

GAMBARAN TINGKAT STRES PADA LANSIA YANG MENDERITA HIPERTENSI DI DESA LUWANG WILAYAH KERJA PUSKESMAS GATAK

Herlina Eka Hapsari¹, Supratman^{2*}

¹⁻²Universitas Muhammadiyah Surakarta

Email Korespondensi: supratman@ums.ac.id

Disubmit: 07 Mei 2023

Diterima: 11 Mei 2023

Diterbitkan: 01 November 2023

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i11.10049>

ABSTRACT

Hypertension is defined as an increase in systolic blood pressure of more than 140 mmHg and diastolic blood pressure of more than 90 mm Hg in two measurements taken five minutes apart in a calm state. Elderly people tend to have high blood pressure. Hypertension in the elderly is possible to cause several complications of other diseases, from these complications, the elderly experience fear and worry. The feeling of fear, anxiety, and worry which is perceived by elders can carry out stress for them. This study aims to provide an overview of the level of stress in the elderly who have hypertension. The method of this research is conducted with simple quantitative description. In this study, the technique of total sampling was used where the number of samples was the same as the population or using the entire population. The subjects of this research were 37 elderly who have hypertension. The research instrument in this study used the Perceived Stress Scale (PSS) questionnaire with a total of 10 questions. The results of this study indicate that a total of 9 elderly who suffer hypertension experience mild stress (24.3%), 26 participants experience moderate stress (70.3%), and 2 participants experience severe stress (5.4%). Elderly are hopefully able to reduce stress level with positive activities and continue to carry out a healthy lifestyle.

Keywords: Hypertension, Stress, Elderly

ABSTRAK

Hipertensi didefinisikan sebagai peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg dalam dua kali pengukuran yang dilakukan dengan selang waktu lima menit dalam keadaan tenang. Lansia cenderung memiliki tekanan darah tinggi. Hipertensi pada lansia dapat menyebabkan beberapa komplikasi penyakit lain, dari komplikasi tersebut lansia mengalami rasa takut dan khawatir. Perasaan takut, cemas, dan khawatir yang dirasakan lansia dapat menyebabkan stres pada lansia. Penelitian ini bertujuan agar memberikan gambaran terhadap tingkat stres pada lansia yang menderita hipertensi. Metode penelitian ini menggunakan deskripsi kuantitatif sederhana. Dalam penelitian ini menggunakan teknik total sampling dimana jumlah sampel sama dengan populasi atau menggunakan keseluruhan populasi. Subyek penelitian ini adalah lansia yang menderita hipertensi sebanyak 37 orang. Instrumen penelitian dalam penelitian ini menggunakan kuesioner Perceived

Stress Scale (PSS) dengan jumlah 10 pertanyaan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa lansia yang menderita hipertensi sebanyak 9 orang mengalami stres ringan (24.3%), 26 orang mengalami stres sedang (70.3%), dan 2 orang mengalami stres berat (5.4%). Diharapkan kepada lansia dapat menurunkan tingkat stres dengan kegiatan-kegiatan yang positif dan tetap melakukan gaya hidup sehat.

Kata Kunci: Hipertensi, Stress, Lansia

PENDAHULUAN

Usia lanjut atau lansia merupakan tahap akhir dari siklus hidup pada manusia, tidak dapat dipungkiri bahwa setiap orang bisa mengalami umur panjang. Penuaan bukanlah suatu penyakit melainkan suatu tahapan dalam proses kehidupan yang ditandai dengan menurunnya kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan lingkungan (Sulistiyowati Endang Tri, 2021). Penuaan adalah proses alami, penuaan terjadi pada semua orang yang diberikan umur panjang. Semua sistem tubuh manusia akan mengalami kemunduran tetapi kemunduran sistem tersebut tidak akan terjadi pada waktu yang bersamaan. Walaupun proses penuaan adalah gambaran universal, tetapi tidak ada yang tahu apa yang menyebabkan penuaan dan mengapa orang menua pada usia yang berbeda (Buanasari, 2019). Populasi lansia Indonesia meningkat dari 18,0 juta (7,56%) pada tahun 2010 menjadi 25,9 juta (9,7%) pada tahun 2019 dan diperkirakan akan terus bertambah menjadi 48,2 juta (15,77%) pada tahun 2035 (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Seiring bertambahnya usia, banyak muncul masalah kesehatan yang dialami oleh lansia. Menurut Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI hipertensi merupakan penyakit tidak menular dan penyebab utama kematian dini secara global. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan bahwa prevalensi hipertensi global saat ini

