

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DAN KEMANDIRIAN DALAM *ACTIVITY DAILY LIVING* (ADL) TERHADAP KUALITAS HIDUP LANSIA HIPERTENSI DI JAKARTA TIMUR

Eska Riyanti Kariman^{1*}, Nurdahlia², Tri Endah Pangestuti³, Kaila Kamila⁴

¹Prodi D III Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Jakarta I

²Prodi D IV Promosi Kesehatan, Poltekkes Kemenkes Jakarta III

³⁻⁴Prodi D IV Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Jakarta III

Email Korespondensi: riyantieska@gmail.com

Disubmit: 28 Maret 2026

Diterima: 22 Juni 2026

Diterbitkan: 01 Juli 2026

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v8i7.25411>

ABSTRACT

The elderly are a vulnerable population at risk of health decline. One of the most common degenerative diseases in the elderly is hypertension. The Indonesian Health Survey (SKI) states that hypertension is the fourth highest risk factor for death in Indonesia. People with hypertension generally have a lower quality of life compared to those without hypertension. Several factors that influence quality of life include psychological health, such as anxiety, and physical health, namely independence in daily activities. This study was conducted to determine the relationship between anxiety levels and independence in daily living activities (ADL) with blood pressure in elderly with hypertension in the Ciracas District Community Health Center Work Area, East Jakarta. This research is quantitative with a cross-sectional design. This research was conducted in April 2025. Sampling used a purposive sampling technique with a sample of 106 respondents. Data collection used primary data and questionnaire instruments. Data analysis used the Chi-Square test. The results of the study conducted on 106 respondents showed that 76 (71.7%) elderly had mild anxiety levels and 90 (84.9%) elderly had high levels of independence. There was a significant relationship between anxiety levels and quality of life ($p = <0.001$) and there was a significant relationship between independence in activities of daily living (ADL) and quality of life ($p = <0.001$). There is a significant relationship between the level of anxiety and independence in daily living activities (ADL) with quality of life.

Keywords: *Elderly Hypertension, Anxiety Level, Activity Daily Living (ADL), Quality of Life.*

ABSTRAK

Lansia merupakan masyarakat rentan\berisiko terhadap penurunan kesehatan, salah satu penyakit degenerative yang paling sering terjadi pada lansia adalah hipertensi. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) mengatakan hipertensi merupakan faktor risiko tertinggi penyebab kematian keempat di Indonesia. Orang yang mengidap hipertensi umumnya memiliki kualitas hidup yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang tidak mengidap hipertensi. Beberapa faktor

yang mempengaruhi kualitas hidup diantaranya adalah kesehatan psikologis salah satunya yaitu kecemasan dan kesehatan fisik yaitu kemandirian dalam aktivitas sehari-hari. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dan kemandirian dalam *activity daily living* (ADL) dengan tekanan darah pada lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Ciracas Jakarta Timur. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April 2025. Pengambilan Sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan sampel sebanyak 106 responden. Pengumpulan data menggunakan data primer dan instrumen kuesioner. Analisis data menggunakan uji *Chi-Square*. Hasil penelitian dilakukan pada 106 responden didapatkan 76 (71,7%) lansia memiliki tingkat kecemasan ringan dan 90 (84,9%) lansia memiliki tingkat kemandirian tinggi. Ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kualitas hidup ($p = < 0,001$) dan ada hubungan yang signifikan antara kemandirian dalam *activity daily living* (ADL) dengan kualitas hidup ($p = < 0,001$). terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dan kemandirian dalam *activity daily living* (ADL) dengan kualitas hidup.

Kata Kunci: Lansia Hipertensi, Tingkat Kecemasan, *Activity Daily Living* (ADL), Kualitas Hidup.

PENDAHULUAN

Lansia merupakan tahap akhir dari perkembangan usia pada manusia. Oleh karena itu, banyak terjadi penurunan baik kognitif, fisik sosial, karir dan lainnya sehingga akan berampak pada penurunan kesehatan pada lansia. Setiap manusia akan melalui tahapan perkembangan tersebut sehingga banyak yang menginginkan di usia lanjut tetap sehat dan produktif. Sehat dan produktif diusia lanjut akan meningkatkan kualitas hidup dan dapat meningkatkan harga diri dari lansia tersebut (Priyono & Asyisyia, 2022).

