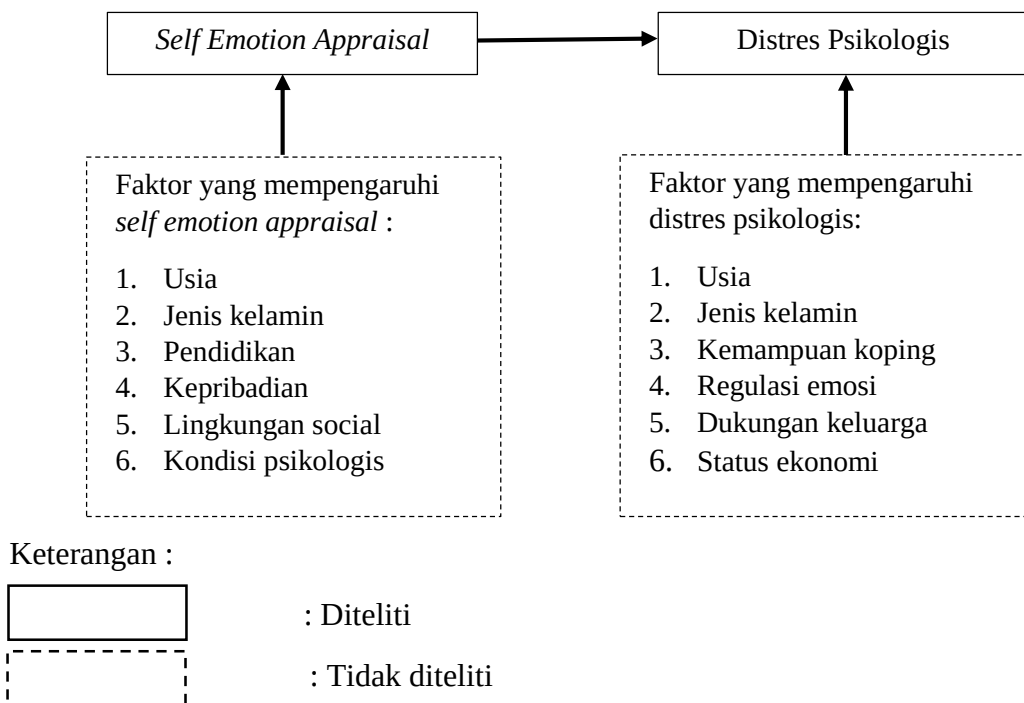


BAB III

KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep

Kerangka konsep penelitian adalah suatu representasi yang disederhanakan dari realitas tertentu, yang bertujuan untuk memungkinkan komunikasi dan pembentukan teori yang menjelaskan hubungan antara variabel. Hal ini membantu peneliti dalam mengaitkn temuan mereka dengan teori yang ada (Sugiyono, 2023). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan *Self Emotion Appraisal* dengan Distres Psikologis pada Pasien Hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Mengwi I 2026. Adapun kerangka konsep dari penelitian ini seperti gambar di bawah ini :



Gambar 1 Kerangka Konsep Penelitian Hubungan Self Emotion Appraisal dengan Distres Psikologis Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026

B. Variabel dan Definisi Operasional

1. Variabel penelitian

Menurut Sugiyono, (2023) variabel penelitian adalah semua elemen yang ditetapkan oleh peneliti untuk diselidiki, yang bertujuan untuk memperoleh informasi tentang suatu subjek tertentu dan kemudian membuat kesimpulan berdasarkan hasilnya.

a. Variabel bebas

Menurut Sugiyono, (2023) variabel bebas atau *independent variable* adalah variabel yang nilainya memiliki pengaruh terhadap variabel lainnya. Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). Variabel bebas bias disesuaikan, diamati, dan diukur untuk memahami korelasinya dengan variabel lain. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *self emotion appraisal*.

b. Variabel terikat

Menurut Sugiyono, (2023) variabel terikat atau *dependent variable* adalah variabel yang diperhatikan dan diukur untuk menentukan apakah terdapat korelasi atau dampak dari variabel *independen*. Variabel terikat yang diambil dalam penelitian ini adalah distres psikologis.

2. Definisi operasional

Menurut Sugiyono, (2023) definisi operasional merujuk pada definisi suatu konsep yang didasarkan pada karakteristik yang dapat diamati atau diukur. Definisi operasional merupakan bagian penting dari sebuah penelitian karena menjelaskan bagaimana suatu variabel akan diukur, dan ini akan memberikan bantuan kepada peneliti lain yang berniat menggunakan variabel yang serupa. Definisi operasional

memegang peranan krusial karena menetapkan alat atau instrumen yang akan digunakan dalam proses pengumpulan data penelitian. Definisi Operasional variabel dijelaskan pada tabel 2.

Tabel 2
Definisi Operasional Hubungan Self Emotion Appraisal dengan Distres Psikologis Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD

Variabel	Definisi Operasional	Cara Pengukuran	Skala Ukur
(1)	(2)	(3)	(4)
Variabel independen <i>Self Emotion Appraisal</i>	<i>SEA</i> adalah kemampuan seseorang untuk mengetahui kondisi emosional yang ada di dalam dirinya serta emosi yang dapat diekspresikan kepada orang lain. Dimensi yang diukur yaitu kesadaran terhadap emosi diri, pemahaman terhadap emosi, kemampuan mengidentifikasi perubahan emosi dan kemampuan mengekspresikan emosi diri.	<i>WLEIS (Wong and Low Emotional Intelligence Scale</i> , yang terdiri dari 16 pertanyaan dengan skor terendah 1 dan tertinggi 5. Likert : 1 = sangat tidak setuju 2 = tidak setuju 3 = netral 4 = setuju 5 = sangat setuju	Ordinal Kategori nilai <i>WLEIS</i> : 16-37 = rendah 38-58 = sedang 59-80 = tinggi
Variabel Dependen Distres Psikologis	Distres psikologis merupakan kondisi ketidaknyamanan emosional yang ditandai oleh munculnya stres, kecemasan, depresi, serta	<i>Kessler Psychological Distres Scale (K10)</i> yang terdiri dari 10 pertanyaan	Ordinal Kategori <i>Kessler Psychological Distres Scale (K10)</i>

