



ARTIKEL

**HUBUNGAN STRES DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA
DI KELURAHAN GEDANGANAK**

Oleh:

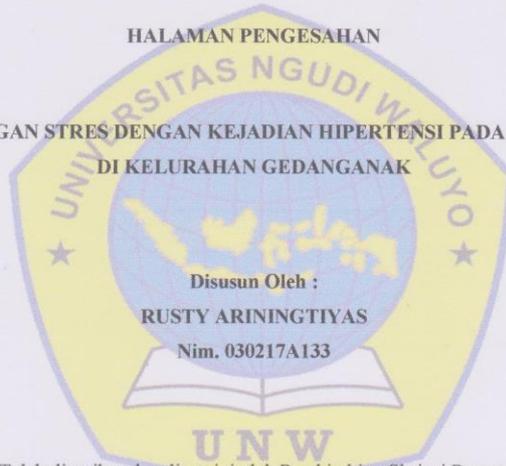
RUSTY ARININGTIYAS

NIM. 030217A133

**PROGRAM STUDI D IV KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2019**

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN STRES DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA
DI KELURAHAN GEDANGANAK



Disusun Oleh :

RUSTY ARININGTIYAS

Nim. 030217A133

Telah diperiksa dan disetujui oleh Pembimbing Skripsi Program Studi
DIV Kebidanan Ilmu Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo

Ungaran, Agustus 2019

Pembimbing Utama

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Fitria Primi Astuti'.

Fitria Primi Astuti, S.Si.T., M.Kes

NIDN. 0603088101

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI KELURAHAN GEDANGANAK

Rusty Ariningtiyas¹, Fitria Primi Astuti², Puji Lestari³
Program Studi DIV Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Ngudi Waluyo

Email : rustyariningtiyas030796@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Prevalensi hipertensi (24,7%) terjadi di dunia. Data Kabupaten Semarang tahun 2015 penyakit hipertensi 29,56% dari jumlah penduduk usia ≥ 15 tahun dilakukan pengukuran tekanan darah. Berdasarkan data dari Kelurahan Gedanganak angka kejadian hipertensi pada lansia yaitu sebanyak 30 orang pada bulan Januari-Juni 2019.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Kelurahan Gedanganak.

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan *metode deskriptif korelatif dengan desain cross sectional*. Teknik pengambilan sampel dengan *purposive sampling* sebanyak 39 responden.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 39 responden terdapat 26 lansia yang mengalami stres (66,6%), 13 (33,4%) lansia tidak stres dan terdapat hubungan yang bermakna antara stres dengan kejadian hipertensi.

Kesimpulan: Uji statistik menunjukkan nilai *P Value* $< \alpha$ (0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Kelurahan Gedanganak.

Kata Kunci : Lansia, Stres, Hipertensi

Kepustakaan: (2010-2016)

CORRELATION BETWEEN STRESS AND HYPERTENSION INCIDENCE IN ELDERLY IN GEDANGANAK VILLAGE

Rusty Ariningtiyas¹, Fitria Primi Astuti², Puji Lestari³

DIV Midwifery Study Program Faculty of Health
Sciences, Universitas Ngudi Waluyo

Email : rustyariningtiyas030796@gmail.com

ABSTRACT

Background: Prevalence of hypertension (24.7 %) occur in the world. Based on ata from Semarang Regency in 2016 for hypertension 29,56% of the total population aged ≥ 15 years, blood pressure measurements were carried out. Based on data from Gedanganak Village, the incidence of hypertension in the elderly has been as many as 30 people in January-June 2019.

Objective: To the correlation between stress and the incidence of hypertension in Gedanganak Village.

Research Methods: This study used a *descriptive correlative method* with a *cross sectional design*. The sampling technique was *purposive sampling* a sampled into 39 people.

Results: The results showed that of the 39 respondents, there were 26 elderly who experienced stress (66.6%), 13 (33.4%) the elderly were not stressed and there is a significant correlation between stress and the incidence of hypertension.

Conclusion: The statistical test shows the value of P Value $< \alpha$ (0.05), so it can be concluded that there is a between stress and the incidence of hypertension in the elderly in Gedanganak Village.