Jumlah populasi lansia di DKI Jakarta mencapai 942,81 ribu orang, yang setara dengan 8,91% dari keseluruhan jumlah penduduk DKI Jakarta. Berdasarkan distribusi kabupaten/kota, jumlah lansia di DKI Jakarta paling tinggi terdapat di Jakarta Timur, mencapai 250,64 ribu jiwa, yang setara dengan 26,58% dari total lansia di DKI Jakarta. Jumlah lansia yang paling sedikit terdapat di Kepulauan Seribu. Pernyataan ini

sesuai dengan distribusi jumlah penduduk DKI Jakarta berdasarkan Kabupaten/Kota. Terdapat beberapa penyakit tidak menular yang mendominasi terjadi pada lansia yaitu hipertensi, diabetes melitus, stroke, osteoarthritis, gagal ginjal dan demensia (Atiqah, H., Lumadi, A, 2020). Salah satu penyakit degenerative yang paling sering terjadi pada lansia adalah hipertensi. Hipertensi, atau tekanan darah tinggi, adalah kondisi di mana tekanan darah pada dinding arteri meningkat secara kronis. hipertensi juga dapat didefinisikan sebagai kondisi ketika tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Kondisi ini dapat menyebabkan berbagai komplikasi kesehatan serius seperti penyakit jantung, stroke, dan gangguan ginjal jika tidak dikelola dengan baik (Prastika, D., Siyam, N, 2021).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengatakan, hipertensi atau tekanan darah tinggi diperkirakan

menyebabkan 7,5 juta kematian di seluruh dunia. Angka ini setara dengan 12,8% dari total kematian di dunia. Prevalensi hipertensi pada lansia (usia ≥ 60 tahun) di Indonesia cukup tinggi. Jika berdasarkan diagnosis dokter atau riwayat konsumsi obat, angkanya sekitar 30-40%⁸. DKI Jakarta, prevalensi hipertensi di kalangan penduduk berusia 18 tahun ke atas mencapai 33,43%. Di antara kelompok lansia, prevalensi hipertensi cukup signifikan, yaitu 57,65% untuk usia 55-64 tahun dan 62,82% untuk usia 65-74 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas penderita hipertensi di Jakarta berasal dari kelompok lanjut usia (Dinkes, 2023).

Hipertensi merupakan penyakit degeneratif yang muncul seiring proses penuaan akibat melemahnya fungsi organ dan kemunduran fisik, sehingga berdampak pada kualitas hidup lansia. Hasil penelitian Jumaiyah, didapatkan kebanyakan dari lansia mempunyai kualitas hidup yang buruk di wilayah kerja Puskesmas Pantai Hambawang sebanyak 30 lansia (53,6%).

Penelitian ini juga menyatakan orang yang menderita hipertensi umumnya memiliki kualitas hidup yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang tidak mengidap hipertensi. Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup mencakup dukungan keluarga, dukungan teman sebaya, lingkungan tempat tinggal, kesehatan fisik, kesehatan psikologis, layanan kesehatan, status perkawinan, pendidikan. Salah satu faktor psikologis yaitu kecemasan, masalah ini kerap dialami oleh lansia, yang sering kali merasa kehilangan kendali atas hidup mereka, Tingginya tingkat kecemasan dan depresi di kalangan lansia dapat memicu peningkatan tekanan darah

(Widiastuti *et al*, 2022). Penelitian ini menunjukkan bahwa individu yang mengalami kecemasan memiliki risiko hipertensi yang hingga empat kali lipat lebih tinggi (Avelina, Y., Natalia, Y, 2020).

Berdasarkan uraian masalah di atas maka bagaimanakah Hubungan Tingkat Kecemasan Dan Kemandirian Dalam *Activity Daily Living* (Adl) Terhadap Kualitas Hidup Lansia Hipertensi Di Jakarta Timur?.