mencapai 22% dari populasi dunia. Kurang dari seperlima pasien sudah berusaha untuk mengontrol tekanan darah mereka. Daerah dengan prevalensi hipertensi tertinggi sebesar 27% berada di wilayah Afrika. Asia Tenggara menempati urutan ketiga, dengan prevalensi 25% dari total populasi. WHO juga memperkirakan 1 dari 5 wanita di seluruh dunia memiliki tekanan darah tinggi. Angka ini lebih tinggi dibandingkan kelompok laki-laki (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Hipertensi masih tetap menjadi masalah penyakit tidak menular secara global (Nabilla et al., 2021). Hipertensi biasanya disebabkan karena beberapa kondisi medis seperti kecanduan alkohol, kelainan bawaan pada pembuluh darah, penyakit ginjal, penyakit kelenjar tiroid, kehamilan, penyalahgunaan narkotika, psikotropika dan zat adiktif, serta mengonsumsi obat-obatan tertentu, seperti penurun demam, pereda nyeri, obat batuk dan pilek, bahkan pil KB. Selain itu, faktor yang meningkatkan risiko terkena tekanan darah tinggi antara lain adalah usia, tekanan darah akan meningkat seiring bertambahnya usia (Dinas Kesehatan Sukoharjo, 2019).

Hipertensi pada lansia biasanya disebabkan oleh arteri yang lebih kaku sehingga menyebabkan tekanan darah meningkat. Biasanya, stres yang dialami bukan disebabkan oleh penyakit fisik, melainkan lebih terkait dengan kejiwaan. Masalah

fisik dapat terjadi akibat stres tubuh, akibatnya tubuh menjadi lemah dan memiliki daya tahan tubuh yang rendah. (Sekec Prisilia Alva, J. Bidjuni Hendro, 2016). Lansia penderita hipertensi biasanya memiliki tingkat stres yang lebih tinggi karena kekhawatiran mengenai tekanan darah tinggi yang memerlukan pengobatan lama serta ada kemungkinan komplikasi yang dapat mempersingkat hidup. Stres yang dialami dapat mengubah fungsi kesehatan khususnya pada sistem peredaran darah. Jika seseorang hidup dalam kondisi stres untuk jangka waktu yang lama maka itu akan mempengaruhi status kesehatan seseorang tersebut (Choowanthanapakorn et al., 2021).

Menurut (Azizah & Hartanti, 2016) hipertensi pada lansia dapat menyebabkan beberapa komplikasi penyakit lain seperti jantung coroner, gagal jantung, infark jantung dan stroke. Dari komplikasi tersebut dapat menyebabkan angka kematian menjadi lebih tinggi. Oleh karena itu lansia yang terdiagnosis hipertensi biasanya mengalami perasaan takut, cemas dan khawatir. Perasaan takut, cemas, dan khawatir yang dirasakan lansia tersebut jika dirasakan terus menerus akan menyebabkan stres pada lansia. Stres adalah kondisi yang berbeda dari tekanan. Stres adalah sesuatu kondisi yang lebih parah dari tekanan. Maka dari itu stres bisa menyebabkan kondisi yang melebihi kinerja normal (Tandon, 2017). Stres sangat mempengaruhi kehidupan sehari-hari lansia dengan tekanan darah tinggi, kondisi ini yang dapat menyebabkan hilangnya kesehatan fisik dan mental pada lansia. Kehilangan kesejahteraan fisik dan mental ini terdiri dari 3 komponen yaitu : kondisi fisiologis seseorang, ide-ide individu dan perasaan tentang dirinya serta peran sosial individu. Keadaan ini dapat

menyebabkan lansia kehilangan status fungsionalnya dan akan berakibat pada penurunan kualitas hidup para lansia (Azizah & Hartanti, 2016).

Dari hasil studi pendahuluan di puskesmas Gatak, jumlah data lansia yang menderita hipertensi pada bulan januari sampai oktober sebanyak 2.530 orang. Pada bulan Oktober jumlah lansia penderita hipertensi sebanyak 323 orang yaitu terbesar di desa Luwang dengan 37 lansia yang menderita hipertensi. Berdasarkan latar belakang dan fenomena yang terjadi maka peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian yang berjudul "Gambaran Tingkat Stres pada Lansia yang Menderita Hipertensi Di desa Luwang Wilayah Puskesmas Gatak". Peneliti mengambil judul tersebut karena ingin mengetahui bagaimana gambaran tingkat stres yang dialami lansia, disamping ada beberapa hal yang dapat dipengaruhi karena menderita hipertensi. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah pengetahuan dan informasi tambahan atau referensi dalam mengembangkan ilmu keperawatan, khususnya tentang bagaimana gambaran tingkat stres pada lansia yang menderita hipertensi.

