



Mental Health in Adults with Non-communicable Diseases: An Overview

Dona Sartika¹, Prystia Riana Putri², Nabella Ayu Jeihaan Fadhila³

¹Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Poltekkes Kemenkes Banten, Indonesia

²Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Banten, Indonesia

³Program Studi Diploma III Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Banten, Indonesia

Email: dona.sartika@poltekkesbanten.ac.id

ARTICLE INFO

Artikel Histori:

Received date: July/26/2025

Revised date: Agustus/05/2025

Accepted date: October/02/2025

Keywords: Adults; mental health; non-communicable diseases

ABSTRACT/ABSTRAK

Background: Non-communicable diseases (NCDs) are chronic conditions that progressively impair individuals' health over time and may significantly affect mental well-being. **Objectives:** This study aimed to examine the mental health status of adults living with NCDs. **Methods:** A quantitative descriptive design was employed. The sampling technique used consecutive sampling with a sample size of 76 respondents aged 35-55 years, with a history of hypertension or diabetes mellitus (DM). The DASS 42 questionnaire was used as a research instrument to collect data. In this study, univariate analysis with descriptive percentage was employed. **Results:** The results indicated that 25% of respondents experienced mild depression, 44.7% moderate anxiety, and 44.7% mild stress. **Conclusions:** NCDs may adversely affect the mental health of individuals. This needs to be followed up to mitigate the broader impact of NCDs, both on physical and mental health.

Kata Kunci: Dewasa; kesehatan mental; penyakit tidak menular

Latar Belakang: Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan penyakit menahun yang dapat menurunkan kondisi penderitanya secara bertahap dalam jangka waktu yang lama. Kondisi tersebut dapat mempengaruhi kesehatan mental seseorang yang menderita PTM. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kesehatan mental dewasa dengan PTM. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif. Teknik pengambilan sampel menggunakan konsekutif sampling dengan jumlah sampel sebanyak 76 responden yang berusia 35-55 tahun, memiliki riwayat hipertensi atau diabetes mellitus (DM). Kuisisioner DASS 42 digunakan sebagai instrumen penelitian untuk pengumpulan data. Penelitian ini menggunakan analisis univariat dengan deskriptif persentase. **Hasil:** Hasil penelitian

menunjukkan bahwa 25% responden mengalami depresi ringan, 44.7% responden mengalami kecemasan sedang, dan 44.7% responden mengalami stres ringan. **Kesimpulan:** PTM dapat menimbulkan dampak terhadap kesehatan mental penderita. Hal ini perlu ditindaklanjuti agar dapat mengurangi dampak negatif PTM yang lebih luas, baik terhadap kesehatan fisik maupun kesehatan mental.

*Copyright© 2025 Jurnal Kesehatan Primer
All rights reserved*

Corresponding Author:

Dona Sartika

Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Poltekkes Kemenkes Banten, Indonesia

Email: dona.sartika@poltekkesbanten.ac.id

PENDAHULUAN

Penyakit kronis merupakan bagian dari Penyakit Tidak Menular (PTM) yang berkembang dalam jangka waktu yang panjang dan memerlukan perawatan berkelanjutan. PTM menjadi salah satu penyumbang kematian dan pembiayaan kesehatan terbesar baik secara global maupun nasional. Beberapa PTM yang menjadi perhatian nasional adalah hipertensi dan DM. Penyakit ini tidak hanya identik dengan usia lanjut, tetapi juga ditemukan pada usia dewasa. Prevalensi hipertensi pada usia dewasa mencapai 39.1% dan DM mencapai 17.4% (Kemenkes RI, 2023).

Hipertensi diartikan sebagai peningkatan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan diastolik ≥ 90 mmHg (Kemenkes RI, 2021), dan DM merupakan suatu penyakit kronis berupa gangguan metabolik yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah (hiperglikemi) akibat terganggunya fungsi produksi dan kerja insulin pada pankreas (Kementerian Kesehatan RI, 2020; Nies & McEwen, 2019). Dewasa dengan hipertensi dan DM yang tidak terkontrol dapat memberikan pengaruh terhadap kesehatan mental karena adanya dampak penyakit terhadap aktivitas dalam kehidupan sehari-hari.