TINJAUAN PUSTAKA

Selain itu pemberian intervensi kognitif juga dilakukan untuk peningkatan kinerja lansia. Perubahan lingkungan hidup juga dapat mempengaruhi aktivitas dan kehadiran lansia di masyarakat (Mortazavi *et al.*, 2018). Peningkatan atau perbaikan aktivitas fisik tidak menjadi satusatunya faktor yang berpengaruh pada perbaikan kualitas hidup lansia. Hal ini dikarenakan berbagai faktor lain dapat mempengaruhi kondisi lansia seperti pola makan, dukungan keluarga, keuangan, sosial dan budaya. Pada umumnya lansia mengalami beberapa masalah kesehatan seperti kelemahan otot, vertigo, gangguan gaya berjalan dan keseimbangan, gangguan penglihatan dan pendengaran, gangguan kognitif dan sensorik, hipotensi ortostatik, diabetes mellitus dan osteoporosis. Selain itu, penggunaan obat-obatan pada lansia seperti sedatif (hipnotik, sedatif, antipsikotik dan antidepresan, yang dapat menyebabkan sedasi, gangguan keseimbangan dan koordinasi), obat kardiovaskular (diuretik dan beta-blocker dapat menyebabkan atau memperburuk hipotensi ortostatik) (Febriantami, 2026),

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif non eksperimen dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel penelitian ini sebanyak 106 lansia hipertensi di Kecamatan Ciracas Jakarta Timur melalui teknik pengambilan *purposive sampling* dengan kriteria inklusi yaitu lansia hipertensi yang bersedia menjadi responden dan kooperatif. Variabel independen dalam penelitian ini adalah tingkat kecemasan dan kemandirian dalam *activity daily living* (ADL), sedangkan variabel dependen adalah kualitas hidup. Pengumpulan data menggunakan kuesioner data demografi, kuesioner tingkat kecemasan menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS)

dengan hasil uji alpha cronbach 0.856, kuesioner kemandirian dalam *Basic Activity Daily Living* (BADL) menggunakan Indeks Katz dengan hasil uji alpha cronbach 0.759, serta kuisisioner kualitas hidup menggunakan kuisisioner modifikasi antara WHOQOL-BREF dan WHOQOL-OLD dengan hasil uji alpha cronbach 0.778. Analisis data menggunakan analisis univariat untuk mengetahui gambaran dan presentase dari masing-masing variabel dan analisis bivariat dengan menggunakan uji *chi-square* untuk menentukan hubungan kedua variabel. Penelitian ini telah menerima sertifikat kelayakan etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Kemenkes Jakarta III.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Lansia Hipertensi di Kecamatan Ciracas, Jakarta Timur

		Frekuensi	Persentase (%)
Usia	Lansia muda (60- 69 tahun)	69	65,1
	Lansia madya (70-79 tahun)	36	34
	Lansia tua (>80 tahun)	1	0,9
Jenis Kelamin	Laki-laki	36	34
	Perempuan	70	66
Pendidikan Terakhir	SD	69	65,1
	SMP	25	23,6
	SMA	11	10,4
	Perguruan Tinggi	1	0,9
Status Pekerjaan	Bekerja	12	11,3
	Tidak Bekerja	94	88,7
Status Perkawinan	Menikah	70	66
	Janda/Duda	36	34

Berdasarkan hasil analisis karakteristik responden, kelompok usia terbanyak adalah lansia muda (60-69 tahun) dengan 69 lansia (65,1%). Terdapat 70 lansia berjenis

kelamin perempuan (66%). Didapatkan sebagian besar lansia yaitu 69 orang (65,1%) memiliki tingkat pendidikan SD, lalu responden yang masuk dalam

kategori tidak bekerja yaitu sebanyak 94 orang (88,7%) dan didapatkan sebagian besar responden memiliki status perkawinan menikah sebanyak 70 orang (66%). Temuan ini sejalan dengan penelitian (Amalia & Sjarqiah, 2022) yang dimana mayoritas kelompok umur lansia hipertensi tertinggi adalah lansia muda sebanyak 51 orang (83,6%). Penelitian ini menyatakan tekanan darah pada saat masih remaja

umumnya berada di bawah kisaran normal. Kemudian, tekanan darah akan meningkat saat memasuki masa dewasa muda dan terus bertambah seiring pertambahan usia hingga dewasa akhir bahkan lansia. Hal ini terjadi karena penurunan fungsi sistem pembuluh darah, dimana dinding pembuluh darah mengalami penebalan serta keelastisannya berkurang, sehingga dapat memicu terjadinya hipertensi.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Lansia Hipertensi di Kecamatan Ciracas, Jakarta Timur

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Persentase (%)
Ringan	76	71,7
Sedang	30	28,3

