

SKRIPSI

**HUBUNGAN *SELF-EMOTION APPRAISAL* DENGAN DISTRES
PSIKOLOGIS PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH
KERJA UPTD PUSKESMAS MENGWI I
TAHUN 2026**



Oleh :

PUTU DINDA FEBBYLIA AGVIANTHY
NIM. P07120222069

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2026**

SKRIPSI
HUBUNGAN *SELF-EMOTION APPRAISAL* DENGAN DISTRES
PSIKOLOGIS PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH
KERJA UPTD PUSKESMAS MENGWI I
TAHUN 2026

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan Keperawatan

Oleh :
PUTU DINDA FEBBYLIA AGVIANTHY
NIM. P07120222069

POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2026

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

HUBUNGAN *SELF-EMOTION APPRAISAL* DENGAN DISTRES PSIKOLOGIS PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS MENGWI I TAHUN 2026

Diajukan oleh :

PUTU DINDA FEBBYLIA AGVIANTHY
NIM. P07120222069

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :



I Nengah Sumirta, SST,S.Kep.Ns.M.Kes
NIP.196502251986031002

Pembimbing Pendamping :



I Wayan Candra, S.Pd.,S.Kep.,Ns.M.Si
NIP.196510081986031001

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



I Made Sukarja, S.Kep.,Ners.,M.Kep
NIP.196812311992031020

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN *SELF-EMOTION APPRAISAL* DENGAN DISTRES PSIKOLOGIS PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS MENGWI I TAHUN 2026

Diajukan oleh :

PUTU DINDA FEBBYLIA AGVIANTHY
NIM. P07120222069

TELAH DIUJI DIHADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SENIN

TANGGAL : 22 JUNI 2026

TIM PENGUJI :

I Gusti Ayu Harini, SKM.,M.Kes	(Ketua Penguji)	
NIP. 196412311985032011		
Ns. Asih Devi Rahmayanti, S.Kep.,M.Kep	(Anggota)	
NIP. 199412132025062005		
Ni Luh Gede Ari Kresna Dewi, S.Kep.,Ners.,M.Kep	(Anggota)	
NIP. 198310182006042001		

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR




I Made Sukaria, S.Kep.,Ners.,M.Kep
NIP.196812311992031020

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Putu Dinda Febbylia Agvianthy
NIM : P07120222069
Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan : Keperawatan
Tahun Akademik : 2026
Alamat : Br. Dinas Dauh Pangkung, Desa Umejero, Kec. Busungbiu,
Kab. Buleleng.

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Hubungan *Self Emotion Appraisal* dengan Distres Psikologis Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026 adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Skripsi ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 22 Juni 2026

Yang membuat pernyataan



Putu Dinda Febbylia Agvianthy

NIM. P07120222069

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-EMOTION APPRAISAL AND
PSYCHOLOGICAL DISTRESS IN HYPERTENSION PATIENTS IN
THE WORKONG AREA OF UPTD PUSKESMAS
MENGWII IN 2026**

ABSTRACT

Hypertension is characterized by elevated blood pressure (systolic 140 mmHg/diastolic 90 mmHg). Hypertensive patients often experience emotional pressure and complications that trigger psychological distress. Low self emotion appraisal ability exacerbates this distress due to difficulties in managing emotional pressure. This study aimed to determine the relationship between self-emotion appraisal and psychological distress in hypertensive patients within the working area of UPTD Puskesmas Mengwi I in 2026. This cross sectional correlational analytic study involved 98 respondents selected via purposive sampling. Data were collected using the Wong and Law Emotional Intelligence Scale and the Kessler Psychological Distress Scale questionnaires, then analyzed using the Spearman Rank test to determine the relationship between the independent and dependent variables. The results showed a significant relationship between self-emotion appraisal and psychological distress ($p = 0,002$). This negative correlation indicates that higher self-emotion appraisal is associated with lower levels of psychological distress.

Keywords: *Hypertension, Self Emotion Appraisal, Psychological Distres*

**HUBUNGAN *SELF-EMOTION APPRAISAL* DENGAN DISTRES
PSIKOLOGIS PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH
KERJA UPTD PUSKESMAS MENGWI I TAHUN 2026**

ABSTRAK

Hipertensi ditandai dengan peningkatan tekanan darah (sistolik 140 mmHg/diastolik 90 mmHg). Penderita hipertensi sering mengalami tekanan emosional dan komplikasi yang memicu distres psikologis. Kemampuan *self-emotion appraisal* yang rendah memperburuk *distress* tersebut akibat kesulitan mengelola tekanan emosi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self emotion appraisal* dan *distres psikologis* pada pasien hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Mengwi I tahun 2026. Penelitian ini merupakan penelitian analitik korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian berjumlah 98 responden yang diambil melalui teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *Wong and Law Emotional Intelligence Scale* dan *Kessler Psychological Distress Scale*. Analisis data menggunakan uji Spearman Rank untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan dependen. Hasil analisis statistik menunjukkan adanya hubungan signifikan antara *self emotion appraisal* dan *distress psikologis* ($p = 0,002$). Korelasi negatif ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *self emotion appraisal*, maka semakin rendah tingkat *distres* psikologis.