Kondisi kesehatan mental merupakan hasil dari interaksi antara kerentanan individu dan stres yang disebabkan oleh kejadian atau stresor dalam kehidupan individu tersebut. Salah satu faktor yang mempengaruhi kesehatan mental adalah penyakit kronis (WHO, 2022).

Berdasarkan data yang didapatkan dari Puskesmas Jurumudi Baru Kota Tangerang, diketahui bahwa prevalensi agregat dewasa dengan PTM yang mendapat pelayanan kesehatan pada tahun 2021 sebanyak 64%, dan pada tahun 2022 meningkat menjadi 90%. Hal tersebut perlu ditindaklanjuti agar PTM pada agregat dewasa dapat terkontrol dan tidak menimbulkan masalah kesehatan mental yang dapat memperburuk kondisi penyakit itu sendiri.

Berdasarkan hasil penelitian Amaike et al., (2024) didapatkan data bahwa dari 321 penderita hipertensi, 12.1% mengalami depresi dan 23.1% mengalami kecemasan. Penelitian ini juga menjelaskan bahwa 18.7% responden mempunyai tekanan darah terkontrol dan 81.3% tekanan darah tidak terkontrol. 14.2% responden dengan tekanan darah tidak terkontrol mengalami depresi dan 23.4% mengalami kecemasan. Terdapat hubungan signifikan antara depresi dan kecemasan dengan tekanan darah yang tidak terkontrol ($p=0.011$), dan depresi dikaitkan dengan peningkatan risiko tekanan darah tidak terkontrol ($OR=7.751$, $CI=1.79-43.4$). Pada penelitian lainnya juga didapatkan data bahwa penderita hipertensi 27.2% mengalami gejala depresi dan 32.7% mengalami kecemasan (Abdisa et al., 2022), 51.8% penderita hipertensi mengalami gejala depresi (Stanikzai et al., 2024).

Penelitian lainnya juga membuktikan bahwa selain hipertensi, penderita DM juga rentan mengalami masalah kesehatan mental. Kretchy et al., (2020) menunjukkan bahwa 44.7% penderita DM mengalami distress diabetes. Khashayar et al., (2022) dalam penelitiannya juga mendapatkan bahwa 47% penderita DM mengalami distress diabetes.

Salah satu strategi dalam penatalaksanaan PTM adalah mengelola stres (Kemenkes RI, 2019). Pengelolaan stres yang baik pada penderita PTM ditujukan untuk memberikan dampak positif terhadap kesehatan mental, sehingga memungkinkan pencapaian kualitas hidup dan tingkat produktivitas yang optimal. Oleh karena itu, pada penelitian ini dilakukan survei tentang bagaimana gambaran kesehatan mental pada agregat dewasa dengan PTM di Wilayah Kerja Puskesmas Jurumudi Baru Kota Tangerang. Hal ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran kesehatan mental pada penderita PTM tersebut, sehingga dapat ditindaklanjuti sebagai bagian dari penatalaksanaan PTM yang komprehensif.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif (Indarwati et al., 2020; Sudirman et al., 2023). Teknik sampling yang digunakan adalah konsekutif sampling (Ishak et al., 2023), dengan populasi dalam penelitian ini berjumlah 98 responden. Perhitungan sampel diperoleh menggunakan rumus *lameshow* dengan jumlah sampel sebanyak 76 responden yang berusia 35-55 tahun dan mempunyai riwayat penyakit hipertensi atau DM.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu: (1) Menetapkan daerah penelitian wilayah kerja Puskesmas Jurumudi Baru Kota Tangerang sebagai unit atau *cluster* populasi; (2) Membagi kelurahan yang dibawah oleh Puskesmas menjadi 3 *cluster*; (3) Memilih satu kelurahan untuk dijadikan *cluster* wilayah penelitian menggunakan teknik *simple random sampling* dengan melakukan pengundian *cluster* 1, 2, dan 3; (4) Melakukan pengambilan data pada *cluster* yang terpilih dengan menggunakan teknik konsekutif sampling, yaitu memilih setiap individu yang ditemui yang memenuhi kriteria inklusi, sampai jumlah yang diinginkan terpenuhi.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner DASS 42 (Samosir, 2021). Kuisisioner DASS 42 terdiri dari 42 pernyataan untuk mengukur tingkat depresi, kecemasan, dan stres, yang akan dihitung menggunakan skala *likert*. Hasil ukur tingkat depresi, kecemasan, dan stres terdiri dari: normal, ringan, sedang, parah, dan sangat parah (Samosir, 2021).

