

Hubungan Stres Terhadap Peningkatan Tekanan Darah pada Lansia di Posyandu Lansia Kampung Tangguh Kelurahan Talise Valangguni Kota Palu

The Relationship of Stress to Increased Blood Pressure in the Elderly at the Elderly Posyandu in Tangguh Village, Talise Valangguni Palu City

Yoriani^{1*}, Syaiful R. Tahir², Rabiah³ Siti Yartin⁴

^{1,2,3}Akademi Keperawatan Justitia Palu

⁴RSUD Undata Provinsi Sulteng

(*Email Korespondensi: duadoyoriani@gmail.com)

Abstrak

Latar Belakang: Hipertensi adalah penyakit yang sering diderita oleh kalangan masyarakat terutama Lanjut usia, penyakit ini juga termasuk golongan penyakit yang berbahaya dapat menyebabkan kematian, Penyebab hipertensi secara umum terjadi karena dua faktor yaitu faktor internal seperti genetik (keturunan), ras, usia dan faktor external seperti kelebihan berat badan, kebiasaan merokok dan stres.

Metode: Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional study*. Penelitian ini diukur dengan menggunakan kuesioner *Depression Anxiety Stress Scales (DASS 42)*, sampel terdiri dari 6 orang Lansia dengan 14 pernyataan mengenai stress, hipertensi menggunakan data sekunder dari hasil pengukuran tekanan darah. Penelitian ini dilakukan di Posyandu Lansia Kampung Tangguh Kelurahan Talise Valangguni Kota Palu. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *simple random sampling*. Analisa yang digunakan adalah analisa Bivariat dan uji statistik menggunakan spearman rank

Hasil: Penelitian menunjukkan bahwa distribusi dari 6 responden yang diteliti menunjukkan bahwa ada 4 Lansia yang mengalami stres, namun stres yang dialami dalam kategori sedang (66,7%), dan Lansia yang mengalami tekanan darah dan hipertensi dalam kategori sama yaitu 3 responden (50,0%). Hasil uji korelasi menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna (X^2 hitung = 0,973 > $\alpha = 0,05$ maka H_0 diterima). Kegiatan Posyandu lebih ditingkatkan lagi dan lebih meluas serta para kader posyandu sebaiknya mendapat pelatihan yang cukup.

Kesimpulan: Tidak ada hubungan stres terhadap peningkatan tekanan darah pada lansia di Posyandu Lansia Kampung Tangguh karena stres masih dalam keadaan sedang.

Kata Kunci: Stres; Hipertensi; Lansia

Abstract

Background: Hypertension is a disease that is often suffered by the community, especially the elderly, this disease is also a dangerous disease that can cause death. The cause of hypertension generally occurs due to two factors, namely internal factors such as genetics (heredity), race, age and other factors. external factors such as being overweight, smoking and stress.

Methods: This research is quantitative with a cross sectional study approach. This study was measured using the *Depression Anxiety Stress Scales (DASS 42)* questionnaire, the sample consisted of 6 elderly people with 14 statements about stress, hypertension using secondary data from the results of blood pressure measurements. This research was conducted at the Elderly Posyandu, Tangguh Village, Talise Valangguni Village, Palu City. The sampling technique used is simple random sampling. The analysis used is Bivariate analysis and statistical test using Spearman rank

Results: The study showed that the distribution of the 6 respondents studied showed that there were 4 elderly who experienced stress, but the stress experienced was in the moderate category (66.7%), and the elderly who experienced blood pressure and hypertension were in the same category, namely 3 respondents (50,0%). The results of the correlation test showed no significant relationship (X^2 count = 0.973 > = 0.05 then H_0 is accepted). Posyandu activities are further improved and expanded and posyandu cadres should receive adequate training.

Conclusion: There is no relationship between stress and increased blood pressure in the elderly at the Tangguh Elderly Posyandu because stress is still in a moderate state.

