

Hubungan Kecemasan dengan Nyeri *Tension Type Headache* pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Palaran

Shalsa Amirah Fitri ^{1*}, Thomas Ari Wibowo ², Ulfatul Mufliah ³

^{1,2,3}Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

*Email Korespondensi: amirafitrishalsa@gmail.com

taw965@umkt.ac.id

DOI: 10.33369/jvk.v8i2.45799

Article History

Received : Desember 2025

Revised : Desember 2025

Accepted : Desember 2025

ABSTRAK

Latar Belakang Masalah: Hipertensi, sering disebut sebagai "silent killer," dapat menyebabkan berbagai komplikasi, termasuk nyeri kepala. *Tension Type Headache* (TTH) adalah jenis nyeri kepala yang umum dan berpengaruh pada kualitas hidup. Kecemasan, yang dipicu oleh faktor psikososial, juga berkontribusi terhadap intensitas nyeri pada pasien hipertensi. Namun, penelitian mengenai hubungan antara kecemasan dan TTH pada pasien hipertensi masih terbatas. **Tujuan:** Untu menganalisis hubungan kecemasan dengan nyeri *tension type headache* pada pasien hipertensi di Puskesmas Palaran Samarinda. **Metodologi:** Penelitian menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan crossectional. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 170 penderita hipertensi yang mengalami nyeri *tensiontype headache*, instrumen yang digunakan berupa kuesioner *zung self anxiety rating scale* untuk mengukur kecemasan dan *numeric rating scale* untuk mengukur nyeri *tension type headache*. **Hasil:** Uji analisis statistik dengan *spearman Rho* menunjukkan hasil *p-value* 0,001 ($p<0,05$) artinya ada hubungan signifikan kecemasan dengan nyeri *tension type headache* nilai koefisien korelasi didapatkan 0,178 dalam artian korelasi yang cukup **Saran:** Peneliti selanjutnya diharapkan untuk melakukan studi lanjutan dengan sampel yang lebih besar dan mempertimbangkan variabel lain, serta mengembangkan dan menguji metode intervensi yang efektif untuk mengurangi kecemasan dan nyeri pada pasien TTH.

Kata Kunci : Hipertensi, *Tension Type Headache*, Kecemasan

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah gejala dari gangguan keseimbangan hemoodinamik dalam sistem kardiovaskular. Karena patofisiologinya yang beragam, tidak ada satu mekanisme yang dapat menjelaskan penyebabnya. Nyeri kepala, mulai dari yang ringan hingga yang parah, dapat disertakan dengan peningkatan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Klasifikasi sakit kepala didasarkan pada International Classification of Headache Disorders (ICHD-3) edisi ketiga beta tahun 2013, sakit kepala diklasifikasikan sebagai sakit kepala primer dan sakit kepala sekunder. Migrain, sakit kepala tipe tegang (TTH), cephalalgia otonom trigeminal (TAC), dan gangguan sakit kepala primer lainnya termasuk dalam kategori ini.

Berdasarkan data dari American Heart Association (AHA) tahun 2017, ada 9623 orang yang menderita hipertensi, dengan 4717 (49%) laki-laki dan 4906 (51%) perempuan. Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 30,8% pada populasi di atas 18 tahun. Kalimantan Tengah menduduki peringkat pertama dengan jumlah penderita hipertensi tertinggi, 40,7%, dan Papua Pegunungan menduduki peringkat terendah dengan jumlah penderita hipertensi terkecil, 19,9%.

Sedangkan 8.027 orang di Kalimantan timur mengalami hipertensi, atau 30,9% dari total populasi.

Kementerian Kesehatan mengatakan nyeri kepala yang tidak diobati dapat berdampak negatif pada masyarakat, seperti menurunkan kualitas hidup, mengurangi kemampuan untuk melakukan aktivitas, dan meningkatkan beban sosial-ekonomi masyarakat. Pada individu yang rentan secara genetis, peningkatan glutamat yang berkelanjutan yang disebabkan oleh stressor yang bertahan lama dapat meningkatkan reseptor N-Methyl-D-Aspartate (NMDA) dan memicu faktor transcription pro-inflammatory. Pada akhirnya, ini menyebabkan peningkatan kadar nitric oxide dan vasodilatasi struktur intrakranial, yang menyebabkan nyeri dan kerusakan nitrosatif. Namun, hubungan patofisiologi antara kecemasan dan kejadian TTH masih belum diketahui. (Mahendra & Murlina, 2021).

