
- Andria, K. M. 2013. *Hubungan antara Perilaku Olahraga, Stres dan Pola Makan dengan Tingkat Hipertensi pada Lanjut Usia di Posyandu Lansia Kelurahan Gebang Putih Kecamatan Sukokilo Kota Surabaya*. Jurnal Promkes, Vol.1, No.2.
- Aziz, Rahmat 2011, *Pengalaman Spiritual dan Kebahagiaan Pada Guru Agama Sekolah Dasar*, Proyeksi. Vol. 6 (2), 1-11, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Malang.
- Azizah, R. (2015). *Hubungan antara Tingkat Stress dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Wonopringgo Pekalongan*. Skripsi. Pekalongan : STIKES Muhammadiyah Pekajangan.
- Azzet, A. M. (2013). *Kecerdasan Spiritual Tidak Berhubungan dengan Agama?*. diakses tanggal 4 Agustus 2018. <<http://amazzet.com>>.
- Blais 2007, Praktik Keperawatan Profesional Konsep Perspektif, Edisi 4, EGC, Jakarta.
- Dame, R R 2013, *Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual Dengan Depresi Pada Penyandang Cacat Pasca Kusta Di Liposos Donorojo Binaan Yastimakin Bangsri Jepara*, Jurnal Psikologi, Universitas Negeri Semarang.
- Dinkes Kab. Pekalongan (2015). *Profil Kesehatan Kabupaten Pekalongan*. Pekalongan : Dinkes.
- Dinkes Prov. Jateng (2016). *Profil Kesehatan Jawa Tengah*. Semarang : Dinkes Prov. Jateng.
- Direktorat Pengendalian Penyakit Tidak Menular. (2013). *Pedoman Teknis Penemuan dan Tata laksana Hipertensi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Findiana, M. (2017). *Hubungan Kecerdasan Spiritual dengan Tingkat Stres pada Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Terapi Hemodialisa di RSUD Kraton Pekalongan*. Skripsi. Pekalongan : STIKES Muhammadiyah Pekajangan.
- Girsang, D. (2013). Hipertensi. Diakses tanggal 23 Agustus 2017. <<http://kardioipdrscm.com>>.
- Gunawan, L. (2008). *Hipertensi Tekanan Darah Tinggi*. Yogyakarta : Kanisius.
- Hidayat, AAA (2009), *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*, Jakarta : Salemba Medika.
- Islami, K. I. (2015). *Hubungan antara Stres Dengan Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan di Puskesmas Rapak Mahang Kabupaten Kutai Kartanegara Provinsi Kalimantan Timur*. Skripsi. Surakarta : UMS.
- Kemenkes RI. (2013). *Riset Kesehatan Dasar (RISKESDA 2013)*. Jakarta: Balitbang. Kemenkes RI.
- \_\_\_\_\_ (2014). *Infodatin : Hipertensi*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Khavari, K. A. 2006, *Spiritual Intelligence: A Practical Guide to Personal Happiness*, Terjemahan Prihantoro, Serambi Ilmu Semesta, Jakarta.
- Kowalski, R. 2010, *Terapi Hipertensi Program 8 Minggu Menurunkan Tekanan Darah Tinggi dan Mengurangi Risiko Serangan Jantung dan Stroke Secara Alami*, Mizan Media Utama, Bandung
- Kurniasih, I. (2010). *Mendidik SQ Anak Menurut Nabi Muhammad SAW*. Yogyakarta : Pustaka Marwa.
- Laksono. (2011). *Analisis Pengaruh Faktor Stres terhadap Kekambuhan Penderita Hipertensi di Puskesmas Bendosari Sukoharjo*. Skripsi Keperawatan. Surakarta : UMS.