KAJIAN PUSTAKA

Lanjut usia adalah istilah yang menggambarkan tahap akhir dari proses penuaan. Lanjut usia menurut Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 adalah seseorang yang telah berusia 60 tahun ke atas. Proses menua adalah proses seumur hidup, tidak hanya dari titik waktu tertentu, tetapi dari awal kehidupan. Usia harus diterima sebagai fakta dan sebagai fenomena biologis. Hidup ini berakhir dengan proses penuaan dan berakhir dengan kematian (Ropika, 2019).Kelompok

lansia adalah kelompok orang yang berusia di atas 60 tahun. Pada orang tua, jaringan kehilangan kemampuannya untuk memperbaiki diri sendiri atau perlahan kehilangan kemampuan untuk merakit sendiri dan mempertahankan fungsi normal, sehingga mereka tidak dapat bertahan dari infeksi dan memperbaiki kerusakan. (Parida Hanum, Rahayu Lubis, 2019). Lansia biasanya mengalami beberapa penyakit salah satunya adalah hipertensi

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2017, Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang. Peningkatan tekanan darah dengan jangka waktu yang lama dapat menimbulkan kerusakan pada ginjal, jantung dan otak apabila tidak dilakukan pengobatan secara dini (Sofiana Liena, Puraatmadja Yudha, Kartika S Baiq Sandi, Pangulu Abdul Haris R, 2018). Tekanan darah tinggi yang tidak diobati dapat menyebabkan komplikasi berbahaya seperti (Septi Fandinata & Ernawati, 2020): payah jantung, stroke, kerusakan ginjal, kerusakan penglihatan.

Lansia yang menderita hipertensi dan mengetahui komplikasi yang bisa ditimbulkan akibat penyakit hipertensi biasanya mengalami kecemasan dan bisa menimbulkan stres. Menurut Kementerian Republik Indonesia tahun 2018, stres adalah reaksi fisik dan emosional (mental/psikologis) seseorang terhadap perubahan lingkungan yang memerlukan penyesuaian. Selye (1946 dan 1976) menyatakan bahwa stres adalah respon tubuh yang tidak spesifik terhadap setiap tuntutan. Ini berarti bahwa memenuhi semua kebutuhan

biasanya melibatkan ketegangan dan stres. Stres merupakan hasil interaksi dari emosional, intelektual, sosial, dan fisik seseorang dengan tuntutan yang ada pada dirinya sendiri. Stres adalah kondisi yang berbeda dari tekanan. Stres adalah sesuatu kondisi yang lebih parah dari tekanan. Maka dari itu stres bisa menyebabkan kondisi yang melebihi kinerja normal (Tandon, 2017).

Dilihat dari teori dan fenomena yang ada di masyarakat maka didapatkan rumusan masalah bagaimana gambaran tingkat stres pada lansia yang menderita hipertensi di wilayah puskesmas Gatak.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskripsi kuantitatif sederhana.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan *cluster sampling* yaitu sampel yang bukan terdiri dari unit individu, melainkan terdiri dari *cluster* (gugusan) atau terdiri dari kelompok. Penelitian ini dilaksanakan di Desa Luwang, Gatak pada bulan Februari - Maret 2023. Pada penelitian ini dalam pengambilan sampel peneliti mengambil metode total sampel (*total sampling*). Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 37 lansia yang menderita hipertensi. Dalam mendeskripsikan gambaran tingkat stres pada lansia yang menderita hipertensi di desa Luwang, Gatak peneliti menggunakan Analisa univariat.

Untuk mengetahui seberapa besar tingkat stres pada lansia yang menderita hipertensi di desa Luwang, Gatak peneliti menggunakan instrument penelitian

Perceived Stress Scale (PSS) dengan jumlah 10 pertanyaan. *Perceived Stress Scale* (PSS). Sudah dinyatakan valid dan reliabel oleh (Cohen et al., 1983) dengan nilai koefisien *Chronbach Alpha* sebesar 0,84.

Pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan dengan mengikuti kegiatan posyandu lansia di desa Luwang, Gatak. Untuk

mencari responden dan mendampingi responden dalam mengisi kuesioner peneliti dibantu oleh bidan desa dan enumerator. Penelitian ini sudah dinyatakan layak oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) RSUD Dr. Moewardi dengan nomor 130/I/HREC/2023 pada tanggal 1 Februari 2023.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Usia (tahun)		
60-64	19	51,4
65-69	8	21,6
70-74	7	18,9
75-79	1	2,7
80-85	2	5,4
Jenis Kelamin		
Laki-laki	9	24,3
Perempuan	28	75,7
Pendidikan		
SD	18	48,6
SMP	8	21,6
SMA	6	16,2
Sarjana	2	5,4
Tidak Tamat SD	3	8,1
Status Pernikahan		
Menikah	31	83,8
Duda	2	5,4
Janda	4	10,8
Pekerjaan		
Ibu Rumah Tangga	16	43,2
Buruh	6	16,2
Wiraswasta	5	13,5
Pensiunan	2	5,4
Tidak Bekerja	8	21,6
Tekanan Darah		
Sistole		
Hipertensi Tingkat 1 (140-159 mmHg)	11	29,7
Hipertensi Tingkat 2 (>160 mmHg)	26	70,3
Diastole		
Normal (<80 mmHg)	11	29,7

Pra-Hipertensi (80-89 mmHg)	6	16,2
Hipertensi Tingkat 1 (90-99 mmHg)	12	32,4
Hipertensi Tingkat 2 (>100 mmHg)	8	21,6