Teknik analisa data menggunakan analisis univariat dengan deskriptif persentase (Indarwati et al., 2020), untuk mengetahui gambaran karakteristik (usia dan riwayat penyakit) serta kesehatan mental agregat dewasa dengan PTM di Wilayah Kerja Puskesmas Jurumudi Baru Kota Tangerang. Uji etik pada penelitian ini dilakukan di STIKES Patira Husada Blitar dengan nomor 06/PHB/KEPK/129/05.23.

HASIL

Hasil analisa data disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n=76)

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia		
35-40 tahun	11	14.5
41-55 tahun	65	85.5
Riwayat Penyakit		
Hipertensi	62	81.6
DM	14	18.4
Total	76	100

Berdasarkan tabel 1 di atas didapatkan data bahwa mayoritas responden berada pada rentang usia 41-55 tahun dengan persentase 85.5%, dan 81.6% responden mempunyai riwayat penyakit hipertensi.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kesehatan Mental Responden (n=76)

Kesehatan Mental	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Depresi		
Normal	50	65.8
Ringan	19	25
Sedang	6	7.9
Parah	1	1.3
Kecemasan		
Normal	16	21.1
Ringan	16	21.1
Sedang	34	44.7
Parah	8	10.5
Sangat Parah	2	2.6
Stres		
Normal	37	48.7
Ringan	34	44.7
Sedang	5	6.6
Total	76	100

Tabel 2 menjelaskan bahwa 25% responden mengalami depresi ringan, 44.7% mengalami kecemasan sedang, dan 44.7% mengalami stres ringan.

PEMBAHASAN

Berdasarkan karakteristik responden pada hasil penelitian ini didapatkan bahwa mayoritas responden berada pada rentang usia 41-55 tahun dengan persentase 85.5%, dan 81.6% responden mempunyai riwayat penyakit hipertensi. Data tersebut menggambarkan bahwa semakin bertambah usia, semakin rentan terkena penyakit kronis seperti hipertensi dan DM. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Nisa et al., 2024; Tirtasari & Kodim, 2019) yang menyatakan bahwa prevalensi hipertensi lebih banyak ditemukan pada dewasa madya dibandingkan dengan dewasa awal. Hal tersebut berkaitan dengan perubahan fisiologis yang terjadi seiring bertambahnya usia yang mencakup berbagai sistem dalam tubuh, salah satunya perubahan pada sistem kardiovaskular. Peningkatan volume darah dan/atau vasokonstriksi yang terjadi pada pembuluh darah arteri menyebabkan tekanan darah meningkat. Perubahan yang terjadi pada sistem kardiovaskular tersebut, dapat dipengaruhi oleh faktor genetik, gaya hidup dan lingkungan (Kemenkes RI, 2023; Nies & McEwen, 2019; Stanhope & Lancaster, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian ini, didapatkan 25% responden mengalami depresi ringan, 44.7% mengalami kecemasan sedang, dan 44.7% mengalami stres ringan. Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian terkait kesehatan mental dan hipertensi, Kandasamy et al., (2025) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa 43.8% penderita hipertensi mengalami gejala kecemasan dan 51.3% mengalami gejala depresi. Penelitian Rahayu & Wahyuni (2023) juga mendapatkan 98% responden hipertensi mengalami kecemasan, dengan distribusi 56.7% mengalami kecemasan ringan, 36.7% mengalami kecemasan sedang, dan 5% mengalami kecemasan berat. Penelitian ini juga mendapatkan adanya hubungan signifikan antara durasi atau lamanya menderita hipertensi dengan kecemasan ($p=0.007$).

Beberapa faktor yang mempengaruhi kesehatan mental adalah faktor psikologis, biologis, keluarga dan komunitas, serta faktor

struktural (WHO, 2022). Penurunan kesehatan secara fisik akibat penyakit kronis yang diderita menjadi suatu rantai yang akan menimbulkan masalah kesehatan mental dan akan memperburuk kondisi penyakit kronis itu sendiri.