(1)	(2)	(3)	(4)
	perasaan tertekan yang berkepanjangan. Dimensi yang diukur yaitu kecemasan dan depresi yang menggambarkan tingkat tekanan psikologis yang dirasakan.	dengan skor terendah 1 dan tertinggi 5. Likert : 1 = tidak pernah 2 = jarang 3 = kadang-kadang 4 = hampir selalu 5 = senantiasa/selalu	Ordinal Kategori <i>Kessler Psychological Distres Scale (K10)</i> 10-15 = distres rendah 16-21 = distres ringan 22-29 = distres sedang 30-50 = distres berat

C. Hipotesis

Menurut Sugiyono, (2023) hipotesis adalah pendapat awal yang diberikan sebagai jawaban sementara terhadap rumusan masalah atau pertanyaan penelitian. Hipotesis dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang bermakna antara *self emotion appraisal* dengan distres psikologis pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026.

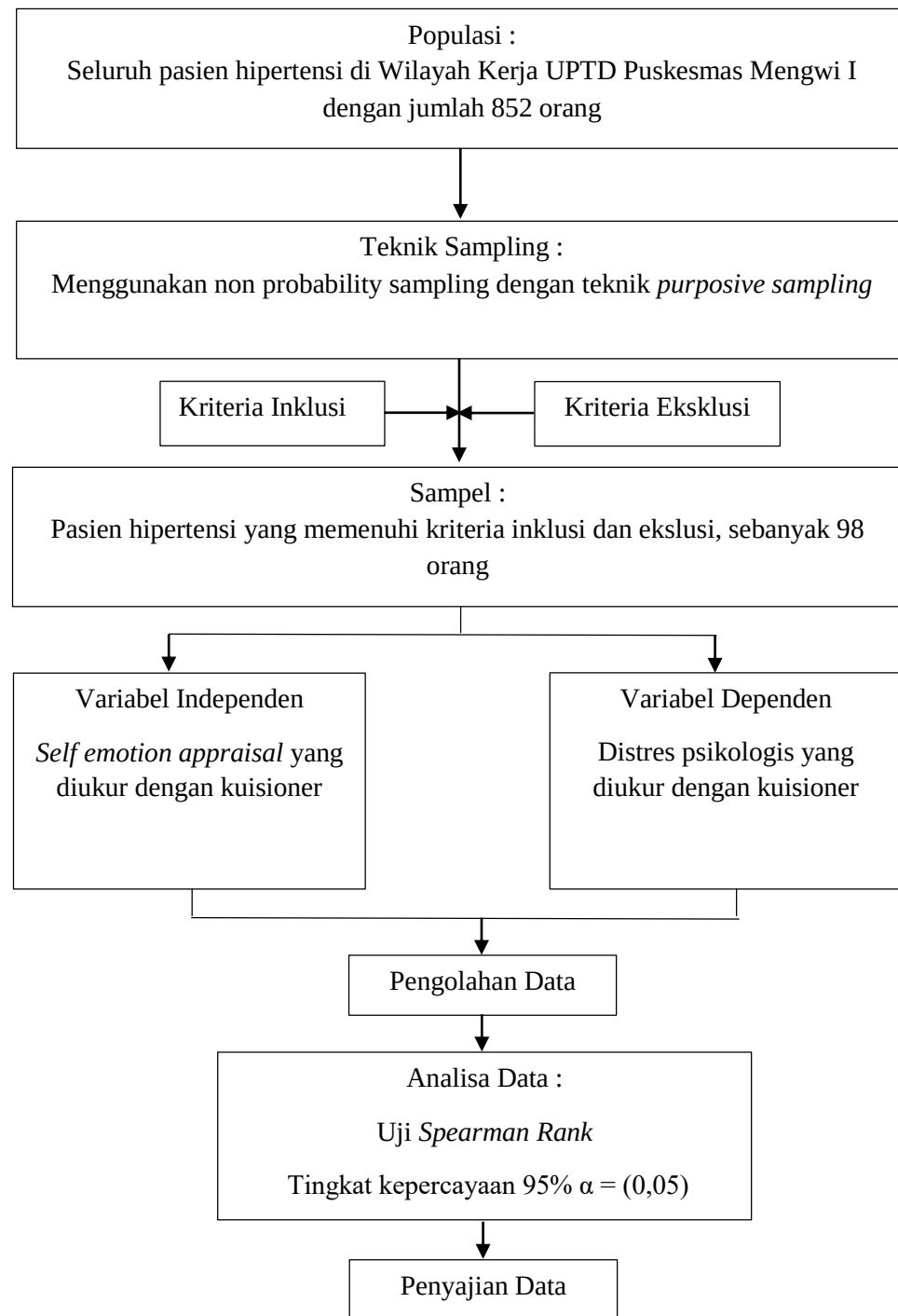
BAB IV

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan metode kuantitatif non eksperimental. Penelitian kuantitatif non ekperimental adalah jenis penelitian yang tidak memberikan intervensi atau perlakuan kepada responden (Widodo dkk., 2023). Rancangan penelitian menggunakan desain analitik korelasional dengan pendekatan *cross sectional* yaitu jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran atau observasi data variabel independen dengan dependen hanya satu kali saja (Widodo dkk., 2023). Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan *self emotion appraisal* dengan distres psikologis pada pasien hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026.

B. Alur Penelitian



Gambar 2 Alur Penelitian Hubungan *Self Emotion Appraisal* dengan Distres Psikologis Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026

C. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Kabupaten Badung dengan dasar pertimbangan peningkatan angka kejadian hipertensi. Penelitian ini telah dilakukan pada bulan Maret – Mei Tahun 2026.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi penelitian

Populasi adalah wilayah generalisasi yang mencakup karakteristik atau kualitas tertentu yang telah ditetapkan oleh para peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2023). Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Mengwi I dengan jumlah 852 orang.