Pada tabel 1 terdapat klasifikasi responden dari yang paling banyak, yaitu: kategori usia paling banyak yaitu usia antara 60-64 tahun sebanyak 19 responden (51,4%), jenis kelamin mayoritas perempuan sebanyak 28 responden (75,7%), pendidikan terakhir responden paling banyak SD sebanyak 18 responden (48,6), untuk status pernikahan responden

dominan berstatus menikah sebanyak 31 responden (83,8%), pekerjaan responden paling banyak yaitu ibu rumah tangga sebanyak 16 responden (43,2%), tekanan darah sistole paling banyak masuk pada hipertensi tingkat 2 sebanyak 26 responden (70,3%) dan tekanan darah diastole dominan masuk pada hipertensi tingkat 1 yaitu sebanyak 12 responden (21,6%).

Tabel 2. Distribusi Responden Menurut Tingkat Stress

Tingkat Stres	Frekuensi	Presentase (%)
Stres Ringan	9	24,3
Stres Sedang	26	70,3
Stres Berat	2	5,4

Berdasarkan tabel 2, gambaran tingkat stres pada lansia yang menderita hipertensi di desa

Luwang, Gatak memiliki tingkat stres sedang sebanyak 26 responden (70,3%).

Tabel 3. Crosstabs Berdasarkan Tingkat Stress Dengan Karakteristik

Karakteristik	Tingkat Stress			Jumlah
	Stres ringan	Stres Sedang	Stres Berat	
Usia				
60-64	3	16	0	19
65-69	4	4	0	8
70-74	1	4	2	7
75-79	0	1	0	1
80-85	1	1	0	2
Jenis Kelamin				
Laki-laki	3	5	1	9
Perempuan	6	21	1	28
Status Pernikahan				
Menikah	7	24	0	31
Duda	1	0	1	2
Janda	1	2	1	4
Tekanan Darah				
Sistole				
Hipertensi Tingkat 1	3	8	0	11
Hipertensi Tingkat 2	6	18	2	26

Diastole				
Normal	3	8	0	11
Pra-Hipertensi	1	4	1	6
Hipertensi Tingkat 1	3	9	0	12
Hipertensi Tingkat 2	2	5	1	8

Berdasarkan tabulasi silang antara usia dengan tingkat stres menunjukkan bahwa lansia yang menderita hipertensi mayoritas pada kategori usia 60-64 tahun sebanyak 19 responden dengan 3 responden (27,3%) mengalami stres ringan, dan 16 responden (72,7%) mengalami stres sedang. Tabulasi silang antara jenis kelamin dengan tingkat stres mayoritas berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 28 responden dengan 6 responden (21,4,) mengalami stres ringan, 21 responden (75,0%) mengalami stres sedang, dan 1 responden (3,6%) mengalami stres berat. Tabulasi silang antara status pernikahan dengan tingkat stres menunjukkan bahwa paling banyak responden berstatus menikah sebanyak 31

responden dengan 7 responden (22.6%) mengalami stres ringan, dan 24 responden (77.4%) mengalami stres sedang. Tabulasi silang antara tekanan darah sistole dengan tingkat stres menunjukkan bahwa paling banyak masuk pada hipertensi tingkat 2 sebanyak 26 responden dengan 6 responden (23.1%) menderita stres ringan, 18 responden (69.2%) mengalami stres sedang, dan 2 responden (7.7%) mengalami stres berat. Tabulasi silang antara tekanan darah diastole responden menunjukkan bahwa paling banyak masuk pada kategori hipertensi tingkat 1 sebanyak 12 responden dengan 2 orang (25.0%) mengalami stres ringan, 9 orang (75.0%) mengalami stres sedang.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dipaparkan bahwa dalam penelitian ini terdapat sebanyak 37 responden yang terbagi dalam usia 60-64 tahun sebanyak 19 orang (51,4%), usia 65-69 sebanyak 8 orang (21,6%), usia 70-74 sebanyak 7 orang (18,9%), usia 75-79 sebanyak 1 orang (2,7%), dan usia 80-85 sebanyak 2 orang (5,4%). Setelah dilakukan uji frekuensi ternyata mayoritas lansia yang menderita hipertensi berusia 60-64 tahun. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2019 prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran terbesar pada kelompok umur 55-64 tahun yaitu sebesar (55,2%). Hal ini juga didukung oleh penelitian (Gonidjaya et al., 2021) bahwa kelompok usia 56-65 tahun mengalami kasus

hipertensi terbanyak yaitu sebesar 63.2%. (Gonidjaya et al., 2021) juga mengatakan bahwa semakin bertambahnya usia seseorang maka berakibat mengalami perubahan fisiologis dalam tubuh seperti penebalan pada dinding arteri yang menyebabkan pembuluh darah menyempit dan kaku, oleh karena itu dapat meningkatkan tekanan arteri dan akan terjadi proses degeneratif yang seiring bertambahnya usia umumnya pada usia 45 tahun.