Keywords : Elderly, Stress, Hypertension

Literature : (2010-2016)

PENDAHULUAN

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2011, menunjukkan ada satu milyar orang di dunia menderita hipertensi dari 2/3 diantaranya berada di negara berkembang yang berpenghasilan rendah sampai sedang. Prevelensi hipertensi diperkirakan akan terus meningkat, dan diprediksi pada tahun 2025 sebanyak 29% atau milyar orang di seluruh dunia menderita hipertensi, sedang di Indonesia angka kejadian hipertensi cukup tinggi. Data statistik terbaru menyatakan bahwa terdapat 24,7% penduduk Asia Tenggara dan 23,3% penduduk Indonesia berusia 18 tahun keatas mengalami hipertensi (WHO, 2015).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2013, presentase penduduk lansia di atas 10% sekaligus paling tinggi ada di provinsi DI Yogyakarta (13,04%), Jawa Timur (10,40%) dan Jawa Tengah (10,34%). Penyakit terbanyak pada lanjut usia adalah hipertensi menduduki posisi pertama sebanyak (57,6%), kedua artritis (51,9%) dan diposisi ketiga stroke (46,1%). Hipertensi pada lansia dengan prevalensi usia 55-64 tahun (45,9%), pada usia 65-74 tahun (57,6%), dan pada usia ≥ 75 tahun (63,8%) (Profil Kesehatan Indonesia, 2016).

Menurut Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013, menunjukkan angka prevelensi hipertensi secara nasional (25,8%), jika dibandingkan hasil riskesdas tahun 2007 (31,7/1000) menunjukkan adanya penurunan angka prevelensi, namun hal ini tetap perlu diwaspadai mengingat hipertensi merupakan salah satu faktor resiko penyakit degeneratif antara lain penyakit jantung, stroke dan penyakit pembuluh darah lainnya. Jumlah penduduk beresiko (>15 tahun) yang dilakukan pengukuran tekanan darah pada tahun 2015 tercatat sebanyak 2.807.407 atau 11,03 persen. Presentasi penduduk yang dilakukan pemeriksaan tekanan darah tahun 2015 tertinggi di Kota Salatiga sebesar 41,52 persen, sebaliknya persentase terendah pengukuran tekanan darah adalah di Kabupaten Banjarnegara sebesar 0,83 persen. Kabupaten/kota dengan cakupan di atas rata-rata provinsi adalah Jepara, Pati, Kota Magelang, Kota Tegal, dan Kota Surakarta (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2015).

Data Profil Kesehatan Kabupaten Semarang bahwa terdapat 30,7 % penduduk usia > 15 tahun dilakukan pengukuran tekanan darah, yang menderita hipertensi pada tahun 2015 mengalami peningkatan laki-laki (18,8 %) sedangkan pada perempuan (10,76 %) dibandingkan tahun 2014 yaitu laki-laki (14,69 %) sedangkan pada perempuan (2,81 %) . Tekanan darah tinggi / hipertensi lebih banyak diderita oleh laki – laki, hal ini disebabkan antara lain oleh faktor resiko merokok, kurang istirahat dan stres (Profil Kesehatan Kabupaten Semarang, 2015).

Menua merupakan suatu keadaan yang terjadi di dalam kehidupan manusia. Proses menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai sejak permulaan kehidupan. Menjadi tua merupakan proses alamiah, yang berarti

seseorang telah melalui tiga tahap kehidupannya, yaitu anak, dewasa, dan tua. Memasuki usia tua berarti mengalami kemunduran misalnya, kemunduran fisik yang ditandai dengan kulit yang mengendur, rambut memutih, gigi mulai ompong, pendengaran kurang jelas, penglihatan semakin memburuk, gerakan lambat, dan figur tubuh yang tidak proporsional. Semakin bertambah umur seseorang semakin banyak pula penyakit yang muncul dan sering diderita khususnya pada lansia. Pada usia lanjut akan terjadi berbagai kemunduran pada organ tubuh dan penyakit degeneratif seperti hipertensi yang akan menyebabkan berakhirnya hidup dengan episode terminal yang dramatis, misalnya stroke (Nugroho, 2015).

Hipertensi adalah keadaan peningkatan tekanan darah yang akan memberi gejala lanjut usia ke suatu organ target seperti stroke (untuk otak), penyakit jantung koroner (untuk pembuluh darah jantung), dan hipertropi ventrikel kanan/left ventricle hypertrophy (untuk otot jantung). Dengan target organ organ di otak yang berupa stoke, hipertensi menjadi penyebab utama stroke yang membawa kematian yang paling tinggi (Bustan, 2015).