Ansietas (kecemasan) adalah gangguan perasaan yang ditandai dengan kekhawatiran atau ketakutan yang sangat besar dan berkelanjutan, yang dapat menyebabkan perilaku terganggu tetapi masih dalam batas normal. Ada aspek yang diketahui dari kecemasan, atau ansietas, seperti rasa takut dan perasaan tidak berdaya. Beberapa faktor, seperti stresor psikososial, status pendidikan, status ekonomi, dan status kesehatan, dapat memengaruhi ansietas (kecemasan). (Hendrawati & Iceu Amira Da, 2018) dalam (Marisa et al., 2020)

Dalam beberapa tahun terakhir, penelitian mengenai hubungan antara kecemasan dan nyeri kepala telah mendapatkan perhatian yang signifikan. Namun, sebagian besar studi sebelumnya cenderung fokus pada satu variabel tanpa mempertimbangkan dampak interaksi antara kecemasan dan nyeri Tension Type Headache (TTH) secara spesifik pada pasien hipertensi.

Penelitian ini berupaya mengisi kekosongan tersebut dengan meneliti hubungan antara kecemasan dan nyeri TTH pada pasien hipertensi di Puskesmas Palaran. Dengan pendekatan kuantitatif dan menggunakan alat ukur terstandarisasi, Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana kecemasan mempengaruhi intensitas nyeri pada orang dengan hipertensi, yang belum banyak diteliti sebelumnya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan menggunakan alat ukur terstandarisasi.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Dinas Kesehatan Kota Samarinda pada 22 Agustus 2024 menunjukkan bahwa dari Januari hingga Mei 2024, puskesmas dengan kasus hipertensi terbanyak adalah Puskesmas Palaran dengan 2.618 kasus, disusul oleh Puskesmas Sidomulyo dengan 2.235 kasus dan Puskesmas Pasundan dengan 1.793 kasus. Puskesmas dengan kasus hipertensi terendah adalah Puskesmas Karang Asam dengan 197 kasus. Peneliti juga melakukan studi pendahuluan sebelumnya di Puskesmas Karang Asam.

METODE

Penelitian kuantitatif dengan rancangan korelasional dengan pendekatan *crossectional* dilakukan di Puskesmas Palaran Samarinda dari Oktober hingga desember 2024. Populasi penelitian terdiri dari 296 orang dan sampel terdiri dari 170 orang pasien hipertensi yang memenuhi kriteria inklusi dan dipilih untuk menjadi subjek penelitian. Alat ukur untuk penelitian ini adalah *Zung Self Anxiety Rating Scale* dan *Numeric Rating Scale* (NRS). Studi ini menganalisis hubungan menggunakan uji *spearman rho*.

HASIL

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Presentase
18-40 Tahun	6	3,5
41-60 Tahun	74	43,5
>60 Tahun	90	52,9
Total	170	100

Berdasarkan Tabel 1 Dari 170 responden, yang paling banyak adalah lebih dari 60 tahun sebanyak 90 (52,9%), dan yang paling sedikit adalah 18-40 tahun sebanyak 6 (3,5%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
Perempuan	126	74,1
Laki-laki	44	25,9
Total	170	100

Berdasarkan Tabel 2 Dari 170 responden, jenis kelamin terbanyak adalah perempuan (126, atau 74,12%) dan laki-laki (44, atau 25,88%)

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	Frekuensi	Presentase
SD	126	74,1
SMP	27	15,9
SMA	16	9,4
S1	1	0,6
Total	170	100

Berdasarkan Tabel 3 Dari 170 responden, jumlah pendidikan tertinggi dalam penelitian ini adalah SD (126 responden), dengan presentase 74,12%, dan pendidikan terkecil adalah S1, dengan presentase 1 responden, 0,59%.