Hasil penelitian diperoleh bahwa sebagian besar lansia memiliki tingkat kecemasan ringan

yaitu sebanyak 76 lansia (71,7%), sedangkan 30 lansia (28,3%) memiliki tingkat kecemasan sedang.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Kemandirian Dalam BADL Pada Lansia Hipertensi di Kecamatan Ciracas, Jakarta Timur

Tingkat Kemandirian	Frekuensi	Persentase (%)
Mandiri	90	84,9
Ketergantungan	16	15,1

Hasil penelitian diperoleh, sebagian besar lansia yang menderita hipertensi dengan tingkat kemandirian mandiri sebanyak 90

(84,9%) lansia, sedangkan dengan tingkat ketergantungan didapatkan sebanyak 16 (15,1%) lansia.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kualitas Hidup Pada Lansia Hpertensi di Kecamatan Ciracas, Jakarta Timur

Kualitas Hidup	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	65	61,3
Buruk	41	38,7

Hasil penelitian diperoleh, sebagian besar lansia memiliki kualitas hidup baik, yaitu sebanyak 65 (61,3%) lansia, sedangkan lansia

yang memiliki kualitas hidup buruk didapatkan sebanyak 41 (38,7%) lansia.

Tabel 5. Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi di Kecamatan Ciracas, Jakarta Timur

Tingkat Kecemasan	Kualitas Hidup				Total		P-value	OR (95 % CI)
	Baik		Buruk		N	%		
	N	%	N	%				
Kecemasan Ringan	55	72,4	21	27,6	76	100	< 0,001	5,238 (2.107-13.019)
Kecemasan Sedang	10	33,3	20	66,7	30	100		

Berdasarkan hasil penelitian, lansia yang mengalami hipertensi dengan kecemasan ringan memiliki kualitas hidup baik sebanyak 55 (72,4%) lansia dan kualitas hidup buruk sebanyak 21 (27,6%), sedangkan lansia hipertensi dengan tingkat kecemasan sedang yang memiliki kualitas hidup buruk sebanyak 20 (66,7%) lansia dan kualitas hidup baik sebanyak 10 (33,3%). Hasil ini dibuktikan dengan uji statistik Chi Square didapatkan

nilai $p = <0,001$ yang artinya ada hubungan bermakna antara tingkat kecemasan dengan kualitas hidup lansia yang menderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Ciracas, Jakarta Timur. Dari nilai OR dapat disimpulkan bahwa lansia dengan kecemasan ringan berpeluang 5,238 kali memiliki kualitas hidup baik dibandingkan dengan lansia dengan tingkat kecemasan sedang.

Tabel 6. Hubungan Tingkat Kemandirian BADL Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi di Kecamatan Ciracas, Jakarta Timur

Tingkat Kemandirian	Kualitas Hidup				Total		P-value	OR (95% CI)
	Baik		Buruk		N	%		
	N	%	N	%				
Mandiri	63	70	27	30	90	100	<0,001	16.333 (3.471-76.852)
Ketergantungan	2	12,5	14	87,5	16	100		

Berdasarkan hasil penelitian, lansia yang mengalami hipertensi dengan tingkat kemandirian mandiri dalam melakukan BADL memiliki kualitas hidup baik sebanyak 63 (70%) lansia, sedangkan lansia hipertensi yang mengalami ketergantungan dalam melakukan BADL memiliki kualitas hidup buruk sebanyak 14 (87,5%) lansia. Hasil ini dibuktikan dengan uji statistik Chi Square didapatkan nilai $p = <0,001$ yang artinya ada hubungan bermakna

antara tingkat kemandirian *basic activity daily living* (BADL) dengan kualitas hidup lansia yang menderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Ciracas, Jakarta Timur. Dari nilai OR dapat disimpulkan bahwa lansia yang mandiri dalam melakukan BADL berpeluang 16.333 kali memiliki kualitas hidup baik dibandingkan dengan lansia yang memiliki ketergantungan dalam melakukan BADL.

PEMBAHASAN

Distribusi Frekuensi Karakteristik Lansia Hipertensi di Kecamatan Ciracas, Jakarta Timur

Berdasarkan hasil analisis karakteristik responden, kelompok usia terbanyak adalah lansia muda (60-69 tahun) dengan 69 lansia (65,1%). Terdapat 70 lansia berjenis kelamin perempuan (66%). Didapatkan sebagian besar lansia yaitu 69 orang (65,1%) memiliki tingkat pendidikan SD, lalu responden yang masuk dalam kategori tidak bekerja yaitu sebanyak 94 orang (88,7%) dan didapatkan sebagian besar responden memiliki status perkawinan menikah sebanyak 70 orang (66%).