Keywords: Stress; Hypertension; seniors

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah penyakit yang sering diderita oleh kalangan masyarakat terutama Lanjut usia, penyakit ini juga termasuk golongan penyakit yang berbahaya dapat menyebabkan kematian, Penyebab hipertensi secara umum terjadi karena dua faktor yaitu faktor internal seperti genetik (keturunan), ras, usia dan faktor external seperti kelebihan berat badan, kebiasaan merokok dan stres (Tyas1 et al., 2021). Data WHO (*World Health Organization*) pada tahun 2015, jumlah orang yang menyandang hipertensi secara global sekitar 1,13 Miliar orang di dunia, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi (Lumbantobing et al., 2018). Menurut hasil Riskesdas terbaru, hipertensi di Asia Tenggara mencapai 36% pada tahun 2018 (Silviana Tirtasari1 2019). Survei data dari Indikator Kesehatan Nasional (Sirkenas), Di Indonesia kasus hipertensi terus meningkat menjadi 25,8% pada tahun 2013 yang mana sebelumnya 32,4% pada tahun 2016. Berdasarkan hasil pengukuran Prevalensi hipertensi pada penduduk umur 75+ tahun 63,81%, 65-74 tahun 58,62%, 55-64 tahun 51,35%, dan 45-54 tahun 40,79% menurut karakteristik Provinsi Sulawesi Tengah, Riskesdas 2018. (Riskesdas Sulteng, 2018) Berdasarkan data dari Posyandu Lansia Kampung Tangguh Kelurahan Talise Valangguni Kota Palu, diperoleh data Lansia yang mengalami Hipertensi tahun 2019 sebanyak 9 orang, tahun 2020 sebanyak 11 orang, tahun 2021 sebanyak 6 orang dan tahun 2022 sebanyak 6 orang. Kenapa Tahun ini hanya sedikit karena Lansia hanya ingin tinggal didalam rumah, tidak mau keluar karena susah untuk berjalan.

Lansia dapat mengalami berbagai macam stresor dalam diri maupun lingkungannya seiring bertambahnya usia. Stres dapat mempengaruhi kualitas hidupnya, dan juga dapat mengakibatkan peningkatan kondisi penyakit yang dialami (Daromes et al., 2019).

Salah satunya peningkatan tekanan darah merupakan faktor risiko utama terjadinya penyakit kardiovaskuler, karena kasusnya merupakan penyumbang kematian tertinggi di dunia termasuk di Indonesia. Tekanan darah merupakan faktor yang sangat penting pada sistem sirkulasi. Tidak semua tekanan darah berada dalam batas normal sehingga dapat menyebabkan gangguan tekanan darah tinggi yang banyak terjadi pada Lansia. (Mambang Sari et al., 2019)

Support keluarga adalah hal penting bagi individu dalam menyelesaikan masalah. Jika ada dukungan, maka rasa percaya diri bertambah dan motivasi akan meningkat. Keluarga berperan dalam membimbing dan memberikan solusi. Ekspresi positif yang diberikan berupa penghargaan agar menjadikan pemikiran positif pada Lansia dimana kita dapat memberikan informasi dan menyatakan bahwa ia dihargai serta diterima meskipun ada kesalahan.

Berdasarkan uraian diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan stres terhadap peningkatan tekanan darah pada Lansia.

METODE

Metode penelitian bersifat kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional study*. Penelitian ini diukur dengan menggunakan kuesioner *Depression Anxiety Stress Scales* (DASS 42), sampel terdiri dari 6 orang Lansia dengan 14 pernyataan mengenai stress, hipertensi menggunakan data sekunder dari hasil pengukuran tekanan darah. Penelitian ini dilakukan di Posyandu Lansia Kampung Tangguh Kelurahan Talise Valangguni Kota Palu. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *simple random sampling*. Analisa yang digunakan adalah analisa Bivariat dan uji statistik menggunakan spearman rank.

HASIL

Karakter responden berdasarkan jenis kelamin

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan gender di Posyandu Lansia Kampung Tangguh

Jenis Kelamin	n	%
Laki-Laki	2	33,3
Perempuan	4	66,7
Total	6	100

Sumber: Data primer, 2022

Lansia yang menjadi responden pada tabel 1 sebagian besar Lansia dengan jenis kelamin perempuan yaitu 4 orang (66,7%) dan Lansia laki-laki hanya 2 orang (33,3%).