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Frekuensi	Presentase
Petani	34	20,0
Wirausaha	15	8,8
Pegawai Swasta	3	1,8
Tidak Bekerja	99	58,2
Lainnya	19	11,2
Total	170	100

Berdasarkan Tabel 4 Dari 170 responden, jumlah pekerjaan tidak bekerja terbesar adalah 99 (58,24%) dan pekerjaan swasta terkecil adalah 3 (-1,76%).

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Nyeri

Nyeri	Frekuensi	Presentase
Nyeri Ringan	37	21,8
Nyeri Sedang	104	61,2
Nyeri Berat	39	17,1
Total	170	100

Berdasarkan Tabel 5 Dari 170 responden, tingkat nyeri tertinggi adalah nyeri sedang, yang ditunjukkan oleh 104 responden dengan presentase 61,2%, dan tingkat nyeri terkecil adalah nyeri berat, yang ditunjukkan oleh 30 responden dengan presentase 17,6%.

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kecemasan

Kecemasan	Frekuensi	Presentase
Normal/Tidak Cemas	101	59,4
Kecemasan Ringan	69	40,6
Total	170	100

Berdasarkan Tabel 6 Dari 170 responden, tingkat kecemasan tertinggi adalah normal/tidak cemas, yang ditunjukkan oleh 101 responden dengan presentase 59,41%; tingkat kecemasan terkecil adalah kecemasan ringan, yang ditunjukkan oleh 69 responden dengan presentase 40,59%.

Tabel 7 Uji Spearman Hubungan Antara Nyeri dengan Kecemasan

Kecemasan	Tension Type Headache						Total	p	r			
	Ringan		Sedang		Berat							
	f	%	f	%	f	%						
Normal/Tidak Cemas	29	17,0	57	33,5	15	8,8	101	59,4	0,001 0,286			
Kecemasan Ringan	8	4,7	47	27,6	14	8,2	69	40,6				
Total	37	21,7	104	61,1	29	17,0	170	100				

Berdasarkan Tabel 7 dari data di atas ada hubungan signifikan secara statistik antara variabel nyeri dan kecemasan, dengan nilai p-value sebesar 0,001. Kekuatan hubungan cukup dan arah hubungan positif antara nyeri dan kecemasan ditunjukkan dengan koefisien korelasi 0,286. Dengan kata lain, ada korelasi antara rasa sakit dan kecemasan yang lemah.

PEMBAHASAN

1. Usia

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden berada pada kategori usia diatas 60 tahun, yaitu sebanyak 90 orang (52,9%). Hal ini sejalan dengan penelitian Mu'minah et al (2023), yang menyatakan bahwa usia >60 tahun didapatkan dari 35 responden, 25 orang (71,4%) diantaranya menderita Tension Type Headache (TTH). Hasibuan & Raafidianti (2022), juga mengatakan usia lebih dari 60 tahun banyak mengalami nyeri kepala dari total 198 responden, 183 responden (92,4%) merasakan nyeri kepala. Faktor usia menyebabkan hipertensi pada usia lanjut, dan ada hubungan erat antara proses penuaan dan peningkatan tekanan darah, seperti penurunan elastisitas pembuluh darah, yang menyebabkan kekakuan pembuluh darah Wirakhmi (2023). Peneliti dapat berasumsi bahwa ada korelasi signifikan antara usia responden dan frekuensi nyeri kepala yang mereka alami. Mayoritas responden berusia di atas 60 tahun mengalami nyeri kepala, terutama nyeri kepala jenis tekanan (TTH), yang dapat disebabkan oleh penuaan, seperti peningkatan hipertensi dan penurunan elastisitas pembuluh darah. Sebaliknya, kelompok usia 41 hingga 60 tahun menunjukkan tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan kelompok usia muda. Ini mungkin karena pengalaman hidup dan tekanan yang mereka alami selama hidup mereka.

2. Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin Perempuan, yaitu sebanyak 126 orang (74,1%) dan laki-laki sebanyak 44 orang (25,9%). Hal ini sejalan dengan penelitian Wisnujoyo & Machfoed (2021), yang menyatakan bahwa Perempuan lebih banyak mengalami Tension Type Headache (TTH) dengan total 25 orang (64%) dan laki-laki 15 orang (36%). Penelitian Bilahmar et al

(2023) juga menyatakan perempuan paling banyak mengalami nyeri Tension Type Headache (TTH) dibanding laki-laki. Perempuan lebih sering mengeluhkan nyeri kepala dibanding laki-laki. Hubungan antara hormon adalah subjek utama sejumlah penelitian yang masih berjalan. Selain itu, perempuan memiliki tingkat subjektivitas nyeri yang lebih tinggi, yang diduga memiliki korelasi dengan psikososial. Lautenbacher et al (2017) dalam Susanti (2020). Peneliti dapat berasumsi bahwa jenis kelamin memiliki pengaruh yang signifikan terhadap frekuensi nyeri kepala jenis tekanan (TTH) dan tingkat kecemasan. Mayoritas responden perempuan (74,1%) mengalami nyeri sedang, menunjukkan bahwa perempuan lebih rentan terhadap TTH, yang mungkin terkait dengan faktor hormonal dan subjektivitas nyeri. Selain itu, perempuan melaporkan lebih banyak kecemasan, dengan 29,4 persen mengalami kecemasan ringan; ini mungkin karena sensitivitas emosional yang lebih tinggi.

3. Pendidikan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas pendidikan terakhir responden adalah SD (Sekolah Dasar), yaitu sebanyak 126 orang (74,1%). Hal ini sejalan dengan penelitian Rosa & Natalya, (2023) yang menyatakan, responden yang berpendidikan terakhir SD lebih banyak mengalami hipertensi sebanyak 34 responden (47,2%). Penelitian Fauzi et al (2021) juga menunjukkan mayoritas responden berpendidikan terakhir SD. Peneliti dapat berasumsi bahwa tingkat pendidikan memengaruhi tingkat frekuensi nyeri kepala jenis ketegangan (TTH) dan kecemasan yang dialami responden. Mayoritas responden menerima pendidikan SD terakhir dan menunjukkan angka tertinggi dalam kategori nyeri sedang, menunjukkan bahwa pendidikan rendah dapat berkontribusi pada peningkatan risiko nyeri kepala, mungkin terkait dengan kurangnya pengetahuan tentang kesehatan dan manajemen stres. Selain itu, responden dengan pendidikan SD juga melaporkan tingkat kecemasan yang lebih tinggi, yang menunjukkan bahwa pendidikan rendah dapat berkontribusi pada peningkatan risiko nyeri kepala, mungkin Pendidikan tinggi biasanya memberi orang pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk mengatasi masalah.

4. Pekerjaan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden tidak bekerja dengan total 99 orang (58,2%). Penelitian ini sejalan dengan Ayu et al (2024) yang menyatakan bahwa responden yang tidak bekerja yang merasakan nyeri sebanyak 19 orang (59,4%) dan yang bekerja hanya 13 orang (40,6%). Peneliti dapat berasumsi bahwa status pekerjaan berdampak signifikan terhadap frekuensi nyeri kepala jenis ketegangan (TTH) dan tingkat kecemasan responden. Mayoritas responden tidak bekerja, dengan 55 orang (32,3%) mengalami nyeri kepala sedang, menunjukkan bahwa ketidakaktifan dalam dunia kerja mungkin berkontribusi pada peningkatan risiko nyeri kepala, mungkin karena kurangnya rutinitas dan interaksi sosial yang dapat mengurangi stres.