2. Sampel penelitian

Sampel merupakan sebagian dari jumlah karakteristik yang ada dalam populasi (Sugiyono, 2023). Sampel dalam penelitian ini yaitu pasien hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Mengwi I yang memenuhi kriteria. Kriteria sampel dari penelitian ini adalah :

a. Kriteria inklusi

Kriteria inklusi merupakan karakteristik umum subjek penelitian pada populasi target dan sumber (Adiputra dkk., 2021). Berikut adalah kriteria inklusi yang diterapkan pada penelitian ini :

- 1) Pasien hipertensi yang berusia ≥ 20 tahun.
- 2) Pasien yang bersedia menjadi responden
- 3) Pasien yang bisa berkomunikasi dengan baik dan kooperatif

b. Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi merupakan kriteria dari subjek penelitian yang tidak boleh ada, dan jika subjek memiliki kriteria eksklusi maka subjek harus dikeluarkan dari penelitian (Adiputra dkk., 2021). Berikut adalah kriteria eksklusi yang diterapkan pada penelitian ini :

- 1) Pasien hipertensi yang mengalami gangguan kognitif.
- 2) Pasien hipertensi yang mengundurkan diri di waktu penelitian.

3. Jumlah dan besar sampel

Penentuan besar sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Slovin untuk menentukan jumlah sampel dari populasi yang diketahui jumlahnya (Sugiyono, 2023).

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan:

n: jumlah sampel

N: jumlah populasi

e: tingkat kesalahan (error) = 10% (0,10)

Maka dari total populasi yaitu 852 penderita hipertensi, jadi besar sampelnya adalah:

$$n = \frac{852}{1 + 852(0,1)^2}$$

$$n = \frac{852}{1 + 852(0,1)}$$

$$n = \frac{852}{1 + 8,52}$$

$$n = \frac{852}{9,52}$$

$$n = 89,45$$

$$n \approx 89$$

Jadi jumlah sampel yang diteliti adalah 89 orang. Untuk mengantisipasi kemungkinan terjadinya drop out, data yang tidak lengkap atau responden yang tidak bersedia melanjutkan partisipasi selama proses pengumpulan data, maka peneliti menambahkan jumlah sampel sebesar 10% dari total sampel awal. Penambahan sampel dihitung dengan $10\% \times 89 = 8,9$ yang kemudian dibulatkan menjadi 9 responden. Dengan demikian, jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 98 responden.

4. Teknik sampling

Menurut Adiputra (2021), teknik sampling adalah cara yang digunakan untuk menentukan dan memilih sejumlah sampel yang akan dijadikan sumber data penelitian, dengan mempertimbangkan karakteristik serta penyebaran populasi agar sampel yang diperoleh dapat mewakili populasi secara tepat. Teknik sampling yang digunakan penelitian ini dalam pengambilan sampel adalah *non probability sampling* dengan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang dilakukan berdasarkan pertimbangan tertentu dari peneliti sesuai dengan karakteristik populasi yang telah diketahui sebelumnya (Adiputra dkk., 2021).

E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data

1. Jenis data yang dikumpulkan

Jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder. Data primer adalah data yang dikumpulkan secara langsung oleh peneliti dari sumber datanya. Sedangkan data sekunder adalah data yang diperoleh peneliti dari berbagai sumber yang sudah ada. Data primer dalam penelitian ini yaitu dengan

menggunakan kuisioner *Wong and Low Emotional Intelligence Scale (WLEIS)* dan *Kessler Psychological Distres Scale (K10)*. Data sekunder pada penelitian ini didapatkan dari Puskesmas Mengwi I.

2. Cara pengumpulan data

Cara pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa kuisioner. Kuisioner yang digunakan adalah kuisioner untuk mengukur tingkat *self emotion appraisal* serta kuisioner yang mengukur tingkat distres pada pasien hipertensi dan rekam medis untuk mengetahui kejadian hipertensi. Pengumpulan data dilakukan sebagai berikut :

- a. Mengurus surat pengantar untuk mengajukan ijin penelitian kepada Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar melalui bidang Pendidikan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar.
- b. Mengurus berkas dan mengajukan etik penelitian ke Komisi Etik Poltekkes Kemenkes Denpasar.
- c. Mengajukan surat ijin penelitian ke Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Pemerintah Kabupaten Badung.
- d. Mengajukan surat ijin penelitian ke Badan Penanaman Modal Satu Pintu Pemerintah Kabupaten Badung.
- e. Mengajukan surat untuk melakukan penelitian ke UPTD Puskesmas Mengwi I.
- f. Mengumpulkan data sekunder yaitu jumlah kunjungan dan jumlah pasien hipertensi
- g. Melakukan pemilihan sampel yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.
- h. Pendekatan secara informal kepada sampel yang akan diteliti dengan menjelaskan maksud dan tujuan penelitian, serta memberikan lembar

persetujuan dan jika sampel bersedia untuk diteliti maka harus menandatangani lembar persetujuan dan jika sampel menolak untuk diteliti maka peneliti tidak akan memaksa dan menghormati haknya.

- i. Sampel yang bersedia menjadi responden dan sudah menandatangani lembar persetujuan, kemudian diteliti dengan menggunakan alat ukur berupa kuisisioner yang mengukur *self emotion appraisal* dan tingkat distress psikologis yang telah disiapkan kemudian mendampingi dan menjelaskan tata cara pengisian kuisisioner tersebut.
- j. Mengumpulkan kuisisioner yang telah diisi oleh responden.
- k. Melakukan pengecekan ulang secara detail mengenai kelengkapan data yang telah diisi dalam kuisisioner.
- l. Mengolah data yang telah diperoleh dari pengisian kuisisioner.