Karakteristik responden berdasarkan umur

Tabel 2. Karakter responden berdasarkan usia di Posyandu Lansia Kampung Tangguh.

Usia (Tahun)	n	%
60-70	5	83,3
71-80	1	16,7
Total	6	100

Sumber: Data primer, 2022

Pada tabel 2. menunjukkan sebagian besar Lansia yang berusia 60-70 tahun sebanyak 5 orang (83,3%), dan yang berumur 71-80 berjumlah 1 orang (16,7%).

Karakteristik responden berdasarkan pendidikan

Tabel 3. Karakteristik responden berdasarkan pendidikan di Posyandu Lansia Kampung Tangguh.

Pendidikan	n	%
SMP	2	33,3
SMA	4	66,7
Total	6	100

Sumber: Data primer, 2022

Pada tabel 3. Terlihat bahwa jenjang pendidikan yang paling menonjol adalah SMA sebanyak 4 orang (66,7%) sedangkan jenjang pendidikan yang paling sedikit adalah SMP dengan 2 orang (33,3%).

Distribusi responden terhadap stres pada Lansia

Tabel 4. Gambaran tingkat stres pada Lansia di Posyandu Lansia Kampung Tangguh.

Stres	n	%
Tidak stres	1	16,7
Stres ringan	1	16,7
Stres sedang	4	66,7
Total	6	100

Sumber: Data primer, 2022

Berdasarkan tabel 4. dapat dilihat Lansia yang mengalami stres masih dalam keadaan sedang berjumlah 4 orang (66,7%), ringan berjumlah 1 orang (16,7%) dan tidak berjumlah 1 orang (16,7%).

Distribusi responden terhadap peningkatan tekanan darah pada Lansia

Tabel 5. Gambaran peningkatan tekanan darah pada lansia di Posyandu Lansia Kampung Tangguh.

Tekanan Darah	n	%
Normal	3	50,0
Hipertensi tingkat 1	2	33,3
Hipertensi tingkat 2	1	16,7
Total	6	100

Sumber: Data primer, 2022

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5. Sebagian besar tekanan darah Lansia masih dalam batas normal yaitu ada 3 orang (50,0 %), Hipertensi tingkat 1 berjumlah 2 orang (33,3%) dan Hipertensi tingkat 2 berjumlah 1 orang (16,7%).

Hubungan Stres Terhadap Peningkatan Tekanan Darah Pada Lansia di Posyandu Lansia Kampung Tangguh.

Tabel 6. Analisis Hubungan Stres Terhadap Peningkatan Tekanan Darah Pada Lansia di Posyandu Lansia Kampung Tangguh.

Stres	Peningkatan tekanan darah						P Value
	Normal		Hipertensi tingkat 1		Hipertensi tingkat 2		
	n	%	n	%	n	%	
Tidak stres	0	0,0	1	16,7	0	0,0	0,973
Stres ringan	1	16,7	0	0,0	0	0,0	
Stres sedang	2	33,3	1	16,7	1	16,7	
Total	3	50,0	2	33,4	1	16,7	

Sumber: Data primer, 2022

Hasil analisis berdasarkan tabel 6. Diatas hubungan stres terhadap peningkatan tekanan darah pada Lansia di Posyandu Lansia Kampung Tangguh didapatkan bahwa Lansia yang mengalami tekanan darah normal sejumlah 3 orang (50,0%), dua responden (33,3%) menderita hipertensi stadium 1 dan satu responden (16,7%) tidak stres, satu orang (16,7%) stres ringan, dan empat orang (66,7%) stres sedang. Hasil uji statistik rank spearman menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0,018 dan hasil uji hipotesis uji rank spearman menunjukkan nilai p-value= 0,973 > 0,05 maka H₀ diterima, H₁ ditolak dengan kata lain, tidak ada hubungan. Posyandu Lansia diantara Lansia di Kampung Tangguh, hadir saat stres dan tekanan darah tinggi. Nilai koefisien korelasi rank spearman sebesar 0,018 menunjukkan apakah kekuatan hubungan antara kedua variabel dalam kategori tersebut lemah. Hasil ini diperoleh dengan menggunakan korelasi peringkat spearman yang menunjukkan korelasi yang negatif antara stres dan tekanan darah masih dalam keadaan normal.