Penelitian ini menunjukkan bahwa jenis kelamin responden mayoritas adalah perempuan yaitu sebanyak 28 orang (75,7%), sedangkan laki-laki sebanyak 9 orang (24,3%). Hal ini didukung oleh penelitian (Akbar et al., 2020) bahwa perempuan sangat beresiko mengalami hipertensi dimasa tua karena perempuan yang belum

monopouse dilindungi oleh hormon esterogen yang mempunyai peran dalam meningkatkan kadar High Desity Lipoprotein (HDL). Kadar HDL tersebut dapat mempengaruhi terjadinya proses aterosklerosis yang dapat mengakibatkan tekanan darah tinggi. Selain itu perempuan memiliki harapan hidup yang lebih tinggi dari pada laki-laki oleh karena itu keberadaan lansia perempuan lebih banyak dibandingkan lansia laki-laki (Chasanah & Supratman, 2018). Berdasarkan hasil penelitian dan teori pendukung yang sudah ada, peneliti menyimpulkan bahwa lansia yang berjenis kelamin perempuan lebih rentan terkena hipertensi karena hormon esterogen pada perempuan yang sudah monopouse akan semakin menurun.

Dalam penelitian ini dilihat dari tingkat pendidikan terakhir responden lansia yang menderita hipertensi yaitu SD sebanyak 18 orang (48,6%), SMP sebanyak 8 orang (21,6%), SMA sebanyak 6 orang (16,2%), Sarjana sebanyak 2 orang (5,4%), dan tidak tamat SD sebanyak 3 orang (8,1%). Dari data tersebut, dapat disimpulkan bahwa responden lansia terbanyak adalah responden dengan tingkat Pendidikan terakhir SD. Hal tersebut dapat dipahami karena pada jaman dahulu Pendidikan dianggap belum begitu penting sehingga banyak lansia yang hanya menempuh pendidikan maksimal SD. Menurut Notoatmodjo (2010) memaparkan bahwa tingkat Pendidikan seseorang dapat mempengaruhi kemampuan seseorang tersebut dalam menerima informasi dan mengolahnya sebelum menjadi perilaku buruk yang berpengaruh pada status kesehatannya. Hal tersebut juga didukung oleh penelitian (Wahyuni & Eksanoto, 2018) bahwa setelah uji *Chi Square* antara tingkat tingkat pendidikan dengan kejadian hipertensi signifikan hitungny

sebesar 0.000 dimana angka tersebut dibawah taraf signifikansi tabel sebesar 5% (0.05) yang dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat pendidikan dengan kejadian hipertensi. Tingkat pendidikan rendah juga berpengaruh pada kurangnya pengetahuan kesehatan tentang bagaimana cara mencegah dan mengatasi masalah kesehatan karena kemungkinan disebabkan lambat atau sulit menerima informasi (penyuluhan) yang diberikan oleh petugas Kesehatan (Putri & Supratman, 2021).

Dalam penelitian ini dilihat dari status perkawinan lansia yang menderita hipertensi terdapat lansia menikah sebanyak 31 orang (83,8%), duda sebanyak 2 orang (5,4%), dan janda sebanyak 4 orang (10,8%). Setelah melakukan uji frekuensi mayoritas lansia yang menjadi responden mempunyai status perkawinan menikah. Hal tersebut sependapat dengan penelitian sebelumnya bahwa dukungan pasangan adalah segala bentuk sikap dan perilaku yang positif yang diberikan pada seseorang yang sedang sakit atau memiliki masalah kesehatan. Pasangan sendiri memiliki peran sebagai supporting dalam segala hal contohnya keuangan, emosi, *problem solving* maupun pengasuhan. Dukungan pasangan untuk lansia penderita hipertensi contohnya seperti membantu dalam hal pengobatan, memantau makanan yang sesuai, memberikan informasi kesehatan untuk meningkatkan kualitas hidup dan memberikan dukungan kepada penderita untuk melakukan olahraga rutin (Hidayah, 2019).

Berdasarkan data hasil penelitian ini dilihat pekerjaan responden lansia yaitu ibu rumah tangga sebanyak 16 orang (43,2%), buruh sebanyak 6 orang (16,2%), wiraswasta sebanyak 5 orang