Temuan ini sejalan dengan penelitian (Amalia & Sjarqiah, 2022) yang dimana mayoritas kelompok umur lansia hipertensi tertinggi adalah lansia muda sebanyak 51 orang (83,6%). Penelitian ini menyatakan tekanan darah pada saat masih remaja umumnya berada di bawah kisaran normal. Kemudian, tekanan darah akan meningkat saat memasuki masa dewasa muda dan terus bertambah seiring pertambahan usia hingga dewasa akhir bahkan lansia. Hal ini terjadi karena penurunan fungsi sistem pembuluh darah, dimana dinding pembuluh darah mengalami penebalan serta keelastisannya berkurang, sehingga dapat memicu terjadinya hipertensi.

Sebagian besar lansia hipertensi pada penelitian ini berjenis kelamin perempuan hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Amalia & Sjarqiah, 2022) dimana sebagian besar lansia hipertensi berjenis kelamin perempuan sebanyak 54 orang (58,7%), perempuan lansia memiliki risiko hipertensi yang lebih tinggi

dibandingkan laki-laki². Hal ini disebabkan oleh faktor menopause, yang mengakibatkan penurunan kadar hormon estrogen. Selain itu di Indonesia, jumlah lansia perempuan lebih banyak (52,82%) dibandingkan lansia laki-laki (47,72%). Demikian pula di DKI Jakarta, proporsi lansia perempuan (52,33%) lebih tinggi daripada lansia laki-laki (47,67%) (Darmawati, I., Kurniawan, A, 2021).

Mayoritas lansia memiliki tingkat pendidikan SD (Sekolah Dasar), sejalan dengan data Badan Pusat Statistik (BPS, 2023) yang mengungkapkan bahwa akses pendidikan pada masa lalu masih terbatas. Di Indonesia, kelompok lansia masih didominasi oleh mereka yang berpendidikan rendah, dengan 29,00% tidak tamat SD dan 11,68% bahkan tidak pernah menempuh pendidikan sama sekali. Sementara itu, hanya sekitar 17,37% lansia yang memiliki pendidikan setara SMA ke atas. Tingkat pendidikan memiliki korelasi erat dengan penguasaan ilmu pengetahuan, yang berperan penting dalam membentuk perilaku kesehatan⁵.

Pada penelitian ini mayoritas lansia dengan status tidak bekerja. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Prastika & Siyam, 2021), sebagian besar responden mengungkapkan alasan mereka sudah tidak bekerja dikarenakan beberapa faktor, salah satunya yaitu kondisi fisik yang mulai melemah akibat dari proses penuaan. Disamping itu mereka juga mengungkapkan bahwa keluhan yang dirasakan akibat penyakit hipertensi seringkali mengganggu aktivitas sehari-hari sehingga mereka menganggap dirinya sudah tidak mampu lagi untuk bekerja (Amalia, N., Sjarqiah, U, 2020).

Hasil penelitian didapatkan mayoritas lansia berstatus menikah,

hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Andila *et.al*, 2022) didapatkan hasil adanya hubungan status pernikahan terhadap aspek kesehatan, dikarenakan lansia yang menikah memiliki tidur yang lebih baik, suasana hati jauh lebih baik serta diet yang lebih sehat sehingga memiliki kualitas hidup yang baik dibandingkan dengan lansia yang tidak menikah.

Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Lansia Hipertensi di Kecamatan Ciracas, Jakarta Timur

