



ANALISIS HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA

Hana Febriyanti*, Siti Nuraeni, Boy Sabarguna

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banten, Jl. Raya Rawa Buntu No.10, Buntu, Serpong, BSD, Banten 15318, Indonesia

*hanafebriyanti@stikesbanten.ac.id

ABSTRAK

Hipertensi adalah penyakit urutan pertama dengan masalah terbanyak yang dialami lansia setelah itu diikuti oleh penyakit artritis, diabetes melitus, penyakit jantung dan stroke. Berdasarkan data WHO periode 2015-2020 sekitar 1,13 miliar orang didunia mengalami hipertensi, itu berarti 1/3 penduduk didunia di diagnosis hipertensi. Berdasarkan Kementerian kesehatan tahun 2018 menyebutkan prevalensi di Indonesia meningkat dari 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,1% pada tahun 2018. Kejadian hipertensi karena pengaruh stres dapat terjadi melalui aktivitas saraf simpatik yang sedang bekerja pada saat melakukan aktivitas. Peningkatan aktivitas saraf simpatik menyebabkan peningkatan tekanan darah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Posbindu Kenanga Puskesmas Curug Kabupaten Tangerang. Jenis penelitian ini adalah pendekatan analitik *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini 91 responden dengan teknik sampling menggunakan non probabilitas dengan model *consecutive sampling*. Pengumpulan data dilakukan sejak Juli-Agustus 2023 dengan kuesioner *Depression Anxiety Scales (DASS 21)*. Analisis data dilakukn secara univariat dan bivariat. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa adanya hubungan bermakna dengan *P-value* $0,000 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak.

Kata kunci: hipertensi; lansia; tingkat stres

ANALYSIS OF THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVELS AND THE INCIDENT OF HYPERTENSION IN THE ELDERLY

ABSTRACT

Hypertension is the first disease with the most problems experienced by the elderly, followed by arthritis, diabetes mellitus, heart disease and stroke. Based on WHO data for the 2015-2020 period, around 1.13 billion people in the world have hypertension, which means 1/3 of the world's population is diagnosed with hypertension. Based on the Ministry of Health in 2018, prevalence in Indonesia increased from 25.8% in 2013 to 34.1% in 2018. The incidence of hypertension due to the influence of stress can occur through sympathetic nerve activity which is working when carrying out activities. Increased sympathetic nerve activity causes an increase in blood pressure. The aim of this research is to determine the relationship between stress levels and the incidence of hypertension in the elderly at Posbindu Kenanga, Curug Health Center, Tangerang Regency. This type of research is a cross-sectional analytical approach. The population in this study was 91 respondents with a non-probability sampling technique using a consecutive sampling model. Data collection was carried out from July-August 2023 with the Depression Anxiety Scales (DASS 21) questionnaire. Data analysis was carried out univariate and bivariate. The results of this study state that there is a significant relationship with a P-value of $0.000 < 0.05$ so that H_0 is rejected.

Keywords: elderly; hypertention; stress levels

PENDAHULUAN

Memasuki masa lanjut usia merupakan fase yang pasti akan dilewati oleh setiap manusia. Secara alamiah, setiap manusia akan mengalami fase tersebut. Lanjut usia merupakan orang yang berusia lebih dari 60 tahun. Usia lanjut adalah proses penuaan alamiah yang ditandai dengan penurunan kemampuan fisik, kognitif dan psikologis. (Muqorobin & Kartin, 2022). Hipertensi disebut juga sebagai *The Silent Killer* atau pembunuh diam-diam, dimana risiko paling besar terjadinya pada lansia. Lansia sering tidak tahu bahwa dirinya penderita hipertensi dan baru diketahui setelah dilakukan pemeriksaan atau setelah terjadinya kerusakan sistem organ. (Jabani et al., 2021). Hipertensi adalah suatu keadaan dimana meningkatnya tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Hipertensi adalah terganggunya fungsi pembuluh darah yang membawa suplai oksigen dan nutrisi oleh darah menyumbat jaringan tubuh yang membutuhkan. Hipertensi juga salah satu penyakit yang menyebabkan angka kesakitan tinggi (Sistikawati et al., 2021). Kondisi penyakit kardiovaskuler ini diakibatkan karena pertambahan usia sehingga terjadi penurunan darah arteri, pembuluh darah elastisitas menjadi kaku dan pembuluh darah sistemik mengalami kekebalan akibat penuaan. Hal ini dapat dikaitkan dengan kelainan sistem kardiovaskuler, yang dapat menyebabkan gangguan tekanan darah pada lansia. (Sundari et al., 2023)