(13,5%), pensiunan sebanyak 2 orang (5,4%), dan tidak bekerja sebanyak 8 orang (21,6%). Dapat disimpulkan bahwa mayoritas pekerjaan responden lansia yang menderita hipertensi adalah sebagai ibu rumah tangga. Hal ini didukung dengan penelitian (Akbar et al., 2020) bahwa responden terbesar yang mengalami hipertensi yaitu yang memiliki pekerjaan ibu rumah tangga (82,8%), hal tersebut dikarenakan pekerjaan ibu rumah tangga mempunyai beban kerja yang berat, fasilitas kerja yang belum memadai, tanggung jawab yang tidak jelas, peran dalam kerja yang tidak jelas dan terdapat tuntutan kerja serta tuntutan keluarga sehingga dapat menyebabkan stres kemudian berakibat hipertensi. Dilihat dari data hasil penelitian ini sistole responden lansia yang termasuk hipertensi tingkat 1 sebanyak 11 orang (29,7%), hipertensi tingkat 2 sebanyak 26 orang (70,3%). Sedangkan diastole responden yang termasuk normal terdapat sebanyak 11 orang (29,7%), pra-hipertensi sebanyak 6 orang (16,2%), hipertensi tingkat 1 sebanyak 12 orang (32,4%), dan hipertensi tingkat 2 sebanyak 8 orang (21,6%). Setelah dilakukan uji frekuensi didapatkan sistole responden lansia rata-rata 140-159 mmHg dan diastole responden lansia 90-99 mmHg maka dapat disimpulkan mayoritas lansia dalam penelitian ini sistole termasuk hipertensi tingkat 2 dan diastole masuk dalam hipertensi tingkat 1. Keadaan tersebut dapat dipahami karena semakin bertambahnya usia maka tekanan darah akan semakin meningkat. Hal tersebut didukung oleh penelitian (Soekidjo, 2007) bahwa semakin tua maka akan rentan terkena hipertensi karena saat usia lanjut arteri besar kehilangan kelenturannya dan akan menjadi kaku maka darah pada

setiap denyut jantung dipaksa untuk melewati pembuluh darah yang sempit daripada biasanya hal ini yang dapat menyebabkan tekanan darah naik.

Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa dari 37 responden lansia yang menderita hipertensi di desa Luwang, Gatak didapatkan hasil sebanyak 9 orang mengalami stres ringan (24,3%), 26 orang mengalami stres sedang (70,3%), dan 2 orang mengalami stres berat (5,4%). Setelah dilakukan uji frekuensi didapatkan paling banyak lansia mengalami stres sedang. Keadaan ini dapat dipahami karena hipertensi yang diderita responden lansia dapat mengakibatkan stres. Begitu pula sebaliknya stres dapat menyebabkan tekanan darah menjadi naik atau hipertensi karena stres dapat memicu hormone yang ada dalam tubuh yang mengendalikan pikiran seseorang.

Berdasarkan tabulasi silang antara usia dengan tingkat stres menunjukkan bahwa lansia yang menderita hipertensi dan mengalami stres sedang paling banyak berusia antara 60-64 tahun. Hal tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa mengatakan bahwa semakin bertambahnya usia seseorang maka berakibat mengalami perubahan fisiologis dalam tubuh seperti penebalan pada dinding arteri yang menyebabkan pembuluh darah menyempit dan kaku, oleh karena itu dapat meningkatkan tekanan arteri dan akan terjadi proses degeneratif yang seiring bertambahnya usia umumnya pada usia 45 tahun (Gonidjaya et al., 2021). Disebutkan bahwa usia merupakan salah satu faktor penyebab stres, semakin tua seseorang maka semakin mudah merasakan beban stres. Lansia merasakan hidupnya menjadi semakin sulit, dan fungsi fisiologis

seperti penglihatan, pemikiran, pendengaran dan ingatan menurun (Windani et al., 2019).

Saat dilakukan wawancara pada lansia yang menderita hipertensi mereka tampak stres. Hal tersebut dapat dilihat dari tanda gejala stres yaitu, tidak sabaran, tampak gelisah dan cemas, mudah marah serta mudah tersinggung. Mereka juga menyatakan bahwa pada malam hari mereka sulit tidur, selain itu mereka juga menyatakan bahwa takut akan komplikasi yang dapat ditimbulkan dari hipertensi yang mereka derita mengingat usia mereka yang semakin tua. Pada penelitian ini lansia dominan memiliki tingkat stres sedang, hal tersebut sependapat dengan penelitian sebelumnya bahwa lebih dari separuh yaitu 51 responden (85%) lansia mengalami stres sedang kemudian sisanya 9 responden (15%) lansia mengalami stres berat (Mardiana, 2014). Tingkat stres yang dialami pada lansia diakibatkan karena tinggi rendahnya tekanan dari stressor yang berupa perubahan-perubahan baik fisik, mental, psikologis maupun kehidupan sosial yang dijalani lansia (Ilham et al., 2020).