3. Instrumen pengumpulan data

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan peneliti untuk mengukur dan mengumpulkan data dari variabel yang diukur (Sugiyono, 2023). Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur tingkat kecerdasan emosional tersebut menggunakan kuisisioner. Kuisisioner yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Wong and Low Emotional Intelligence Scale (WLEIS)*. Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur tingkat distress pada pasien hipertensi juga diukur menggunakan kuisisioner yaitu *Kessler Psychological Distress Scale (K10)*.

Uji validitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan kevalidan suatu instrument. Pengujian validitas dilakukan untuk menilai kemampuan instrumen dalam mengukur secara tepat (Widodo dkk., 2023). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisisioner yang sudah diuji validitas oleh peneliti sebelumnya. Peneliti Ramadhani (2016) menunjukkan bahwa instrumen *Wong and*

Low Emotional Intelligence Scale (WLEIS) ini sudah memiliki hasil uji validitas konstruk yang baik berdasarkan analisis faktor yang mempertahankan struktur empat dimensi kecerdasan emosional, diperoleh model fit dengan nilai chi square= 37.776, df = 27, P-Value = 0.0815, RMSEA = 0.027, dan CFI = 0.994.

Pengukuran distres psikologis dalam penelitian ini menggunakan *Kessler Psychological Distres Scale (K10)* yang terdiri dari 10 item pertanyaan untuk menilai gejala kecemasan dan depresi yang dialami individu. Instrumen ini telah diuji validitas dan reliabilitas di Indonesia. Peneliti Hilfi (2025) menunjukkan validitas konstruk yang baik berdasarkan analisis Rasch dengan nilai explained variance sebesar 54,10%. Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach alpha sebesar 0,89 yang menunjukkan bahwa instrumen memiliki konsistensi internal yang tinggi.

F. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan data

Pengolahan data merupakan proses mengubah data mentah yang diperoleh dari hasil pengumpulan data menjadi bentuk yang lebih terstruktur sehingga dapat dianalisis sesuai dengan tujuan dan rumusan peneliti (Widodo dkk., 2023). Tahap – tahap pengolahan data sebagai berikut :

a. Editing

Editing merupakan kegiatan pemeriksaan dan perbaikan terhadap data yang terdapat pada kuisioner. Tahap ini juga mencakup proses klarifikasi untuk memastikan bahwa data yang telah terkumpul tidak menimbulkan kekeliruan pada saat dilakukan analisis data

b. Coding

Coding merupakan proses pemberian kode tertentu pada setiap jawaban responden untuk memudahkan pencatatan dan pengolahan data, dengan cara mengubah data yang berbentuk kalimat atau huruf menjadi data dalam bentuk angka atau bilangan. Dalam penelitian ini data yang diberikan kode yaitu :

Data karakteristik responden:

- 1) Umur : 21-30 (1), 31-40 (2), 41-50 (3), >50 (4)
- 2) Jenis kelamin : Laki-laki (1) dan Perempuan (2)
- 3) Pendidikan : Dasar (1), Menengah (2) dan Tinggi (3)
- 4) Pekerjaan : Bekerja (1) dan Tidak Bekerja (2)

Kuisisioner *self emotion appraisal* :

- 1) Sangat tidak setuju (1)
- 2) Tidak setuju (2)
- 3) Ragu – ragu (3)
- 4) Setuju (4)
- 5) Sangat setuju (5)

Kuisisioner distres psikologis :

- 1) Tidak pernah (1)
- 2) Jarang (2)
- 3) Kadang – kadang (3)
- 4) Hampir selalu (4)
- 5) Senantiasa / selalu (5)

c. Entry

Entry data merupakan proses memindahkan data yang telah dikodekan dari kuesioner ke dalam perangkat lunak untuk memudahkan pengolahan dan analisis data.

2. Analisis data

Analisis data merupakan proses penting dalam penelitian karena melalui tahap ini data yang telah diperoleh dapat diolah dan diinterpretasikan sehingga dapat menjawab permasalahan dan tujuan penelitian (Widodo dkk., 2023).

Analisis univariat merupakan teknik analisis yang digunakan untuk menelaah satu variabel saja. Analisis ini dilakukan secara terpisah tanpa mengaitkannya dengan variabel lainnya, sehingga bertujuan memberikan gambaran atau deskripsi mengenai karakteristik variabel tersebut (Widodo dkk., 2023). Analisis univariat dalam penelitian ini dilakukan untuk menggambarkan distribusi karakteristik responden serta masing-masing variabel penelitian yaitu tingkat *self emotion appraisal* serta tekanan psikologis yang dialami pasien.

Analisis bivariat merupakan metode analisis yang digunakan untuk mengkaji hubungan antara satu variabel dengan variabel lainnya. Analisis ini melibatkan dua variabel, yaitu variabel bebas (independen) dan variabel terikat (dependen), dengan tujuan mengetahui ada atau tidaknya hubungan atau korelasi di antara keduanya (Widodo dkk., 2023). Analisis bivariat dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan *self emotion appraisal* dengan distres psikologis pada pasien dengan hipertensi. Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji *Spearman Rank* pada tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$). Pemilihan uji *Spearman Rank* dalam penelitian ini disesuaikan dengan jenis data yang digunakan, dimana kedua variabel yang digunakan berbentuk kategori ordinal.

G. Etika Penelitian

Menurut Redhana (2025), etika penelitian adalah seperangkat prinsip moral yang menjadi pedoman bagi peneliti dalam melaksanakan penelitian agar tetap menjunjung tinggi integritas, tanggung jawab, serta menghormati hak dan kesejahteraan responden. Adapun prinsip etika penelitian meliputi:

1. *Informed consent*

Informed consent adalah proses pemberian persetujuan dari responden setelah mereka memperoleh penjelasan yang lengkap mengenai tujuan, prosedur, manfaat, dan risiko penelitian, serta hak mereka untuk ikut atau menolak tanpa paksaan. Persetujuan ini diberikan secara sadar dan sukarela setelah responden memahami informasi yang disampaikan

2. *Autonomy*

Autonomy adalah prinsip etika yang menekankan penghormatan terhadap martabat setiap individu, di mana partisipan memiliki hak dan kebebasan penuh untuk menentukan partisipasinya dalam penelitian berdasarkan pertimbangan dan kehendak pribadinya.