5. Nyeri

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa semua penderita hipertensi mengalami nyeri *Tension Type Headache* namun klasifikasi nyeri terbanyak adalah nyeri sedang dengan 104 orang (61,2%). Hal ini sejalan dengan penelitian Ulya & Surya (2021) yang menyatakan bahwa nyeri TTH terjadi di 139 orang, dengan nyeri sedang sebanyak 54 orang (59,3%). Penelitian Mu'minah et al (2023) juga mengatakan bahwa dari 35 responden terdapat 25 orang yang terindikasi TTH. Nyeri kepala jenis tekanan (TTH) adalah nyeri kepala bilateral yang menekan, mengikat, tidak berdenyut, tidak dipengaruhi

atau diperburuk oleh aktivitas fisik, bersifat ringan hingga sedang, tidak disertai (atau minimal) dengan mual dan/atau muntah, dan disertai dengan fotofobia atau fonofobia Iskandar et al (2021). Peneliti berasumsi bahwa ada hubungan signifikan antara hipertensi dan nyeri kepala jenis tekanan (TTH), di mana semua orang dengan hipertensi mengalami nyeri kepala, dengan nyeri kepala jenis sedang (61,2%) yang paling umum. Ini menunjukkan bahwa hipertensi dapat memengaruhi intensitas nyeri. Selain itu, sebagian besar responden menganggap kecemasan normal atau tidak, tetapi mereka yang mengalami kecemasan ringan juga merasakan nyeri sedang (27,6%), menunjukkan hubungan yang kompleks antara kecemasan dan nyeri. Nyeri dapat menyebabkan kecemasan, sementara nyeri dapat menyebabkan kecemasan.

6. Kecemasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian responden merasakan normal/tidak cemas 101 orang (59%) dan yang merasakan kecemasan ringan 69 orang (40,4%). Hal ini sejalan dengan penelitian Andi Susilo & Fitriana (2024) yang menyebutkan bahwa responden paling banyak merasakan kecemasan ringan 20 orang (60,6%). Salah satu jenis emosi yang menyebabkan ketegangan jiwa adalah kecemasan; jika emosi ini tidak diatasi dengan baik, hal ini dapat menyebabkan dampak negatif pada berbagai sistem tubuh Lestari (2015) dalam Fasihulisan et al., (2024). Peneliti berasumsi mayoritas orang yang menjawab merasakan normal atau tidak cemas, tetapi sebagian besar juga mengalami kecemasan ringan (40,4%), bahwa kecemasan ringan dapat menyebabkan ketegangan jiwa dan berdampak buruk pada kesehatan fisik dan mental. Selain itu, ada korelasi yang jelas antara kecemasan dan nyeri jenis tekanan (TTH); mayoritas responden yang mengalami nyeri sedang juga melaporkan tingkat kecemasan ringan. Ini menunjukkan bahwa, sementara nyeri dapat menyebabkan rasa cemas, kecemasan dapat meningkatkan persepsi nyeri.

7. Hubungan Kecemasan dengan Nyeri *Tension Type Headache*

Ada hubungan signifikan antara keduanya, menurut hasil analisis statistik, dengan nilai *p* sebesar 0,001 (*p* < 0,05). kecemasan dengan tingkat nyeri *tension type headache*. Selain itu nilai korelasi (*r*) sebesar 0,286 yang artinya hubungan yang lemah dengan arah korelasi positif, dimana semakin tinggi tingkat kecemasan maka semakin tinggi juga tingkat nyeri *tension type headache* yang di alami oleh responden. Penelitian Tarigan et all (2024) menyebutkan di mana kecemasan dan TTH memiliki korelasi positif, temuan penelitian menunjukkan bahwa tingkat kejadian TTH lebih tinggi sehubungan dengan tingkat kecemasan yang dialami. Penelitian Padad dan Fatmawati (2022), juga menunjukkan bahwa gejala kecemasan berhubungan dengan sakit kepala berulang di antara usia dewasa Yunani. Kecemasan (anxiety) adalah kondisi umum di mana orang merasa takut dan tidak nyaman. Ini adalah reaksi normal. Namun, jika tidak ada penyebabnya, kecemasan akan dianggap tidak biasa. Rasyid et al., (2023). Ada kemungkinan bahwa komponen psikologis, terutama kecemasan, berperan besar dalam mempengaruhi bagaimana seseorang melihat dan mengalami nyeri. Kecemasan cenderung menyebabkan responden melaporkan tingkat nyeri yang lebih tinggi, menunjukkan bahwa kecemasan tidak hanya mempengaruhi kesehatan mental tetapi juga dapat memperburuk penyakit fisik seperti nyeri kepala.