Berdasarkan karakteristik jenis kelamin menunjukkan bahwa 21 lansia perempuan (75,0%) mengalami stres sedang, hal ini sependapat dengan pendapat Kaplan dan Saddock (2010) dalam (Amira et al., 2021) bahwa perbedaan jenis kelamin dalam prevalensi stres dikarenakan adanya perbedaan menghadapi masalah, perbedaan hormone seks, perbedaan sosialisasi, perbedaan peran sosial, dan perbedaan reaksi terhadap stres dalam kehidupan lansia. Dalam penelitian ini terdapat 2 lansia (5,4%) dengan tingkat stres berat. Peneliti berpendapat bahwa stres berat yang dialami lansia tersebut dipengaruhi oleh salah satu

karakteristik mereka yaitu status perkawinan, karena dilihat dari data kedua responden tersebut sudah tidak memiliki pasangan hidup atau berstatus duda dan janda. Hal ini sependapat dengan penelitian sebelumnya bahwa individu yang masih mempunyai pasangan akan cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah karena dukungan dari pasangan sangat diperlukan lansia agar dapat hidup dengan tenang, mempunyai kepuasan dalam hidup, menambah motivasi untuk sembuh, dapat menemukan makna kehidupan dan lebih mudah untuk menerima dirinya sebagai seorang lansia (Ilham et al., 2020).

Penelitian lain menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan tingkat tekanan darah pada lansia karena didapatkan p value .027 yang berarti p value <0.05 yang artinya H1 diterima. Ketika seseorang mengalami stres maka hormone stres yaitu hormone adrenalin, kortisol, dan tiroksin akan meningkat dan mempengaruhi system homeostatis. Kemudian adrenaline yang bekerja secara sinergis dengan sistem syaraf akan menyebabkan vasokonstriksi yang mengakibatkan darah akan lebih banyak dipompa, sehingga mempengaruhi peningkatan detak jantung dan tekanan darah (Tyas & Zulfikar, 2021). Jika stres tersebut berlangsung lama maka tekanan darah akan tetap tinggi dan dapat menyebabkan hipertensi pada lansia. Hal tersebut didukung oleh penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa stres merupakan salah satu faktor lingkungan yang dapat menyebabkan tekanan darah tinggi (Delavera et al., 2021)

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang dilakukan di desa Luwang, Gatak Sukoharjo ini, dapat ditarik kesimpulan bahwa responden lansia yang menderita hipertensi berjumlah 37 orang mayoritas berjenis kelamin perempuan. Berdasarkan usia paling dominan yaitu antara usia 60-64 tahun. Berdasarkan tingkat Pendidikan paling banyak dengan tingkat pendidikan terakhir SD. Berdasarkan status pernikahan rata-rata responden lansia memiliki pasangan atau menikah, untuk pekerjaan lansia paling banyak yaitu ibu rumah tangga dan berdasarkan tekanan darah sistole mayoritas lansia yaitu >160 mmHg atau termasuk hipertensi tingkat 2 sedangkan diastole 90-99 mmHg atau termasuk hipertensi tingkat 1. Hasil penelitian tingkat stres pada lansia yang menderita hipertensi di desa Luwang, Gatak rata-rata mengalami stres sedang.

Dengan adanya penelitian ini diharapkan tingkat stres yang dialami lansia yang menderita hipertensi menjadi berkurang dengan kegiatan-kegiatan yang positif dan tetap melakukan gaya hidup sehat serta selalu konsisten dalam menjalankan terapi pengobatan yang telah diresepkan oleh tenaga kesehatan. Selain itu hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi dan dapat lebih dikembangkan dengan menambah sampel dan variabel lain yang masih berhubungan dengan tingkat stres pada lansia yang menderita hipertensi agar tingkat stres yang dialami lansia yang menderita hipertensi menjadi berkurang.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, F., Nur, H., Humaerah, U. I., Keperawatan, A., Wonomulyo, Y., & Gatot Subroto, J. (2020). Karakteristik hipertensi pada lanjut usia di desa buku (Characteristics of Hypertension in the Elderly). *Jwk*, 5(2), 2548-4702.
- Amira, I., Suryani, & Hendrawati D.A. (2021). Hubungan tingkat stres dengan hipertensi pada lansia di puskesmas guntir kabupaten garut. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu Ilmu Keperawatan, Analisis Kesehatan Dan Farmasi*, 21(1), 21-28.
- Azizah, R., & Hartanti, R. D. (2016). Hubungan antara tingkat stress dengan kualitas hidup lansia hipertensi di wilayah kerja puskesmas Wonopringgo Pekalongan. *Jurnal University Reseach Coloquium*, 261-278.
- Buanasari, A. (2019). *Gambaran tingkat stres pada lansia*. 7.
- Chasanah, N., & Supratman, S. (2018). Hubungan kualitas tidur dengan kualitas hidup pada lansia di Surakarta. *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan*, 11(1), 10-18. <https://doi.org/10.23917/bik.v11i1.10586>
- Choowanthanapakorn, M., Seangpraw, K., & Ong-artborirak, P. (2021). Effect of stress management training for the elderly in rural Northern Thailand. *The Open Public Health Journal*, 14(1), 62-70. <https://doi.org/10.2174/1874-944502114010062>
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. In *Journal of Health and Social Behavior* (Vol. 24, Issue 4, pp. 385-396).