Kata kunci : Hipertensi, *Self Emotion Appraisal*, *Distres Psikologis*

RINGKASAN PENELITIAN

HUBUNGAN *SELF-EMOTION APPRAISAL* DENGAN DISTRES PSIKOLOGIS PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS MENGWI I TAHUN 2026

Oleh : Putu Dinda Febbylia Agvianthy

Modernisasi telah mengubah gaya hidup manusia menjadi kurang beraktivitas fisik dan cenderung mengonsumsi makanan tidak sehat, yang memicu lonjakan kasus penyakit jantung serta hipertensi. Kondisi kronis ini sering kali memicu tekanan emosional, kecemasan berlebih terhadap komplikasi, dan pengelolaan emosi yang buruk, sehingga penderita hipertensi sangat rentan mengalami distres psikologis. Kemampuan penderita dalam mengenali dan memahami emosinya sendiri yang rendah dapat memperparah distres tersebut dan memicu respons stres tubuh yang berakibat pada peningkatan tekanan darah.

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self emotion appraisal* dengan distres psikologis pada pasien hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026. Secara khusus, penelitian ini dirancang untuk mengidentifikasi tingkat kemampuan penilaian emosi diri pasien, mengidentifikasi tingkat distres psikologis yang mereka alami, serta menganalisis keeratan hubungan di antara kedua variabel tersebut.

Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif non eksperimental dengan desain analitik korelasional melalui pendekatan *cross sectional*. Dari total populasi sebanyak 852 pasien, dipilih sampel sebanyak 98 responden menggunakan teknik *purposive sampling* yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen pengumpulan data yang digunakan berupa kuesioner *Wong and Law Emotional Intelligence Scale* (WLEIS) untuk mengukur *self-emotion appraisal* dan kuesioner *Kessler Psychological Distress Scale* (K10) untuk mengukur tingkat distres psikologis, yang selanjutnya dianalisis menggunakan uji statistik *Spearman Rank* melalui program SPSS.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden (60,2%) memiliki tingkat *self-emotion appraisal* dalam kategori sedang. Sementara itu, tingkat distres psikologis responden didominasi oleh kategori sedang (41,8%) dan berat

(41,8%). Berdasarkan analisis uji *Spearman Rank*, diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,002 ($< 0,05$) dengan koefisien korelasi sebesar -0,308. Hasil ini membuktikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan arah negatif antara *self-emotion appraisal* dengan distres psikologis pada pasien hipertensi di UPTD Puskesmas Mengwi I. Artinya, semakin tinggi atau baik kemampuan pasien dalam menilai dan memahami emosi dirinya, maka akan semakin rendah tingkat distres psikologis yang dialaminya.

KATA PENGANTAR

Puja dan puji syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan Rahmat-Nya lah peneliti dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “Hubungan *Self Emotion Appraisal* Dengan Distres Psikologis Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026” dengan tepat waktu dan sesuai dengan harapan. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar Jurusan Keperawatan untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Keperawatan.

Skripsi ini dapat diselesaikan bukan semata – mata atas usaha sendiri, namun juga berkat dorongan serta bantuan dari berbagai pihak, untuk itu melalui kesempatan ini peneliti mengucapkan banyak terimakasih kepada :

1. Ibu Dr. Erika Yulita Ichwan, SST., M.Keb., selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan izin dalam menempuh Pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar.
2. Bapak Ns. I Made Sukarja, S.Kep., M.Kep., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan bimbingan secara tidak langsung selama pendidikan di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar serta dukungan moral dan perhatian kepada peneliti.
3. Ibu Ns. Nengah Runiari, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat., selaku Ketua Program Studi S.Tr Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan bimbingan selama pendidikan di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar.