PEMBAHASAN

World Health Organization (WHO) menyatakan masa Lanjut usia menjadi empat golongan, yaitu usia pertengahan (middle age) 45-59 tahun, Lanjut usia (elderly) 60-74 tahun, Lanjut usia tua (old) 75-90 tahun dan usia sangat tua (very old) di atas 90 tahun. Jadi dalam penelitian yang dimaksudkan Lansia yang berusia 60 tahun keatas (Naftali et al., 2017) sehingga di dapatkan hanya 6 Lansia yang aktif.

Hasil penelitian menunjukkan hubungan stres terhadap peningkatan tekanan darah pada Lansia di Posyandu Lansia Kampung Tangguh didapatkan bahwa Lansia yang mengalami tekanan darah normal sejumlah 3 orang (50,0%), Hipertensi derajat 1 sejumlah 2 orang (33,3%), tingkat hipertensi 2 sejumlah 1 orang (16,7%). 1 orang yang tidak mengalami stres (16,7%), 1 orang yang mengalami stres dalam kategori ringan (16,7%) dan 4 orang yang mengalami stres dalam kategori sedang (66,7%). Percobaan perangkaan sebesar spearman rank ditemukan angka koefisien korespondensi sebesar 0,018 dan uji coba asumsi rank spearman menunjukkan nilai p_value= 0,973 > 0,05 maka H₀ diterima, H₁ ditolak yang bermakna tidak ada hubungan stres dengan hipertensi pada Lansia di Posyandu dengan Lansia di Desa Tangguh. Nilai koefisien korelasi rank spearman sebesar 0,018 menunjukkan bahwa derajat hubungan antara kedua variabel tersebut dalam kategori tidak kuat. Hasil ini diperoleh dengan menggunakan korelasi peringkat spearman, yang menunjukkan bahwa korelasi negatif mewakili dan tekanan darah masih dalam keadaan normal.

Asumsi peneliti, bahwa Lansia yang mengalami stres masih dalam keadaan sedang karena sebagian besar Lansia tersebut menyatakan marahnya tidak berlebihan, kalau ada yang mengganggu pikirannya tetap tenang dan berdoa, saat merasa pusing langsung minum obat, selain itu pola makan, dan aktivitas sehari-hari masih diperhatikan oleh keluarga dan sering mengecek tekanan darah di Posyandu setiap bulan berjalan. Lansia yang mengalami stres dalam kategori sedang disebabkan oleh Lansia yang sering mengalami kelemahan meskipun tidak melakukan hal-hal yang melelahkan. Jadi masalah mental belum terlindungi sehingga tidak memicu tekanan yang serius. Hal ini sesuai dengan hipotesis *Kamsu dalam Karepouwan* yang menyatakan bahwa pada Lansia terjadi penurunan

kekuatan sebesar 88%, pendengaran 67%, penglihatan 72%, daya ingat 61%, dan kemampuan beradaptasi berkurang sebesar 64%. Jadi terlepas dari kenyataan bahwa itu sepenuhnya diharapkan untuk melakukan pekerjaan aktif yang melelahkan, dan menghabiskan banyak usaha. (Kaunang et al., 2019).

Penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Pauzi (2016) yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara stres dengan hipertensi. Hasil penelitian ini bertolak belakang dengan teori yang dikemukakan oleh Smeltzer dan Bare (2002) Stres emosional mengakibatkan vasokonstriksi kemudian terjadi peningkatan pada arteri dan denyut jantung kemudian menyebabkan meningkatnya tekanan darah. Stres yang dirasakan merupakan tingkat stres sedang, pada tingkat ini dewasa akhir merasakan waspada yang berfokus pada indera penglihatan dan pendengaran, ketegangan masih dalam batas yang dapat ditoleransi, dan mampu mengatasi keadaan yang mulai mengganggu individu. (Damayanti1 et al., 2018).