Penyebab hipertensi dikategorikan menjadi 2 kelompok yaitu hipertensi primer dan hipertensi sekunder. Hipertensi primer adalah hipertensi yang penyebabnya belum diketahui. Hipertensi sekunder adalah hipertensi yang penyebabnya sudah diketahui, antara lain adanya kelainan pembuluh darah, ginjal, gangguan kelenjar tiroid (hipertiroid), penyakit adrenal (hiperaldosteronisme), dan lain-lain (Susilo dan Wulandari, 2011).

Faktor-faktor resiko hipertensi ada yang dapat dikontrol dan yang tidak dapat dikontrol. Faktor penyebab hipertensi yang dapat dikontrol pada umumnya berkaitan dengan gaya hidup dan pola makan yaitu kegemukan (obesitas), kurang olahraga, konsumsi garam berlebihan, merokok dan mengkonsumsi alkohol, dan stres. Faktor hipertensi yang tidak dapat dikontrol yaitu keturunan (genetika), jenis kelamin, dan umur (Suiraoaka, 2012).

Faktor hipertensi yang dapat dikontrol salah satunya adalah stres. Stres merupakan respon tubuh yang sifatnya nonspesifik terhadap setiap tuntutan beban atasnya. Bila seseorang setelah mengalami stres mengalami gangguan pada satu atau lebih organ tubuh sehingga yang bersangkutan tidak lagi dapat menjalankan fungsi pekerjaannya dengan baik, maka disebut mengalami distress (Lestari, 2015).

Stres dapat meningkatkan tekanan darah untuk sementara. Jika ketakutan, tegang atau dikejar masalah maka tekanan darah kita dapat meningkat. Tetapi pada umumnya, begitu kita sudah kembali rileks maka tekanan darah akan turun kembali. Dalam keadaan stres maka respon sel-sel saraf yang mengakibatkan kelainan pengeluaran atau pengangkutan natrium. Hubungan antara stres dengan kejadian hipertensi melalui aktivitas saraf simpatis (saraf yang bekerja ketika beraktivitas) yang dapat meningkatkan tekanan darah secara bertahap. Stres berkepanjangan dapat mengakibatkan tekanan darah menjadi tinggi (Suiraoaka, 2012).

Menejemen stres yang bisa dilakukan untuk menanggulangi stres yaitu dengan deguler exercise (program jalan kaki harian selama satu jam), diet nutrisi, support sistem, time menejemen (mengatur waktu), terapi humor, dan spiritual (Lestari, 2015).

Menurut Mumpuni dan Wulandari (2010), apabila stres tidak ditangani dengan baik maka dapat menimbulkan penyakit-penyakit yang disebabkan oleh adanya stres antara lain yaitu, gangguan kesehatan gigi, jantung koroner, obesitas, gangguan saraf, penyakit psikologis, kanker, imsomnia/sulit tidur, sakit kepala, alergi, dan melemahnya kekebalan sistem tubuh.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Annaas Budi Setyawan (2017) dengan judul *Hubungan antara Tingkat Stres dan Kecemasan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Klinik Islamic Center Samarinda* menunjukkan tingkat stres dan kecemasan dengan kejadian hipertensi didapatkan hasil nilai signifikansi p-value sebesar $p=0,000 < 0,05$ disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat stres dan kecemasan dengan kejadian hipertensi pada lansia.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kiki Mellisa Andria (2013) dengan judul *Hubungan antara Perilaku Olahraga, Stres dan Pola Makan dengan Tingkat Hipertensi pada Lanjut Usia di Posyandu Lansia Kelurahan Gebang Putih kecamatan Sukolilo Kota Surabaya* menunjukkan bahwa, perilaku olahraga dan stres mempunyai hubungan bermakna dengan terjadinya hipertensi pada lansia, diperoleh $p = 0,000$ ($p < 0,05$) untuk perilaku olahraga dan $p = 0,047$ ($p < 0,05$) untuk perilaku stres disimpulkan bahwa ada hubungan antara perilaku olahraga dan stres dengan tingkat hipertensi pada lansia.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mary Nicolaou (2014) dengan judul *Relationship Between Psychosocial Stress and Hypertension Among Granaians in Amsterdam, the Netherlands* bahwa, 54,7 % mengalami hipertensi, dengan 20,0 % mengalami stres ringan, 9 % gejala stres sedang, menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara stres psikososial dan hipertensi. Sedangkan dalam penelitian yang dilakukan oleh Fariba Syariat (2016) dengan judul *Prevalence of Depression, Anxiety and Stress Disorders in Elderly People Residing in Khoy, Iran* didapatkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara depresi, kecemasan dan stres pada orang tua ($p = 0,050$).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Senilo Magh (2015) dengan judul *Association Of Anxiety Disorder With Hypertension And Coronary Heart Disease* didapatkan hasil ada hubungan antara kecemasan dengan hipertensi ($p = 0.004$). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Thomas Buford (2016) dengan judul *Hypertension and Aging* didapatkan hasil bahwa 70% orang dewasa yang tua lebih dominan memiliki hipertensi, dibandingkan dengan 32% orang dewasa berusia 40-59 tahun.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Madhumitha (2014) dengan judul *Influence of Stress and Socio Demographic Factors on Hypertension among Urban Adults in North Karnataka* didapatkan hasil ada hubungan yang signifikan antara stres dan hipertensi ($p = 0,001$).