- Delavera, A., Siregar, K. N., Jazid, R., & Eryando, T. (2021). Hubungan kondisi psikologis stress dengan hipertensi pada penduduk usia ≥ 15 tahun di Indonesia. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, Dan Informatika Kesehatan*, 1(3), 148.
<https://doi.org/10.51181/bikfokes.v1i3.5249>
- Dinas Kesehatan Sukoharjo. (2019). Profil kesehatan Kabupaten Sukoharjo 2019. *Dinas Kesehatan Sukoharjo*, 3(April), 49-58.
- Gonidjaya, J. J., Que, B. J., Kailola, N. E., Titaley, C. R., & Kusadhiani, I. (2021). Prevalensi dan karakteristik penderita hipertensi pada penduduk desa banda baru kabupaten Maluku Tengah tahun 2020 central Maluku district 2020. *PAMERI (Pattimura Medical Review)*, 3(April), 52.
- Hidayah, N. (2019). *Hubungan dukungan psikososial perawat terhadap kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2 di rsud sultan syarif mohamad alkadrie kota Pontianak*. 031.
- Ilham, R., Ibrahim, S. A., & Igrisa, M. D. P. (2020). Pengaruh terapi reminiscence terhadap tingkat stres pada lansia di panti sosial tresna werdha. *Jambura Journal of Health Sciences and Research*, 2(1), 12-23.
<https://doi.org/10.35971/jjhsr.v2i1.4349>
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Hipertensi si pembunuh senyap*.
- Mardiana, Y. (2014). Hubungan antara tingkat stres lansia dan kejadian hipertensi pada lansia di rw 01 Kunciran Tangerang. *Jurnal Forum Ilmiah*, 11(2), 261-262.
<https://ejurnal.esaunggul.ac.id/index.php/Formil/article/viewFile/881/811#:~:text=Kesi mpulannya adalah tidak ada hubungan,lansia di RW01 Kunciran Tangerang.>
- Nabilla, S., Laksmi, A., & Supratman, S. (2021). Gambaran tingkat stres dan kecemasan penderita hipertensi di Baki kabupaten Sukoharjo. *Prosiding Seminar Nasional Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 69-75.
- Parida Hanum, Rahayu Lubis, R. (2019). Hubungan karakteristik dan dukungan keluarga lansia dengan kejadian stroke pada lansia hipertensi di rumah sakit umum pusat haji adam malik medan. *Concept and Communication*, null(23), 301-316.
<https://doi.org/10.15797/concom.2019..23.009>
- Putri, M. S., & Supratman, S. (2021). *Gambaran kualitas hidup pada lansia pada aspek hubungan sosial penderita hipertensi di wilayah puskesmas Pajang Surakarta*. 65-72.
- Ropika, N. (2019). Efektifitas pemberian senam lanjut usia terhadap tingkat stres usia lanjut di panti sosial Tresna Werdha Batusangkar. *Menara Ilmu*, XIII(2), 102-114.
<http://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/view/1189>
- Sekec Prisilia Alva, J. Bidjuni Hendro, L. J. (2016). *Hubungan kejadian stres dengan penyakit hipertensi pada lansia di balai penyatuan lanjut usia Senjah Cerah kecamatan Mapanget kota Manado*. 4(June), 1-5.
- Septi Fandinata, S., & Ernawati, I. (2020). Management terapi pada penyakit degeneratif:

- mengenal, mencegah dan mengatasi penyakit degeneratif. *Diabetes Mellitus Dan Hipertensi*.
- Soekidjo, N. (2007). *Promosi kesehatan dan ilmu perilaku / Soekidjo Notoatmodjo*. Rineka Cipta.
- Sofiana Liena, Puraatmadja Yudha, Kartika S Baiq Sandi, Pangulu Abdul Haris R, P. I. H. (2018). *Upaya peningkatan pengetahuan tentang hipertensi melalui metode penyuluhan*. 2(1), 171-176.
- Sulistiyowati Endang Tri. (2021). *Penurunan tingkat srtes lansia dengan senam lansia di dusun Mangir Tengah Pajangan Bantul*. 1(9).
- Tandon, M. (2017). Assessment of the level of stress among elderly. ~ 31 ~ *International Journal of Home Science*, 3(2), 31-33.
www.aeriagloris.com/stressar
- articles/agingstress.htm
- Tyas, S. A. C., & Zulfikar, M. (2021). Hubungan tingkat stress dengan tingkat tekanan darah pada lansia. *Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer*, 1(2), 75-82.
<https://jurnal.ikbis.ac.id/JPKK/article/view/272>
- Wahyuni, & Eksanoto, D. (2018). Hubungan tingkat pendidikan dan jenis kelamin dengan kejadian hipertensi di kelurahan Jagalan di wilayah kerja puskesmas Pucangsawit Surakarta. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*, 1(1), 112-121.
- Windani, C., Sari, M., Sumarni, N., & Rahayu, Y. S. (2019). *Jurnal K keperawatan muhammadiyah hubungan stres terhadap tekanan darah pada lansia hipertensi di wilayah kerja puskesmas Kadungora kabupaten Garut*. 4(2).