Hasil penelitian diperoleh bahwa sebagian besar lansia memiliki tingkat kecemasan ringan yaitu sebanyak 76 lansia (71,7%), sedangkan 30 lansia (28,3%) memiliki tingkat kecemasan sedang. Berdasarkan hasil analisis yang didapatkan, mayoritas lansia di wilayah Ciracas memiliki tingkat kecemasan ringan, hal ini sejalan dengan penelitian (Prianahatin *et al.*, 2023) didapatkan hasil bahwa responden yang memiliki kecemasan ringan yaitu dengan persentase 77.5% atau 31 responden. Temuan ini juga sesuai dengan penelitian (Sholikhah, 2021) yang menyatakan kecemasan adalah suatu perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dari ketidakmampuan mengatasi suatu masalah atau tidak adanya rasa aman¹⁴. Interaksi sosial yang terjaga membuat lansia merasa tidak sendirian dalam menghadapi masalah kesehatan, seperti hipertensi, sehingga mengurangi perasaan khawatir berlebihan. Selain itu, akses yang mudah terhadap layanan kesehatan, seperti posyandu lansia atau puskesmas terdekat, membuat mereka lebih rutin memantau tekanan darah dan mendapatkan edukasi tentang manajemen hipertensi, sehingga

kecemasan terhadap penyakit dapat dikendalikan.

Distribusi Frekuensi Tingkat Kemandirian Dalam BADL Pada Lansia Hipertensi di Kecamatan Ciracas, Jakarta Timur

Hasil penelitian diperoleh, sebagian besar lansia yang menderita hipertensi dengan tingkat kemandirian mandiri sebanyak 90 (84,9%) lansia, sedangkan dengan tingkat ketergantungan didapatkan sebanyak 16 (15,1%) lansia.

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki tingkat kemandirian yaitu mandiri. Hasil ini sejalan dengan penelitian (Sutria *et al.*, 2022) didapatkan hasil bahwa rata-rata tingkat kemandirian lansia yang menderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Bajeng Kabupaten Gowa berada pada kategori kemandirian tinggi. Temuan ini juga sesuai dengan penelitian (Nurti *et al.*, 2022) yang menyatakan bahwa banyak lansia masih mampu melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri, seperti mandi, makan, menggunakan toilet, dan beribadah. Dukungan utama bagi lansia berasal dari suasana rumah yang mendukung, membantu mereka menghadapi masalah kesehatan, termasuk penyakit kronis.

Distribusi Frekuensi Kualitas Hidup Pada Lansia Hpertensi di Kecamatan Ciracas, Jakarta Timur

Hasil penelitian diperoleh, sebagian besar lansia memiliki kualitas hidup baik, yaitu sebanyak 65 (61,3%) lansia, sedangkan lansia yang memiliki kualitas hidup buruk didapatkan sebanyak 41 (38,7%) lansia.

Hasil penelitian ini di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Ciracas, Jakarta Timur didapatkan mayoritas lansia memiliki kualitas hidup baik,

hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Adelia & Supratman, 2023) didapatkan hasil bahwa sebagian besar lansia memiliki kualitas hidup yang baik¹. Kualitas hidup pada lansia dapat berbeda-beda tergantung pada kondisi fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan masing-masing individu. Perbedaan ini muncul karena persepsi setiap lansia terhadap makna kebahagiaan dan kepuasan hidup sangat subjektif, dipengaruhi oleh pengalaman, nilai-nilai hidup, serta harapan mereka di masa tua. Seorang lansia dikatakan memiliki kualitas hidup yang baik apabila ia merasa puas dan bahagia dalam menjalani masa akhir hidupnya, yang ditandai dengan penerimaan diri, ketenangan batin, serta kemampuan untuk tetap mandiri dan aktif secara sosial (Nurti, D., Zulfitri, R., Jumaini, 2022).

Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi di Kecamatan Ciracas, Jakarta Timur

Berdasarkan hasil penelitian, lansia yang mengalami hipertensi dengan kecemasan ringan memiliki kualitas hidup baik sebanyak 55 (72,4%) lansia dan kualitas hidup buruk sebanyak 21 (27,6%), sedangkan lansia hipertensi dengan tingkat kecemasan sedang yang memiliki kualitas hidup buruk sebanyak 20 (66,7%) lansia dan kualitas hidup baik sebanyak 10 (33,3%). Hasil ini dibuktikan dengan uji statistik Chi Square didapatkan nilai $p = <0,001$ yang artinya ada hubungan bermakna antara tingkat kecemasan dengan kualitas hidup lansia yang menderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Ciracas, Jakarta Timur. Dari nilai OR dapat disimpulkan bahwa lansia dengan kecemasan ringan berpeluang 5,238 kali memiliki

kualitas hidup baik dibandingkan dengan lansia dengan tingkat kecemasan sedang.