Studi pendahuluan dilakukan di Kelurahan Gedanganak, dengan jumlah lansia yang menderita hipertensi sebanyak 30 orang dan berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Semarang menunjukkan bahwa di Kelurahan Gedanganak, Semarang adalah salah satu wilayah dengan jumlah lansia hipertensi tertinggi di Jawa Tengah. Data jumlah lansia di Kelurahan Gedanganak pada bulan Januari hingga Juni 2019 sebanyak 79 lansia dengan sampel 39 lansia. Lansia yang mengalami hipertensi yaitu sebanyak 30 orang dan yang tidak hipertensi sebanyak 9 orang. Survei pada 10 lansia diketahui 4 lansia diantaranya mengalami Stres dengan hipertensi (stres ringan 1, stres sedang 3), 2 lansia tidak stres dengan hipertensi, 1 lansia stres dengan tidak hipertensi, serta 3 lansia tidak stres dengan tidak hipertensi.

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan sebanyak 10 responden didapatkan hasil bahwasanya tidak hanya stres yang mengakibatkan kejadian hipertensi, tetapi juga ada banyak faktor lain yang memicu terjadinya hipertensi diantaranya yaitu faktor yang dapat dikontrol : kegemukan (obesitas), kurang olahraga, konsumsi garam berlebih, merokok dan mengkonsumsi alkohol. Faktor yang tidak dapat dikontrol : keturunan (genetika), jenis kelamin, dan umur.

Berdasarkan uraian diatas dari hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti disertai literatur yang mendukung menunjukkan bahwa perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Kelurahan Gedanganak.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif korelatif. Menurut Notoadmodjo (2010), penelitian deskriptif korelasi, yaitu suatu desain yang digunakan untuk menjelaskan atau mengungkapkan hubungan korelatif antar variable. Hubungan yang ingin diketahui disini adalah hubungan stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Kelurahan Gedanganak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Penelitian

Hasil penelitian diambil di Kelurahan Gedanganak yang terletak di Ungaran Timur Kabupaten Semarang dengan jumlah penduduk sebanyak 13,267 jiwa dan luas wilayah keseluruhan 2.898.570.00 m². Kelurahan Gedanganak juga didukung adanya Puskesmas Leyangan. Penelitian dilaksanakan selama 3

hari pada tanggal 11, 12, 13 Juli 2019 dengan jumlah responden sebanyak 39 lansia umur 60-74 tahun di Kelurahan Gedanganak.

B. Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini terdiri dari 39 lansia umur 60-74 tahun di Kelurahan Gedanganak, responden penelitian dikelompokkan menjadi dua kelompok yaitu kelompok yang mengalami hipertensi dan kelompok yang tidak mengalami hipertensi. Responden yang mengalami hipertensi terdiri dari 30 orang (76,9%) dan yang tidak mengalami hipertensi terdiri dari 9 orang (23,1%).

C. Analisis Univariat

1. Gambaran Stres pada Lansia di Kelurahan Gedanganak

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Stres pada Lansia di Kelurahan Gedanganak

	Frequency	Percent
Normal	13	33.3
Stres	26	66.7
Total	39	100.0

Berdasarkan tabel 4.1 di atas dapat diketahui bahwa gambaran stres pada lansia yaitu sebesar 26 (66,7%) responden dan pada kategori normal sebesar 13 (33,3%) responden.