Menurut Cheng et al. tahun 2020 menyatakan bahwa prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk di dunia. Prevalensi kejadian hipertensi tertinggi berada di Benua Afrika 27% dan terendah di Benua Amerika 18%, sedangkan Asia Tenggara berada di posisi ke 3 tertinggi dengan prevalensi kejadian hipertensi sebesar 25%. Berdasarkan data (WHO) periode 2015-2020 sekitar 1,13 miliar orang didunia mengalami hipertensi, itu berarti 1/3 penduduk didunia di diagnosis hipertensi. Jumlah penderita hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang mengalami hipertensi, dan juga diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya. (Jabani et al., 2021). Kementerian kesehatan tahun 2018 menyebutkan prevalensi di Indonesia meningkat dari 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,1% pada tahun 2018. Di Indonesia penyakit hipertensi dan komplikasinya merupakan urutan kelima dari sepuluh besar penyebab kematian tertinggi terhitung dari 41.590 kematian dari Januari sampai Desember 2018. peningkatan prevalensi ini terkait dengan pola asu, pola gerak dan pola makan seperti tinggi kalori, rendah serat, tinggi garam, tinggi gula dan tinggi lemak diikuti dengan gaya hidup *sedentary lifestyle*, memilih makan *junk food* atau siap saji, ditambah dengan kurangnya aktivitas fisik, stres, dan kurangnya istirahat memicu timbulnya penyakit hipertensi. (M. Arifki Zainaro, 2021).

Berdasarkan data dari Riskesdas Tahun 2018, prevalensi hipertensi di Provinsi Banten sebesar 29,47%. (Balitbangkes RI, 2018) Data profil kesehatan Provinsi Banten Tahun 2021 kasus hipertensi tertinggi pada Tahun 2019 berada di Kabupaten Tangerang dengan jumlah kasus sebanyak 622.060 kasus. Sedangkan pada Tahun 2020 kasus hipertensi tertinggi masih berada pada Kabupaten Tangerang dengan jumlah kasus sebesar 806.218 kasus. Dengan total 1.839.842 orang pengidap hipertensi pada Tahun 2020, namun mengalami sedikit penurunan dibandingkan Tahun sebelum sebanyak 1.857.866 jiwa. (Badan Nasional Penanggulangan Bencana, 2021). Berdasarkan Profil Kesehatan Kabupaten Tangerang Tahun 2021 dari sepuluh besar penyakit di Kabupaten Tangerang hipertensi adalah penyakit dengan urutan tertinggi dengan jumlah kasus 806.218 orang penderita hipertensi. (Dinas Kesehatan Kab.Tangerang, 2021). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Tangerang Tahun 2021 Puskesmas Curug merupakan Puskesmas dengan urutan kelima dengan kasus hipertensi tertinggi di Kabupaten Tangerang. Dengan jumlah kasus hipertensi sebanyak 32.618 kasus. (Dinas Kesehatan Kab.Tangerang, 2021).