4. Kepada Bapak I Nengah Sumirta, SST,S.Kep,Ns,M.Kes selaku pembimbing utama, yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam membantu serta memberikan masukan, bimbingan dan saran selama bimbingan kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Kepada Bapak I Wayan Candra,S.Pd.,S.Kep.,Ns.M.Si selaku pembimbing pendamping, yang telah banyak membantu dan memberikan pengetahuan, bimbingan, arahan, serta masukan kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Kepada Ibu N.L.K. Sulisnadewi, M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.An selaku pembimbing akademik yang memberikan saran dan dukungan yang membangun serta mendorong untuk tetap semangat dalam menempuh pendidikan dan penyelesaian skripsi ini.
7. Kepada para staf di Puskesmas Mengwi I yang telah memberikan kesempatan dan memberikan bantuan kepada peneliti dalam memperoleh informasi yang dibutuhkan dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Kepada keluarga peneliti, khususnya orang tua peneliti Bapak Kadek Agus Juliawan dan Ibu Kadek Epik Eliadi yang selalu mendukung dengan segala kemampuan dan memberikan dukungan berupa materi, moral serta doa dari awal perkuliahan sampai terselesainya skripsi ini.
9. Saudara kandung peneliti Made Yuanita Pristina Prabhawaty, Ketut Nadya Kirania Maharani dan Putu Gede Satya Narendra yang selalu memberikan doa, dukungan, serta semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan baik.

10. Serta seluruh pihak yang telah membantu penyusunan skripsi ini khususnya keluarga, sahabat, teman – teman yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari masih banyak terdapat kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, peneliti berharap adanya masukan berupa kritik ataupun saran yang bersifat membangun sehingga dapat menyempurnakan skripsi ini. Harapan peneliti, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan menambah wawasan terutama bagi peneliti serta bermanfaat bagi pembaca.

Denpasar, 10 Januari 2026

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL

HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
ABSTRAK.....	vii
RINGKASAN PENELITIAN.....	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah Penelitian.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Hipertensi.....	6
B. <i>Self Emotion Appraisal</i> Hipertensi	12
C. Distres Psikologis Pada Pasien Hipertensi.....	16
D. Hubungan <i>Self Emotion Appraisal</i> dengan Distres Psikologis pada Pasien Hipertensi.....	21

BAB III KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep.....	24
B. Variabel dan Definisi Operasional.....	25
C. Hipotesis	28

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	29
B. Alur Penelitian	30

C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	31
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	31
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	33
F. Pengolahan dan Analisis Data	36
G. Etika Penelitian.....	39
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	41
B. Pembahasan Hasil Penelitian	51
C. Kelemahan Penelitian	56
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan.....	57
B. Saran	57
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Hipertensi Menurut American Heart Association.....	6
Tabel 2	Definisi Operasional Hubungan <i>Self Emotion Appraisal</i> dengan Distres Psikologis Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026.....	26
Tabel 3	Distribusi Frekuensi Subjek Penelitian Berdasarkan Karakteristik Usia di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026.....	42
Tabel 4	Distribusi Frekuensi Subjek Penelitian Berdasarkan Karakteristik Jenis Kelamin di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026.....	43
Tabel 5	Distribusi Frekuensi Subjek Penelitian Berdasarkan Karakteristik Pendidikan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026.....	44
Tabel 6	Distribusi Frekuensi Subjek Penelitian Berdasarkan Karakteristik Pekerjaan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026.....	44
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Subjek Penelitian Berdasarkan Karakteristik Status Perkawinan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026.....	44
Tabel 8	Distribusi Skor Subjek Penelitian Berdasarkan Tingkat <i>Self Emotion Appraisal</i> di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026.....	45
Tabel 9	Distribusi Skor Subjek Penelitian Berdasarkan Tingkat Distres Psikologis di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026.....	47
Tabel 10	Distribusi Frekuensi Subjek Penelitian Berdasarkan Tingkat <i>Self Emotion Appraisal</i> di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026.....	49
Tabel 11	Distribusi Frekuensi Subjek Penelitian Berdasarkan Tingkat Distres Psikologis di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026.....	49
Tabel 12	Analisis Hubungan <i>Self Emotion Appraisal</i> Dengan Distres Psikologis Subjek Penelitian di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026.....	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Konsep Penelitian Hubungan Self Emotion Appraisal dengan Distres Psikologis Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026	24
Gambar 2	Alur Penelitian Hubungan <i>Self Emotion Appraisal</i> dengan Distres Psikologis Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026	30

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Penelitian
- Lampiran 2 Realisasi Anggaran Biaya
- Lampiran 3 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 4 Lembar Persetujuan Setelah Penjelasan *Informed Consent*
- Lampiran 5 Kuisisioner Pengumpulan Data
- Lampiran 6 Master Table Responden
- Lampiran 7 Master Table Kuisisioner *Self Emotion Appraisal*
- Lampiran 8 Master Table Kuisisioner Distres Psikologis
- Lampiran 9 Hasil Analisis Data
- Lampiran 10 Uji Normalitas
- Lampiran 11 Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 12 Surat Ijin Pengambilan Data Penelitian
- Lampiran 13 Persetujuan Etik
- Lampiran 14 Lembar Bimbingan Skripsi
- Lampiran 15 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 16 Bukti Penyelesaian Administrasi
- Lampiran 17 Surat Persetujuan Publikasi
- Lampiran 18 Hasil Turnitin