Gangguan mental menjadi salah satu indikator prognosis negatif pada PTM seperti hipertensi dan DM, yang dapat memperburuk kondisi penyakit tersebut. Sekhri & Verma (2023) menyebutkan bahwa mempunyai riwayat hipertensi atau DM yang tidak terkontrol secara signifikan meningkatkan kemungkinan mengalami depresi lebih tinggi dengan $aOR=2.5$, $CI=1.1-6.1$. Guo et al., (2023) dalam penelitiannya mendapatkan prevalensi DM tipe 2 yang tidak terkontrol mengalami distres diabetes sebanyak 17.4% dan terdapat hubungan yang signifikan antara usia dewasa terhadap distres diabetes ($p=0.001$), dengan $aOR=0.93$, $CI=0.89-0.97$. Hasil skrining positif depresi memiliki peluang lebih tinggi mengalami distres diabetes dengan $aOR=4.98$ $CI=1.19-20.86$, kualitas hidup lebih rendah dengan $aOR=0.11$, $CI=0.1-0.97$, dan cenderung merasa farmakoterapi diabetes mengganggu kehidupan normal dengan $aOR=2.89$, $CI=1.38-6.08$. Hal ini menunjukkan bahwa penderita DM juga mempunyai kecenderungan mengalami gangguan kesehatan mental akibat penurunan kualitas hidup dan farmakoterapi yang berkelanjutan.

Penyakit kronis seperti hipertensi dan DM, merupakan penyakit yang tidak bisa disembuhkan tetapi dapat dikendalikan dengan berbagai penatalaksanaan baik secara farmakoterapi maupun dengan modifikasi gaya hidup sehat. Hal ini membutuhkan komitmen dan manajemen diri yang baik dari individu yang menderita penyakit tersebut. Hipertensi dan DM yang tidak terkontrol pada agregat dewasa, akan menimbulkan dampak terhadap kesehatan mental akibat kualitas hidup yang menurun yang akan berdampak pula terhadap produktivitasnya. Gangguan kesehatan mental yang dialami, dapat memperburuk kondisi penyakit sehingga hal tersebut perlu ditindaklanjuti agar tidak menjadi suatu rantai

masalah yang sulit untuk diatasi. Berdasarkan hasil penelitian ini, skrining kesehatan mental menjadi suatu hal yang penting dalam penatalaksanaan PTM khususnya hipertensi dan DM, agar teridentifikasi sejak dini dan dapat segera ditindaklanjuti setiap kemungkinan faktor risiko yang dapat memperburuk kondisi penyakit.

SIMPULAN

Agregat dewasa dengan PTM, khususnya hipertensi dan DM sangat rentan mengalami masalah kesehatan mental. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir separuh responden dengan PTM mengalami masalah kesehatan mental, yakni 25% responden mengalami depresi ringan, 44.7% mengalami kecemasan sedang, dan 44.7% responden mengalami stres ringan. PTM dapat menimbulkan masalah kesehatan mental pada agregat dewasa akibat farmakoterapi yang berkelanjutan serta adanya dampak penyakit terhadap aktivitas sehari-hari dan kualitas hidup penderita. Oleh karena itu, skrining kesehatan mental pada agregat dewasa dengan PTM, khususnya hipertensi dan DM perlu dijadikan suatu bagian yang tidak terpisahkan dari penatalaksanaan PTM itu sendiri.