3. *Anonymity*

Anonymity adalah prinsip dalam penelitian yang menjamin bahwa identitas responden tidak diketahui atau tidak dapat diidentifikasi, baik oleh peneliti maupun pihak lain, sehingga data yang diperoleh tidak dapat ditelusuri kembali kepada individu tertentu

4. *Confidentiality*

Confidentiality adalah upaya peneliti dalam menjaga kerahasiaan data dan informasi yang diberikan oleh responden, dengan memastikan bahwa data tersebut

hanya digunakan untuk kepentingan penelitian dan tidak disebarluaskan kepada pihak lain tanpa izin.

5. *Justice*

Justice adalah prinsip etika yang menekankan bahwa dalam penelitian harus terdapat keadilan dalam pembagian manfaat dan beban, sehingga tidak ada pihak yang dirugikan atau dieksploitasi, serta semua responden diperlakukan secara adil tanpa diskriminasi.

6. *Beneficience*

Beneficience adalah prinsip bahwa penelitian harus memberi manfaat bagi responden, masyarakat, atau ilmu pengetahuan, serta memaksimalkan manfaat dan meminimalkan risiko.

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Kondisi lokasi penelitian

Lokasi penelitian ini adalah UPTD Puskesmas Mengwi I yang merupakan unit pelaksana teknis daerah di bawah Dinas Kesehatan Kabupaten Badung yang berlokasi di Banjar Panca Dharma, Desa Mengwitani, Kecamatan Mengwi, Kabupaten Badung. UPTD Puskesmas Mengwi I memiliki wilayah kerja seluas 40,9 km² dengan batas wilayah sebelah utara berbatasan dengan Kabupaten Tabanan, sebelah selatan berbatasan dengan Desa Kapal, sebelah timur berbatasan dengan Desa Penarungan, dan sebelah barat berbatasan dengan Kabupaten Tabanan. UPTD Puskesmas Mengwi I memiliki berbagai fasilitas pelayanan kesehatan yang terdiri dari Unit Gawat Darurat (UGD) dan ruang bersalin 24 jam, unit rawat jalan yang terdiri dari poliklinik umum, poliklinik lanisa, poliklinik anak dan imunisasi, poliklinik KIA/KB, unit rawat inap (PONED) untuk ibu pasca persalinan, farmasi dan laboratorium.

Penelitian ini dilakukan di Poliklinik Umum dan Poliklinik Lansia UPTD Puskesmas Mengwi I. Poliklinik umum merupakan pusat pelayanan kesehatan primer yang memberikan pemeriksaan, diagnosis, dan pengobatan dasar bagi seluruh kelompok usia pasien. Poliklinik lansia yang merupakan pelayanan kesehatan holistik dan terpadu yang berfokus pada penanganan penyakit degeneratif serta pengelolaan kompleksitas medis pada pasien lanjut usia. Wilayah kerja UPTD Puskesmas Mengwi I meliputi 9 desa, yaitu Desa Kuwum, Desa Sembung, Desa Sobangan, Desa Baha, Desa Werdi Bhuwana, Desa Gulingan, Desa

Mengwi, Desa Mengwitani, dan Desa Kekeran. Dengan jumlah penduduk di wilayah kerja sebanyak 50.609 jiwa yang terdiri dari penduduk laki-laki sebanyak 25.297 jiwa dan perempuan sebanyak 25.312 jiwa. Sebagai fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama, UPTD Puskesmas Mengwi I memberikan pelayanan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif kepada masyarakat di wilayah kerjanya.

2. Karakteristik subjek penelitian

Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah pasien hipertensi yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Karakteristik subjek penelitian meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan dan status perkawinan yang disajikan dalam tabel 3, 4, 5, 6, dan 7 :

a. Karakteristik subjek penelitian berdasarkan usia

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Subjek Penelitian Berdasarkan Karakteristik Usia di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026

No	Usia	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	21-30 tahun	22	22,4
2	31-40 tahun	24	24,5
3	41-50 tahun	31	31,6
4	>50 tahun	21	21,4
Jumlah		98	100

Tabel 3 di atas menunjukkan subjek penelitian paling banyak berusia 41 -50 tahun dengan jumlah sebanyak 31 orang (31,6%).

b. Karakteristik subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Subjek Penelitian Berdasarkan Karakteristik Jenis Kelamin di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
1	Laki – Laki	50	51,0
2	Perempuan	48	49,0
Jumlah		98	100

Tabel 4 di atas menunjukkan subjek penelitian paling banyak dengan jenis kelamin laki-laki dengan jumlah sebanyak 50 orang (51,0%).

c. Karakteristik subjek penelitian berdasarkan pendidikan

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, jenjang pendidikan terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi. Pendidikan dasar meliputi Sekolah Dasar (SD)/Madrasah Ibtidaiyah (MI) serta Sekolah Menengah Pertama (SMP)/Madrasah Tsanawiyah (MTs). Pendidikan menengah meliputi Sekolah Menengah Atas (SMA), Madrasah Aliyah (MA), Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), dan Madrasah Aliyah Kejuruan (MAK), sedangkan pendidikan tinggi mencakup program diploma, sarjana, magister, spesialis, dan doktor.

Tabel 5
Distribusi Frekuensi Subjek Penelitian Berdasarkan Karakteristik Pendidikan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I tahun 2026

No	Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Dasar	20	20,4
2	Menengah	26	26,5
3	Tinggi	52	53,1
Jumlah		98	100

Tabel 5 di atas menunjukkan subjek penelitian paling banyak dengan pendidikan Tinggi dengan jumlah sebanyak 52 orang (53,1%).

d. Karakteristik subjek penelitian berdasarkan pekerjaan

Tabel 6
Distribusi Frekuensi Subjek Penelitian Berdasarkan Karakteristik Pekerjaan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026

No	Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Bekerja	84	85,7
2	Tidak bekerja	14	14,3
Jumlah		98	100

Tabel 6 di atas menunjukkan subjek penelitian paling banyak yaitu bekerja sebanyak 84 orang (85,7%).

e. Karakteristik subjek penelitian berdasarkan status perkawinan

Tabel 7
Distribusi Frekuensi Subjek Penelitian Berdasarkan Karakteristik Status Perkawinan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026

No	Status Perkawinan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Menikah	84	85,7
2	Belum menikah	14	14,3
Jumlah		98	100

Tabel 7 di atas menunjukkan subjek penelitian paling banyak memiliki status perkawinan menikah sebanyak 84 orang (85,7%).