SIMPULAN

Berdasarkan karakteristik responden di Puskesmas Palaran Samarinda, dari 170 responden yang di teliti, mayoritas mengalami nyeri *tension type headache* adalah kelompok usia lebih dari 60 tahun dengan proporsi sebesar 52,9%. Responden berjenis kelamin perempuan mendominasi penelitian ini dengan total 74,1%. Sebagian besar responden berpendidikan terakhir SD sebanyak 74,1%. Mayoritas responden tidak bekerja 58,2%. Berdasarkan tingkat kecemasan pada responden di Puskesmas Palaran Samarinda, dari 170 responden yang di teliti, mayoritas responden mengalami normal/tidak cemas 101 orang (59,4%) Berdasarkan tingkat nyeri pada responden di Puskesmas Palaran Samarinda, dari 170 responden yang di teliti, mayoritas responden mengalami nyeri sedang 104 orang (61,2%) Uji korelasi yang dilakukan antara variabel kecemasan dengan nyeri *Tension Type Headache* (TTH) didapatkan hasil uji statistik Pada pasien hipertensi di Puskesmas Palaran Samarinda, terdapat korelasi yang lemah antara kecemasan dan nyeri kepala jenis tekanan (TTH), dengan p value 0,001 ($p < 0,05$) dan nilai kekuatan korelasi 0.286. Ini menunjukkan hubungan yang cukup kuat dengan arah korelasi positif, di mana tingkat kecemasan pasien lebih tinggi daripada tingkat nyeri kepala jenis tekanan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayu, D., Pramesti, S., Dwie, I. M., Susila, P., Adi, P., Dewi, C., & Matalia, N. K. (2024). *ORIGINAL ARTICLE The Effect of Giving Back Massage Using Virgin Coconut Oil on Headache Intensity in Hypertensive Elderly*. 3, 133–140. <https://doi.org/10.55887/nrpm.v3i3.138>
- Dion Andriawan Wisnujoyo & Moh Hasan Machfoed. (2021). *Hubungan Intensitas Nyeri Kepala, Stres Psikologis, dan Kadar Kortisol Serum pada Penderita Tension Type Headache* (p. 28).
- Fasihulisan, F., Mamlukah, M., Wahyuniar, L., & Iswarawanti, D. N. (2024). Pengaruh pemberian terapi murattal al-qur'an dan akupresur terhadap kecemasan dan tanda-tanda vital pasien penyakit jantung di RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya. *Journal of Midwifery Care*, 4(2), 87–95. <https://doi.org/10.34305/jmc.v4i02.1116>
- Fauzi, M., Dayfi, B. A., & Setiawaty, E. (2021). Pengaruh Masase Bahu Terhadap Tingkat Nyeri Kepala Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Alas. *Jurnal Kesehatan SAMAWA*, 16–23. <http://ejournalppmunsa.ac.id/index.php/jks/article/view/673>
- Hasibuan, R. K., & Raafidianti, R. S. (2022). Gambaran Headache pada Lansia dan Faktor – Faktor yang Mempengaruhinya di Desa Dangiag Kecamatan Kayangan Kabupaten Lombok Utara Nusa Tenggara Barat 2018. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*, 2(2), 62. <https://doi.org/10.24853/mujg.2.2.62-66>
- Iskandar, Mi. M., Rahman, A. O., & Gading, P. W. (2021). Gambaran Ambang Nyeri Trigger Point Pada Pasien Tension-Type Headache Di Kota Jambi. *Electronic Journal Scientific of Environmental Health And Disease*, 2(1), 76–81. <https://doi.org/10.22437/esehad.v2i1.16173>
- Mu'minah, I. R., Rahmanto, S., & Yulianti, A. (2023). Hubungan Tingkat Stres dengan Risiko Kejadian Tension-Type Headache Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Profesional (KEPO)*, 4(2), 59–64. <https://doi.org/10.36590/kepo.v4i2.602>
- Rasyid, A. N. S., Muchtar, F., & Afa, J. R. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Tension Type Headache Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas

- Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo Tahun 2023. *Endemis Journal*, 4(2), 1–9. <https://doi.org/10.37887/ej.v4i2.42419>
- Rosa, R. D., & Natalya, W. (2023). Hubungan Usia dan Pendidikan Klien Hipertensi dengan Pengetahuan Mengenai Diet Rendah Natrium. *Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5, 120–128. <https://prosiding.ummetro.ac.id/index.php/snppm>
- Susanti, R. (2020). Potential Gender Differences in Pathophysiology. *Jurnal Human Care*, 5(2), 539–544.
- Ulya, N., & Surya, A. (2021). Hubungan Skala Nyeri Penderita Tension Type Headache Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Umsu 2016. *Jurnal Ilmiah Simantek*, 5(2), 72–80.
- Wirakhmi, I. N. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Hipertensi Pada Lanjut Usia di Puskesmas Kutasari. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 7(1), 61–67. <https://doi.org/10.52643/jukmas.v7i1.2385>
- Fathkul K. A, Dyah W, Marsaid, S. B. P. (2023). Hubungan Usia Dan Klasifikasi Operasi Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pre Operasi Elektif Dirumah Sakit Lavalette Malang. *Sereal Untuk*, 8(1), 51.
- Fikri A., Farellio, R. A., and Dini S. D. (2022) Dampak Kecemasan dan Regulasi Emosi Terhadap Kejadian *Tension Type Headache* Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Unisma
- Galih N. F. (2021). Karakteristik dan perilaku mencari pengobatan pada penderita hipertensi. *Indonesian Journal of Nursing and Health Sciences*, 2(1), 25–34. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/IJNHS>
- Hasibuan, R. K., & Raafidianti, R. S. (2022). Gambaran Headache pada Lansia dan Faktor – Faktor yang Mempengaruhinya di Desa Dangiang Kecamatan Kayangan Kabupaten Lombok Utara Nusa Tenggara Barat 2018. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*, 2(2), 62. <https://doi.org/10.24853/mujg.2.2.62-66>
- Marisa, D. E., Syaripudin, A., Studi, P., Keperawatan, I., Mahardika, S., Cirebon, K., Studi, P., Keperawatan, I., Mahardika, S., Cirebon, K., Marisa, D. E., Syaripudin, A., Kesehatan, J., Vol, M., & September, N. (2020). The Correlation Between Anxiety And Sleep Quality In Tuberculosis Patients In The Work Area Of Public Health Center Sitopeng Area. Program Studi Ilmu Keperawatan , STIKes Mahardika , Kota Cirebon The number of tuberculosis sufferers is increasing , 13 . 6. *Jurnal Kesehatan Mahardika*, 7(2), 1–5.
- Mu'minah, I. R., Rahmanto, S., & Yulianti, A. (2023). Hubungan Tingkat Stres dengan Risiko Kejadian Tension-Type Headache Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Profesional (KEPO)*, 4(2), 59–64. <https://doi.org/10.36590/kepo.v4i2.602>
- Muthmainnina, A. N., & Kurniawan, S. N. (2022). Tension Type Headache (TTH). *JPHV (Journal of Pain, Vertigo and Headache)*, 3(2), 41–44. <https://doi.org/10.21776/ub.jphv.2022.003.02.3>
- Noviyani PSREP. SENTRI : Jurnal Riset Ilmiah. *SENTRI J Ris Ilm*. 2023;2(4):1275--1289. <https://www.researchgate.net/publication/381100251> Hubungan Motivasi Ibu Dukungan Keluarga dan Peran Bidan Terhadap Kunjungan Nifas di Puskesmas Maripari Kabupaten Garut Tahun 2023
- Tarigan NN, Fresia A, Lubis A. Relationship between anxiety and tension type headache among

medical student. 2024;3(2):55-59. doi:10.34012/bkkp.v3i2.5767