- Mailani, F. (2015). *Pengalaman Spiritualitas pada Pasien Penyakit Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisis*. Jurnal Keperawatan. Medan : Universitas Sumatera Utara.
- Marliani, L., & Tantan (2007). *100 Question & Answer Hipertensi*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Migdol, F. (2012). *Hubungan Kepribadian Tipe A, Kepribadian Tipe B, dan Etos Kerja dengan Kepuasan Kerja Guru-guru SD UPTD Kulawi Kab. Sigi Sulawesi Tengah*. Tesis. Salatiga : Universitas Kristen Satya Wacana.
- Munawara, D. J. (2017). *Hubungan Tingkat Religiusitas terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Pedukuhan Karang Tengah Gamping Sleman Yogyakarta*. Jurnal. Yogyakarta : Universitas 'Aisyiyah.
- Muttaqin, A. (2012). *Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler*. Jakarta : Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S 2010, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta.
- \_\_\_\_\_. 2012, *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*, Rineka Cipta, Jakarta.
- Nursalam 2008, *Konsep & penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pedoman skripsi, tesis dan instrument penelitian keperawatan*, edisi pertama, Salemba Medika, Jakarta.
- Palmer, A and Williams, B. (2007). *Simple Guides : Tekanan Darah Tinggi*. Jakarta: Erlangga.
- Potter & Perry (2010), *Fundamental keperawatan*, Terjemahan. FN Adrina dan A Marina, edk 7. Jakarta : Sagung Seto.
- Rahmadesi, P. D. (2016). *Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Derajat Hipertensi di Desa Tanjungsari Kecamatan Pacitan*. Skripsi. Surakarta : UMS.
- Rasmun (2009). *Stress, Koping dan Adaptasi : Teori dan Pohon Masalah*, Jakarta : Sagung Seto.
- Rindiyani dan Gunawan 2014, *Hubungan antara Kecerdasan Spiritual dengan Kinerja Perawat Pelaksana dalam Memberikan Asuhan Keperawatan di Ruang Rawat Inap RSUD Kajen Kabupaten Pekalongan*, Skripsi Keperawatan, STIKes Muhammadiyah Pekajangan, Pekalongan.
- Riyanto, A. (2009). *Pengolahan dan analisis data kesehatan : dilengkapi data validitas dan realibilitas serta aplikasi program SPSS*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Robbins, S. P. & Timothy, A. J. (2008). *Perilaku Organisasi (Organizational Behavior) Edisi 12*. Jakarta : Salemba Empat.
- Safaria, T. 2007, Spritual Intellegence Metode Pengembangan Kecerdasan Spiritual Anak, Graha Ilmu, Yogyakarta.
- Smeltzer S. dan Bare B. 2011 . *Buku ajar keperawatan Medikal Bedah Brunner & Suddarth* edisi 8. Volume 2. Jakarta: EGC.
- Subramaniam, V. (2009). *Hubungan antara Stres dan Tekanan Darah Tinggi pada Mahasiswa*. ISM, VOL.2 NO.1, JANUARI-APRIL, HAL.4-7. Bali : Universitas Udayana.
- Sunaryo (2014). *Psikologi untuk Keperawatan*. Jakarta : EGC
- Sustrani, L., Alam, S. & Hadibroto, I. (2008). *Hipertensi*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Taufiqurrohman. (2015). *Berdamai dengan Stres*. Yogyakarta: Pusat Ilmu.
- Wahdah, N. (2011). *Menaklukan Hipertensi dan Diabetes*. Yogyakarta : Multi Solusindo.
- Wawan, A & Dewi, M 2010, *Teori Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*, Nuha Medika, Yogyakarta.

Widi, Nugroho 2008, *Laws of Spiritual, Bhuana Ilmu Populer*, Jakarta.

Widyanto, F. C., & Triwibowo, C. (2013). *Trend Disease*. Jakarta: Trans Info Media.

Wijaya, AS & Putri, YM. (2013). *KMB 1 Keperawatan Medikal Bedah*, Nuha Medika, Yogyakarta

Winardi, (2007). *Manajemen Prilaku Organisasi*. Jakarta: Kencana Prenada Media.

Yasinta, N. I. (2009). *Hubungan antara Kepribadian dengan Hipertensi*. Skripsi. Malang : Universitas Negeri Malang.

Yosep, I 2010, *Keperawatan Jiwa*, Refika Aditama, Bandung.

Yuwono, B. (2010). *SQ reformation: Rahasia pribadi cerdas spiritual genius hakiki*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama

Zohar, D. dan Marshall, I. 2007, *Kecerdasan Spiritual*, Terjemahan Astuti, R., Mizan Pustaka, Bandung.