3. Hasil pengamatan terhadap subjek berdasarkan variabel penelitian

a. Tingkat *Self Emotion Appraisal* pada Pasien Hipertensi di wilayah kerja UPTD

Puskesmas Mengwi I Tahun 2026

Tabel 8
Distribusi Skor Subjek Penelitian Berdasarkan Tingkat Self Emotion Appraisal di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026

Kode Subjek Penelitian	Total Skor	Kode Subjek Penelitian	Total Skor
R1	58	R50	52
R2	62	R51	55
R3	37	R52	53
R4	62	R53	55
R5	63	R54	57
R6	53	R55	62
R7	35	R56	33
R8	71	R57	53
R9	36	R58	61
R10	54	R59	49
R11	54	R60	52
R12	62	R61	46
R13	62	R62	45
R14	52	R63	44
R15	48	R64	48
R16	55	R65	44
R17	35	R66	61
R18	48	R67	49
R19	53	R68	50
R20	52	R69	52
R21	51	R70	30
R22	49	R71	58
R23	52	R72	70
R24	32	R73	39
R25	57	R74	51
R26	54	R75	73
R27	61	R76	69
R28	57	R77	61
R29	56	R78	39
R30	50	R79	54

Kode Subjek Penelitian	Total Skor	Kode Subjek Penelitian	Total Skor
R31	60	R80	55
R32	33	R81	60
R33	57	R82	55
R34	57	R83	51
R35	57	R84	57
R36	52	R85	53
R37	36	R86	57
R38	40	R87	53
R39	52	R88	59
R40	50	R89	53
R41	38	R90	54
R42	44	R91	51
R43	31	R92	70
R44	55	R93	53
R45	53	R94	71
R46	49	R95	61
R47	33	R96	73
R48	46	R97	57
R49	34	R98	73

Tabel 8 di atas menunjukkan sebagian besar subjek penelitian memiliki skor *self emotion appraisal* tertinggi berada pada kategori sedang (38-58) dan subjek penelitian yang memiliki skor *self emotion appraisal* terendah berada pada kategori rendah (59-80).

b. Tingkat Distres Psikologis pada Pasien Hipertensi di wilayah kerja UPTD

Puskesmas Mengwi I Tahun 2026

Tabel 9
Distribusi Skor Subjek Penelitian Berdasarkan Tingkat Distres Psikologis di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026

Kode Subjek Penelitian	Total Skor	Kode Subjek Penelitian	Total Skor
R1	17	R50	22
R2	25	R51	20
R3	14	R52	22
R4	22	R53	23
R5	21	R54	28
R6	18	R55	24
R7	16	R56	18
R8	19	R57	21
R9	24	R58	22
R10	27	R59	16
R11	35	R60	14
R12	28	R61	17
R13	20	R62	24
R14	19	R63	21
R15	30	R64	22
R16	18	R65	28
R17	18	R66	21
R18	24	R67	24
R19	24	R68	22
R20	30	R69	23
R21	26	R70	19
R22	28	R71	20
R23	27	R72	14
R24	32	R73	17
R25	28	R74	24
R26	38	R75	23
R27	25	R76	20
R28	23	R77	24
R29	22	R78	27
R30	21	R79	26
R31	22	R80	18
R32	30	R81	25
R33	26	R82	21
R34	20	R83	27

Kode Subjek Penelitian	Total Skor	Kode Subjek Penelitian	Total Skor
R35	23	R84	23
R36	32	R85	12
R37	15	R86	27
R38	16	R87	37
R39	22	R88	28
R40	29	R89	35
R41	13	R90	35
R42	15	R91	37
R43	32	R92	25
R44	29	R93	33
R45	23	R94	23
R46	26	R95	25
R47	23	R96	13
R48	21	R97	11
R49	13	R98	25

Tabel 9 di atas menunjukan sebagian besar subjek penelitian memiliki skor distres psikologis tertinggi berada pada kategori sedang (22-29) dan subjek penelitian yang memiliki skor distres psikologis terendah berada pada kategori rendah (10-15).

4. Hasil penelitian hubungan *self emotion appraisal* dengan distres psikologis pada pasien hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Mengwi I

- a. Tingkat *Self Emotion Appraisal* pada Pasien Hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026

Tabel 10
Distribusi Frekuensi Subjek Penelitian Berdasarkan Tingkat *Self Emotion Appraisal* di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026

Ka_Self Emotion Appraisal	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	12	12,2
Sedang	64	65,3
Tinggi	22	22,4
Jumlah	98	100

Tabel 10 di atas menunjukkan sebagian besar subjek penelitian memiliki tingkat *self emotion appraisal* sedang yaitu sebanyak 64 orang (65,3%).