Hasil ini juga sejalan dengan penelitian (Adelia & Supratman, 2023) yang menyatakan tingkat kecemasan yang dialami lansia penderita hipertensi dapat dipicu oleh kekhawatiran akan kondisi kesehatannya. Pada lansia, kecemasan sering terlihat dari perubahan fisiologis seperti tubuh gemetar, berkeringat, atau detak jantung cepat, serta perubahan perilaku seperti gelisah dan respons berlebihan terhadap rangsangan. Semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami, semakin baik kualitas hidup lansia tersebut. Hal ini karena kecemasan yang terkait dengan risiko komplikasi hipertensi dapat berdampak signifikan pada penurunan kualitas hidup (Prianahatin, A. L., Retnaningsih, D., & Kustriyani, M, 2023).

Senada dengan hasil dengan penelitian (Irawan *et al.*, 2023) temuan ini memperkuat bahwa terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas hidup lansia dengan hipertensi. Adanya hubungan hal ini dikarenakan semakin baiknya tingkat kecemasan maka kualitas hidup lansia meningkat dan lansia tersebut akan terhindar dari berbagai kecemasan yang melanda hidupnya. Hal ini juga bisa dicegah dengan dirinya sendiri supaya bisa menerapkan pola hidup yang lebih sehat lagi.

Hubungan Tingkat Kemandirian BADL Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi di Kecamatan Ciracas, Jakarta Timur

Berdasarkan hasil penelitian, lansia yang mengalami hipertensi dengan tingkat kemandirian mandiri dalam melakukan BADL memiliki kualitas hidup baik sebanyak 63 (70%) lansia, sedangkan lansia hipertensi

yang mengalami ketergantungan dalam melakukan BADL memiliki kualitas hidup buruk sebanyak 14 (87,5%) lansia. Hasil ini dibuktikan dengan uji statistik Chi Square didapatkan nilai $p = <0,001$ yang artinya ada hubungan bermakna antara tingkat kemandirian *basic activity daily living* (BADL) dengan kualitas hidup lansia yang menderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Ciracas, Jakarta Timur. Dari nilai OR dapat disimpulkan bahwa lansia yang mandiri dalam melakukan BADL berpeluang 16.333 kali memiliki kualitas hidup baik dibandingkan dengan lansia yang memiliki ketergantungan dalam melakukan BADL.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan (Sutria *et al.*, 2022) bahwa terdapat hubungan antara tingkat kemandirian dan kualitas hidup lansia yang menderita hipertensi dengan hasil (p value $0,001 < 0,05$). Secara umum, hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia dengan hipertensi cenderung memiliki tingkat kemandirian dan kualitas hidup yang baik. Temuan ini mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Berdasarkan analisis statistik yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi positif antara tingkat kemandirian dan kualitas hidup pada kelompok lansia penderita hipertensi. Artinya, ketika tingkat kemandirian lansia meningkat, kualitas hidup mereka juga cenderung mengalami peningkatan. Hubungan ini menggambarkan bahwa kemampuan lansia dalam menjaga kemandiriannya berperan penting dalam menentukan kesejahteraan hidup mereka secara keseluruhan (Adelia, S., Supratman, 2023).

Senada dengan hasil penelitian (Handini, 2021) temuan ini

memperkuat bahwa terdapat hubungan tingkat kemandirian dengan kualitas hidup lansia dengan p value 0,001 ($p < 0,05$). Berkurangnya kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari pada lanjut usia mempengaruhi sifat ketergantungannya pada orang lain. Terjadi ketergantungan aktivitas pada lansia dapat mengakibatkan meningkatnya morbiditas dan mortalitas, serta berimplikasi pada penurunan kualitas hidup lansia. Ada tekad kemandirian yang dimiliki oleh lansia untuk melakukan aktivitas sehari-hari, walaupun ada beberapa aktivitas sehari-hari masih memerlukan bantuan orang lain.

KESIMPULAN

Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan terhadap kualitas hidup lansia yang menderita hipertensi dengan p value = $< 0,001$. Nilai *odds Ratio* (OR) lansia dengan tingkat kecemasan ringan memiliki peluang 5,238 kali untuk mengalami kualitas hidup baik dibandingkan dengan lansia dengan tingkat kecemasan sedang. Hasil analisis juga menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat kemandirian dalam *basic activity daily living* (BADL) terhadap kualitas hidup lansia hipertensi dengan p value = $< 0,001$. Nilai *odds Ratio* (OR) lansia yang memiliki kemandirian mandiri dalam melakukan BADL memiliki peluang 16.333 kali untuk mengalami kualitas hidup baik dibandingkan dengan lansia yang memiliki ketergantungan dalam BADL.