Penelitian terkait tidak ada hubungan stres terhadap peningkatan tekanan darah pada Lansia di Posyandu Lansia Kampung Tangguh kemungkinan ada faktor lain diakibatkan oleh perubahan lingkungan dan dianggap menantang dan mengancam atau merusak keseimbangan dinamis seseorang. Stress yang dialami Lansia penyebabnya dikarenakan faktor psikologis seperti cemas, depresi, dan kebingungan untuk menerima keadaannya sehingga kambuh tekanan darah di atas batas normal, (Tyas1 et al., 2021). Gejala kecemasan yang dialami oleh lansia adalah perasaan khawatir/takut yang tidak rasional akan kejadian yang akan terjadi, sulit tidur, rasa tegang dan cepat marah, sering mengeluh akan gejala yang ringan atau takut dan khawatir terhadap penyakit yang berat dan sering membayangkan hal-hal yang menakutkan/rasa panik terhadap masalah yang besar. (Setyawan et al., 2017)

Berdasarkan kuesioner *Depression Anxiety Stress Scales* (DASS 42) yang telah dibagikan oleh peneliti pada respon (Lansia) untuk persentase stres yaitu dapat dilihat saat responden menjawab kuesioner dengan hasil yang didapatkan saat dilapangan 6 responden kebanyakan menjawab tidak setuju dan setuju. Berdasarkan tabel. 6 hubungan stres terhadap peningkatan tekanan darah pada Lansia menyatakan stres masih dalam kategori sedang dengan persentase 33,3 %.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa tidak ada hubungan stres terhadap peningkatan tekanan darah pada Lansia di Posyandu Lansia Kampung Tangguh karena stres masih dalam keadaan sedang.

REFERENSI

- Damayanti1, R., Fauzan2, S., & Fahdi3, F. K. (2018). *Hubungan Penderita Hipertensi Dengan Tingkat Stres Di Wilayah Kerja Upk Puskesmas Kampung Dalam Pontianak Timur (Prelationship Of Stress Levels With Hypertension Patients In Kampung Dalam Public Health Center Eastern Pontianak)*. 151.
- Daromes, V. R., Terok, M., & Lumi, F. (2019). Perubahan Tingkat Stres Pada Pasien Hipertensi Lanjut Usia Setelah Mendapatkan Terapi Musik. *Juiperdo*, 7(2), 137–145.
- Kaunang, Dortje, Vindy, Buanasari, Andi, Kallo, & Vandri. (2019). Gambaran Tingkat Stres Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 7(2). <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i2.24475>
- Lumbantobing, Romauli, Rahtriawati, & Pramesti, M. A. (2018). *Pengaruh Stres Terhadap Peningkatan Tekanan Darah Pada Pekerja Sosial Di Balai Rehabilitas Sosial Penyandang Disabilitas Sensorik Rungu Wicara Melati Jakarta*.
- Mambang Sari, C. W., Sumarni, N., & Rahayu, Y. S. (2019). Hubungan Stres Terhadap Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kadungora Kabupaten Garut. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 4(2). <https://doi.org/10.30651/jkm.v4i2.3193>
- Naftali, A. R., Ranimpi, Y. Y., & Anwar, M. A. (2017). Kesehatan Spiritual dan Kesiapan Lansia dalam Menghadapi Kematian. *Buletin Psikologi*, 25(2), 124–135. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.28992>

- Riskesdas Sulteng. (2018). Laporan Riskesdas Provinsi Sulawesi Tengah. *Kesehatan Provinsi, Sulawesi Tengah* kesehatan Provinsi, Sulawesi Tengah, 399.
- Setyawan, Budi, & Annaas. (2017). Hubungan Antara Tingkat Stres Dan Kecemasan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Klinik Islamic Center Samarinda. *Jurnal Ilmu Kesehatan Vol. 5 No. 1 Juni 2017*, 5(1).
- Silviana Tirtasari1, N. K. 1. (2019). Prevalensi dan Karakteristik Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda di Indonesia. *Tarumanagara Medical Journal*, 1(2), 395–402.
[http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil Riskesdas 2013.pdf](http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil_Riskesdas_2013.pdf)
- Tyas1, Cahyaning, Ayu, S., Zulfikar2, & Muhammad. (2021). Hubungan Tingkat Stress Dengan Tingkat Tekanan Darah Pada Lansia. *Penelitian Keperawatan Kontemporer*, 1, 75–82.