2. Gambaran Kejadian Hipertensi pada Lansia di Kelurahan Gedanganak

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kejadian Hipertensi pada Lansia di Kelurahan Gedanganak

	Frequency	Percent
Hipertensi	30	76.9
Tidak Hipertensi	9	23.1
Total	39	100.0

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa gambaran kejadian hipertensi pada lansia sebagian besar pada kategori hipertensi yaitu sebesar

30 (76,9%) responden dan pada kategori normal atau tidak hipertensi sebesar 9 (23,1%) responden.

D. Analisa Bivariat

1. Hubungan Stress Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Desa Gedanganak

Tabel 4.4 Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Kelurahan Gedanganak

	Hipertensi		Tidak Hipertensi		Total	P value
	F	%	F	%		
Normal	7	58,3	6	46,2	13	0,044
Stres	23	88,5	3	11,5	26	
Total	30	76,9	9	23,1	100%	

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa responden yang tidak stress atau normal dan mengalami hipertensi sebesar 7 (56,6%) responden lebih besar dibandingkan yang tidak mengalami hipertensi sebesar 6 (43,4%) responden, kemudian responden yang mengalami stress dan mengalami hipertensi juga lebih banyak yaitu sebesar 23 (88,5%) responden dibandingkan yang tidak mengalami hipertensi yaitu sebesar 3 (11,5%) responden.

Hasil uji analisis bivariat dengan menggunakan uji statistic chi square didapatkan p value sebesar 0,044 ($<0,05$) yang berarti ada Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Kelurahan Gedanganak.

KESIMPULAN

Diketahui hubungan stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Kelurahan Gedanganak sebanyak 39 responden hampir setengahnya memiliki stres tingkat sedang sebanyak 17 responden (43,6%).

DAFTAR PUSTAKA

Annaas, B.S. 2017. *Hubungan antara Tingkat Stres dan Kecemasan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Klinik Islamic Center Samarinda*. Jurnal

Ilmu Kesehatan Vol.5, No.1, 1 Juni 2017. Dosen Prodi Diploma III Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan UMKT. Samarinda.

Azizah, M.L. 2011. *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta : Graha Ilmu.

Bustan, N. 2015. *Manajemen Pengendalian Penyakit Tidak Menular*. Jakarta : Rineka Cipta.

Dinkes Jateng. 2016. *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2016*. Semarang : Dinkes Jateng.

Hawari, D. 2013. *Manajemen Stres Cemas Dan Depresi*. Jakarta : FKUI.

Hidayat, A.A. 2014. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknis Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika.

Kemenkes RI. *Profil Kesehatan Indonesia tahun 2016*. Jakarta : Kemenkes RI : 2016.

Kiki, M.A. 2013. *Hubungan antara Perilaku Olahraga, Stres dan Pola Makan dengan Tingkat Hipertensi pada Lanjut Usia di Posyandu Lansia Kelurahan Gebang Putih Kecamatan Sukolilo Kota Surabaya*. Jurnal Promkes Vol.1, No.2, 2 Desember 2013. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga Surabaya. Surabaya.

Lestari, T. 2015. *Manajemen Stres*. Yogyakarta : Nuha Medika.

Manurung, dkk. 2016. *Terapi Reminiscence*. Jakarta : CV Trans Info Media.

Mumpuni, dkk. 2010. *Cara Jitu Mengatasi Stres*. Yogyakarta : C.V Andi Offset.

Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.

Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.

Nugroho, W. 2015. *Keperawatan Gerontik dan Geriatrik*. Jakarta : EGC.

Pudiastuti, R.D. 2011. *Penyakit Pemicu Stroke*. Yogyakarta : Nuha Medika.

Setiawan, A, Saryono. 2011. *Metodologi Penelitian Kebidanan DIII, DIV, SI dan S2*. Yogyakarta : Nuha Medika.

Susilo, dkk. 2011. *Cara Jitu Mengatasi Hipertensi*. Yogyakarta : C.V Andi Offset.

Suiraoaka. 2012. *Penyakit Degeneratif*. Yogyakarta : Nuha Medika.

Triyanto, E. 2014. *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Yogyakarta : Graha Ilmu.

Yosep, dkk. 2016. *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Bandung : PT Rafika Aditama.

WHO, 2013. *A Global Brief on Hypertension*. World Health Organisation.