- b. Tingkat Distres Psikologis pada Pasien Hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026

Tabel 11
Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Tingkat Distres Psikologis di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026

Ka_Distres Psikologis	Frekuensi	Persentase (%)
Ringan	26	26,5
Rendah	9	9,2
Sedang	50	51,0
Berat	13	13,3
Jumlah	98	100

Tabel 11 di atas menunjukan sebagian besar subjek penelitian memiliki tingkat distres psikologis sedang yaitu sebanyak 50 orang (51,0%) dan distres psikologis ringan yaitu sebanyak orang 26 orang (26,5 %).

c. Hubungan *Self Emotion Appraisal* dengan Distres Psikologis pada Pasien Hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026

Tabel 12
Analisis Hubungan *Self Emotion Appraisal* dengan Distres Psikologis Subjek Penelitian di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I Tahun 2026

<i>Self</i>	Distres Psikologis								<i>r</i>	<i>p value</i>
<i>Emotion</i>										
<i>Apprasial</i>	Rendah		Ringan		Sedang		Berat			
	f	%	f	%	f	%	f	%	-,308	0,002
Rendah	3	3,1%	5	5,1%	2	2,0%	2	2,0%		
Sedang	4	4,1%	16	16,3%	33	33,7%	11	11,2%		
Tinggi	2	2,0%	5	5,1%	15	15,3%	0	0,0%		

Tabel 12 di atas menunjukan bahwa subjek penelitian dengan kategori *self emotion appraisal* sedang sebagian besar mengalami distres psikologis sedang yaitu sebanyak 33 orang dengan persentase 33,7%, sedangkan subjek penelitian dengan *self emotion appraisal* tinggi sebagian besar mengalami distres psikologis sedang yaitu sebanyak 15 orang dengan persentase 15,3%.

Hasil uji *Spearman Rank* diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar -0,308 dengan kategori “lemah” dan memiliki arah negatif. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara *self emotion appraisal* dengan distres psikologis pada pasien hipertensi memiliki kekuatan korelasi yang rendah. Nilai *p-value* sebesar 0,002 yang tmenunjukkan bahwa $p < 0,05$, sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self emotion*

appraisal dengan distres psikologis pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I.

B. Pembahasan Hasil Penelitian

1. Gambaran *self emotion appraisal* pada subjek penelitian

Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap 98 subjek penelitian di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I, diperoleh hasil bahwa sebanyak 64 subjek penelitian (65,3%) memiliki tingkat *self emotion appraisal* sedang, sebanyak 22 subjek penelitian (22,4%) memiliki tingkat *self emotion appraisal* tinggi dan sebanyak 12 subjek penelitian (12,2%) memiliki tingkat *self emotion appraisal* rendah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setiap subjek penelitian telah cukup mampu mengenali dan memahami emosi yang dirasakan dalam menghadapi kondisi penyakit yang dialami.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lestari dkk. (2024) yang menunjukkan bahwa sebagian besar subjek penelitian memiliki tingkat *self emotion appraisal* kategori sedang, yaitu sebanyak 25 dari 44 orang (52,5%). Kemampuan mengenali emosi merupakan aspek penting pada pasien hipertensi karena dapat memengaruhi kondisi psikologis dan cara individu menghadapi stres. Pasien dengan kemampuan *self emotion appraisal* yang cukup baik cenderung lebih mampu mengontrol emosi, berpikir lebih tenang, serta menjaga kestabilan psikologis selama menjalani pengobatan hipertensi.

Penelitian ini juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Lia dkk.(2025) mengenai tingkat *self emotion appraisal* yang tinggi pada pasien hipertensi menunjukkan bahwa pasien yang memiliki kemampuan pengelolaan diri yang baik cenderung memiliki kemampuan untuk mengontrol emosi dengan baik.

Pasien yang mampu untuk mengenali emosi memiliki peran penting dalam menjaga kestabilan psikologis pasien hipertensi.

Penelitian ini tidak sepenuhnya sejalan dengan penelitian Engkartini (2024) yang menunjukkan bahwa tingkat *self emotion appraisal* tidak memiliki hubungan yang signifikan. Perbedaan hasil tersebut kemungkinan disebabkan oleh perbedaan karakteristik subjek penelitian dan variabel yang diteliti.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori pendukung tersebut, peneliti berasumsi bahwa tingkat *self emotion appraisal* memiliki peranan penting dalam mengenali dan memahami emosi yang dirasakan. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kemampuan *self emotion appraisal* yang dimiliki pasien hipertensi, maka semakin baik pula kemampuan pasien dalam mengontrol emosi dan menjaga kestabilan psikologis. Sebaliknya, pasien dengan kemampuan yang masih sedang tetap dapat mengalami tekanan emosional apabila menghadapi kondisi yang menimbulkan stres akibat penyakit hipertensi.

2. Gambaran distres psikologis pada subjek penelitian

Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap 98 subjek penelitian di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Mengwi I, diperoleh hasil bahwa sebanyak 50 subjek penelitian (51,0%) mengalami distres psikologis sedang, sebanyak 26 subjek penelitian (26,5%) juga mengalami distres psikologis ringan. Selain itu, sebanyak 9 responden (9,2%) mengalami distres psikologis rendah dan sebanyak 13 responden (13,3%) mengalami distres psikologis berat.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurkhalizah dkk.(2022), yang menunjukkan bahwa dari 110 responden dan sebanyak 57 orang

(51,8 %) mengalami distres psikologis sedang yang menunjukkan bahwa sebagian besar pasien hipertensi mengalami distres psikologis tingkat sedang akibat kekhawatiran terhadap kondisi kesehatannya

Penelitian ini juga didukung dengan penelitian yang dilakukan Yovita dkk. (2023) mengenai pasien hipertensi dapat mengalami distres psikologis karena adanya rasa khawatir terhadap kondisi kesehatan, ketakutan akan komplikasi penyakit, keharusan menjalani pengobatan secara terus-menerus, serta perubahan pola hidup yang harus dilakukan. Selain itu, tekanan akibat penyakit yang tidak kunjung sembuh dapat menimbulkan perasaan cemas, stres, mudah marah, sedih, dan merasa terbebani secara emosional.

Penelitian ini tidak sepenuhnya sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rifki dkk. (2025) yang tidak menemukan adanya hubungan signifikan distres psikologis dengan nilai $p = 0,025$ yang menunjukkan hubungan positif dengan kekuatan sedang. Sementara itu, penelitian ini menemukan hubungan signifikan antara distres psikologis dengan nilai $p = 0,002$ dan koefisien korelasi $r = -0,308$, yang menunjukkan hubungan negatif dengan kekuatan lemah. Perbedaan hasil tersebut disebabkan oleh perbedaan variabel yang diteliti..