DAFTAR PUSTAKA

- Adelia, S., Supratman. (2023). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi di Desa Luwang Wilayah Kerja Puskesmas Gatak. *Malahayati Nursing Journal*. 5 (11), 4001-401.
- Amalia, N., Sjarqiah, U. (2020). Gambaran Karakteristik Hipertensi Pada Pasien Lansia di Rumah Sakit Islam Jakarta Sukapura Tahun 2020. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*. 03(02).
- Atiqah, H., Lumadi, A. (2020). Hubungan Fungsi Kognitif Lansia dengan Tingkat Kemandirian Lansia di Posyandu Lansia Kelurahan Balarjosari Malang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*. 7 (2), 107-114.
- Avelina, Y., Natalia, Y. (2020). Hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas hidup pasien hipertensi yang sedang menjalani pengobatan hipertensi di desa lenandareta wilayah kerja puskesmas paga. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*. 7 (1).
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2023*.
- Darmawati, I., Kurniawan, A. (2021). Hubungan antara grade hipertensi dengan tingkat kemandirian lansia dalam activities of daily living (ADLs). *Faletehan Health Journal*. 8 (01), 31-35.
- Febriantami, I., Metasari, D., & Pebriani, E. (2026). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Tingkat Kemandirian Adl (Activity Of Daily Living) Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Pagar Dewa Kota Bengkulu. *Jurnal Multidisiplin Dehasen (MUDE)*, 5(2), 1137-1144.
- Jumaiyah, S., Rachmawati, K., Choiruna, P. (2020). Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*. Vol. 11 No. 1.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) dalam angka, data akurat kebijakan tepat*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) dalam angka, data akurat kebijakan tepat*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2024). *Pedoman Pengendalian Hipertensi Di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama. P2PTM Kemenkes*, 1-72.
- Muhammad, R., & Ali, K. M. (2022). Hubungan tingkat activity daily living (ADL) dengan kualitas hidup lansia penderita diabetes melitus tipe II di Kota Ternate. *Jurnal Kesehatan*, 15(1), 87-93.
- Nurti, D., Zulfitri, R., Jumaini. (2022). Hubungan Tingkat Kemandirian Lansia Melakukan Activity Of Daily Living Dengan Kondisi Kesehatan Mental Emosional Pada Lansia Di Desa Banjar Guntung. *Jurnal Medika Utama*. 03 (02).
- Prastika, D., Siyam, N. (2021). Faktor Resiko Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*. 1 (3). 407-419.
- Prianahatin, A. L., Retnaningsih, D., & Kustriyani, M. (2023). Elderly Anxiety With Hypertension on Quality of Life. *Jurnal Ilmu Dan*

- Teknologi Kesehatan*, 14(2), 58-63.
- Rindiawati, P., Fardiansyah, M. A., Astuti, R., & Masruroh, E. (2024). Hubungan tingkat kemandirian activity of daily living (ADL) dengan kualitas hidup lansia. *Jurnal Kesehatan Budi Luhur: Jurnal Ilmu-Ilmu Kesehatan Masyarakat, Keperawatan, dan Kebidanan*, 17(1), 36-43.
- Sholikhah, N., Supratman. (2021). Gambaran Tingkat Kecemasan Stres Dan Activity Daily Living Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Puskesmas Baki Kabupaten Sukoharjo. *Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Sutria, E., Fitriani., Hafid, A. (2022). Hubungan Tingkat Kemandirian Dengan Kualitas Hidup Lansia Yang Menderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bajeng Kabupaten Gowa. *Alauddin Scientific Journal of Nursing*. 3 (2), 120-130.
- Wildhan, R. Y., Suryadinata, R. V., & Artadana, I. B. M. (2022). Hubungan tingkat activity daily living (ADL) dan kualitas hidup lansia di Magetan. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Wijaya Kusuma*, 11(1), 42-48.
- Yunanda, S. P. (2025). *Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Tingkat Kemandirian Activities Of Daily Living (ADL) Pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Kadugede Tahun 2025* (Doctoral dissertation, Universitas Bhakti Husada Indonesia).