REFERENSI

- Abdisa, L., Letta, S., & Nigussie, K. (2022). Depression and anxiety among people with hypertension on follow-up in Eastern Ethiopia: A multi-center cross-sectional study. *Frontiers in Psychiatry*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.853551>
- Amaike, C., Salami, O. F., Bamidele, O. T., Ojo, A. M., Otaigbe, I., Abiodun, O., Adesola, O., & Adebisi, A. O. (2024). Association of depression and anxiety with uncontrolled hypertension: A cross-sectional study in Southwest Nigeria. *Indian Journal of Psychiatry*, 66(2), 157–164. https://doi.org/10.4103/indianjpsychiatry.indianjpsychiatry_751_23
- Guo, X., Wong, P. N. F., Koh, Y. L. E., & Tan, N. C. (2023). Factors associated with diabetes-related distress among Asian patients with poorly controlled type-2 diabetes mellitus: a cross-sectional study in primary care. *BMC Primary Care*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12875-023-02012-w>
- Indarwati et al. (2020). *Penerapan Metode Penelitian Dalam Praktik Keperawatan Komunitas* (2nd ed.). Indotama Solo.
- Ishak et al. (2023). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Media Sains Indonesia.
- Kandasamy, G., Subramani, T., Almanasef, M., Orayj, K., Shorog, E., Alshahrani, A. M., Alsaab, A., Alshahrani, Z. M., & Palayakkodan, S. (2025). Mental health and hypertension: assessing the prevalence of anxiety and depression and their associated factors in a tertiary care population. *Frontiers in Public Health*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1545386>
- Kemenkes RI. (2019). *Buku pedoman manajemen penyakit tidak menular*.
- Kemenkes RI. (2021). *Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Hipertensi Dewasa. Kementerian Kesehatan RI*, 1–85.
- Kemenkes RI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Infodatin: tetap produktif, cegah, dan atasi Diabetes Melitus. In *Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI*.
- Khashayar, P., Shirzad, N., Zarbini, A., Esteghamati, A., Hemmatabadi, M., & Sharafi, E. (2022). Diabetes-related distress and its association with the complications of diabetes in Iran. *Journal of Diabetes and Metabolic Disorders*, 21(2), 1569–1575. <https://doi.org/10.1007/s40200-022-01103-2>
- Kretchy, I. A., Koduah, A., Ohene-Agyei, T., Boima, V., & Appiah, B. (2020). The Association between Diabetes-Related Distress and Medication Adherence in Adult Patients with Type 2 Diabetes

- Mellitus: A Cross-Sectional Study. *Journal of Diabetes Research*, 2020. <https://doi.org/10.1155/2020/4760624>
- Nies, M. A., & McEwen, M. (2019). *Keperawatan kesehatan komunitas dan keluarga* (J. Sahar, A. Setiawan, & N. M. Riasmini, Eds.; Edisi Indo). Elsevier.
- Nisa, F., Nuryanti, L., Serilus, B., & Dedu, S. (2024). Hubungan Gaya Hidup Dengan Risiko Hipertensi Pada Usia Dewasa. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(4). <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
- Rahayu, M. S., & Wahyuni, S. (2023). Prevalence and Factors Associated with Anxiety among Uncontrolled Hypertensive Patients in Public Health Centers in Lhokseumawe, Aceh, Indonesia. *Althea Medical Journal*, 10(2), 104–109. <https://doi.org/10.15850/amj.v10n2.2981>
- Samosir, F. J. (2021). *Kesehatan Mental pada Usia Dewasa dan Lansia*.
- Sekhri, S., & Verma, A. (2023). Study of Depression and Its Associated Factors Among Patients of Diabetes Mellitus (DM) and Hypertension (HTN) Attending a Primary Health Center (PHC) in a Rural Area of New Delhi, India. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.33826>
- Stanhope, M., & Lancaster, J. (2016). *Public Health Nursing: Population-Centered Health Care in the Community* (9th editio). Elsevier.
- Stanikzai, M. H., Zafar, M. N., Akbari, K., Baray, A. H., & Sayam, H. (2024). Prevalence and Predictors of Depression Symptoms Among Afghan Hypertensive Patients: Secondary Analysis of a Multi-Center Cross-Sectional Study. *Integrated Blood Pressure Control*, 17, 41–50. <https://doi.org/10.2147/IBPC.S488064>
- Sudirman et al. (2023). *Metodologi Penelitian 1*. Media Sains Indonesia.
- Tirtasari, S., & Kodim, N. (2019). Prevalensi dan karakteristik hipertensi pada usia dewasa muda di Indonesia. *Tarumanagara Medical Journal*, 1(2), 395–402. <https://doi.org/https://doi.org/10.24912/tmj.v1i2.3851>
- WHO. (2022). World Mental Health Report: Transforming mental health for all. In *WHO Geneva*. <https://doi.org/10.1136/bmj.o1593>