Berdasarkan hasil penelitian dan teori pendukung tersebut, peneliti berasumsi bahwa pasien hipertensi cenderung mengalami tekanan psikologis akibat penyakit kronis yang dialami dalam jangka panjang. Hal ini dapat disebabkan oleh rasa khawatir terhadap kondisi kesehatan, ketakutan akan komplikasi penyakit, pengobatan yang harus dijalani secara terus-menerus, serta perubahan pola hidup

akibat hipertensi. Kondisi tersebut dapat menimbulkan perasaan cemas, stres, mudah marah, sedih, dan merasa terbebani secara emosional.

3. Hubungan *self emotion appraisal* dengan distres psikologis pada pasien hipertensi

Berdasarkan tujuan penelitian yang telah ditetapkan, yaitu untuk menganalisis hubungan antara *self emotion appraisal* dengan distres psikologis pada pasien hipertensi, hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Analisis bivariat dilakukan menggunakan uji korelasi *Spearman's rho* dan diperoleh nilai *p value* sebesar 0,002. Nilai tersebut menunjukkan bahwa $p < 0,05$, sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara *self emotion appraisal* dengan distres psikologis pada pasien hipertensi. Hasil korelasi dalam uji hipotesis ini termasuk kedalam kategori “lemah” karena memiliki kekuatan korelasi ($r = -.308$) dan memiliki arah negatif. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara *self emotion appraisal* dengan distres psikologis pada pasien hipertensi memiliki kekuatan korelasi yang rendah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Apriyanti dkk. (2024) dimana penelitian ini memperoleh nilai $p = 0,000 (< 0,05)$, mengindikasikan adanya hubungan antara *self emotion appraisal* dengan distres psikologis pada lansia di wilayah yang diteliti. Koefisien korelasi -0,551 menunjukkan hubungan tingkat sedang dengan arah negatif, artinya semakin baik *self emotion appraisal* maka semakin rendah tingkat distres psikologis pada pasien hipertensi.

Hasil penelitian oleh Noviri dkk. (2025) menunjukkan mengenai hubungan *self emotion appraisal* dengan distres psikologis pada pasien hipertensi yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kecerdasan emosional dengan derajat hipertensi ($p\text{-value}=0,00$). Penelitian tersebut menjelaskan bahwa ketidakmampuan individu dalam mengelola emosi dapat meningkatkan hormon stres sehingga mempengaruhi peningkatan tekanan darah.

Hasil *crosstabulation* menunjukkan gambaran distribusi responden berdasarkan tingkat *self emotion appraisal* dan tingkat distres psikologis. Pada kelompok responden dengan *self emotion appraisal* kategori sedang, sebagian besar mengalami distres psikologis sedang yaitu sebanyak 33 responden (33,7%). Sementara itu, pada kelompok dengan *self emotion appraisal* tinggi, proporsi responden yang mengalami distres psikologis sedang lebih rendah, yaitu sebanyak 15 responden (15,3%). Hal ini menggambarkan bahwa responden yang memiliki kemampuan lebih baik dalam mengenali dan memahami emosinya cenderung mengalami distres psikologis yang lebih rendah.

Hasil uji *Spearman Rank* menunjukkan adanya hubungan negatif antara *self emotion appraisal* dengan distres psikologis, dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0,308. Nilai negatif tersebut menunjukkan arah hubungan yang berlawanan, yaitu semakin tinggi *self emotion appraisal*, maka tingkat distres psikologis cenderung menurun. Dengan demikian, kemampuan individu dalam memahami emosi diri sendiri dapat berperan dalam menurunkan risiko terjadinya distres psikologis.

C. Kelemahan Penelitian

1. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional* sehingga pengambilan data hanya dilakukan dalam satu waktu dan tidak dapat menjelaskan hubungan sebab akibat antara *self emotion appraisal* dengan distress psikologis pada pasien hipertensi.
2. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *self report* sehingga jawaban responden sangat bergantung pada kejujuran, persepsi, dan kondisi emosional responden saat pengisian kuesioner.

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian serta analisis data yang dilakukan tentang hubungan *self emotion appraisal* dengan distres psikologis pada subjek penelitian maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Sebagian besar subjek penelitian di wilayah kerja UPTD Puskesmas Mengwi I memiliki kemampuan *self emotion appraisal* dalam kategori sedang, yaitu sebanyak 64 orang (65,3%) dan kategori tinggi sebanyak 22 orang (22,4%), serta dalam kategori rendah sebanyak 12 orang (12,2%).
2. Tingkat distres psikologis yang dialami oleh subjek penelitian di wilayah kerja UPTD Puskesmas Mengwi I didominasi secara seimbang oleh kategori sedang sebanyak 50 orang (51,0%) dan kategori ringan sebanyak 26 orang (26,5%). Adapun responden lainnya berada pada kategori berat sebesar 13 orang (13,3%) dan kategori rendah sebanyak 9 orang (9,2%).
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara *self emotion appraisal* dengan distress psikologis dengan hasil $p\text{-value} = 0,002$ ($p < 0,05$) dan nilai koefisien korelasi sebesar -0,308 yang menunjukkan hubungan negatif dengan kekuatan korelasi lemah.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, adapun saran dari peneliti yang dapat digunakan yaitu :

1. Bagi fasilitas kesehatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam pengembangan pelayanan kesehatan bagi pasien hipertensi, khususnya dengan

memperhatikan aspek psikologis pasien. Kegiatan edukasi kesehatan yang telah dilaksanakan dapat disertai dengan informasi mengenai pentingnya mengenali dan memahami emosi sebagai salah satu upaya untuk membantu pasien mengurangi distress psikologis.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan untuk melakukan penelitian lebih mendalam menggunakan desain penelitian eksperimental guna menjelaskan hubungan sebab akibat secara lebih mendalam, memperluas area generalisasi sampel di daerah lain serta meneliti faktor eksternal lainnya yang belum dieksplorasi.