Berdasarkan hasil data sekunder di Puskesmas Curug pada bulan Januari hingga Desember Tahun 2022 kasus hipertensi di Puskesmas Curug mengalami penurunan yaitu sebesar 25.840 jumlah kasus penderita hipertensi. Berdasarkan data Posbindu di Puskesmas Curug pada tahun 2022 Posbindu Kenanga merupakan Posbindu dengan urutan ke lima tertinggi yang berada di Puskesmas Curug dan jumlah kasus hipertensi pada lansia sebesar 1.689 kasus. Pada umumnya penderita hipertensi belum banyak mengetahui bahwa stres merupakan pemicu yang dapat meningkatkan atau membuat kambuh tekanan darah tinggi pada penderita hipertensi, karena stres merupakan respons tubuh terhadap stresor psikososial (tekanan atau distress emosional) atau sebagian respons tubuh terhadap situasi yang menimbulkan tekanan perubahan tegangan emosi, dan lain-lain. stres disebabkan oleh adanya tekanan pada seseorang atau lingkungan sehingga merangsang respons fisik dan psikologi. Reaksi tubuh terkait stres meliputi sesak napas, jantung berdebar, dan keringat dingin. Stres terjadi tanpa memandang usia, stres dapat dikalsifikasikan menjadi tiga bagian yaitu stres ringan, stres sedang dan stres berat. (Sari et al., 2023).

Stres meningkatkan resistensi kardiovaskular perifer dan aktivitas sistem parasimpatis. Ketika sesuatu secara fisiologi mengancam kelenjar pituitari, otak akan mengirimkan hormon endokrin ke dalam darah. Hormon ini memiliki fungsi untuk mengaktifkan hormon adrenalin dan hidrokortison untuk membiasakan tubuh terhadap perubahan yang terjadi. Stres dapat disebabkan oleh banyak faktor seperti infeksi, trauma, obesitas, usia tua, obat, penyakit, pembedahan dan terapi medis yang mengakibatkan stres. Stres disebabkan oleh aktivitas saraf simpatik yang sedang bekerja pada saat melakukan aktivitas. Peningkatan aktivitas saraf simpatik menyebabkan peningkatan tekanan darah. Stres yang dialami lansia disebabkan oleh faktor psikologis seperti kecemasan, depresi dan kebingungan. (Pra et al., 2022). Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Tanya M. Spruill et al tahun 2019 berdasarkan hasil peneliti menunjukkan bahwa hubungan antara stres kronis dan insiden hipertensi tetap signifikan secara statistik setelah penyesuaian untuk suasana hati tertekan dan kecemasan dari waktu ke waktu dengan hasil $P = 0,006$. (Spruill et al., 2019)

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan Putri Imas Gandasari tahun 2022 berdasarkan hasil statistik dengan menunjukkan hasil uji chi square yang menunjukkan bahwa, nilai $P = 0,000 < \alpha 0,05$. Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi di Desa Banjarsari Kabupaten Bekasi. (Gandasari & Setiawan, 2023). Dari studi pendahuluan di Posbindu Kenanga, penulis melakukan wawancara dengan lansia yang memiliki penyakit hipertensi sebanyak 5 orang. 3 orang lansia mengeluh jantung berdebar, banyak pikiran dan sering nyeri pada punduk sehingga mengakibatkan tidak bisa tidur. Sedangkan 2 orang lansia mengeluh stres karena keadaan ekonomi dan penyakit yang diderita. Berdasarkan tinjauan literatur diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia. Tujuan penelitian yakni ingin mengetahui hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menggunakan pendekatan analitik *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan di Posbindu Kenanga Puskesmas Curug Kabupaten Tangerang. Pada populasi penelitian ini ada 91 responden. Dengan teknik non probabilitas yaitu model *Consecutive* sampling yaitu sampel yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria dalam penelitian ini yaitu lansia yang berusia 45 sampai <90 tahun, lansia yang mengalami stres, lansia yang mengalami hipertensi, lansia yang berkunjung ke Posbindu dan lansia yang mampu berkomunikasi baik lisan maupun tulisan. Data dikumpulkan melalui kuesioner *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS21) menggunakan tensimeter digital untuk mengukur

tingkat tekanan darah pada lansia. dalam instrumen penelitian ini peneliti melakukan uji validitas dan realibilitas kepada 30 responden dengan kriteria yang sama. Dengan hasil uji validitas dan realibilitas dinyatakan valid dan realibel dengan koefisien *Cronbach Alpha* sebesar 0,796.

HASIL

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Usia		
45-59	54	59,4
60-74	34	37,4
75-89	2	2,2
>90	1	1,1
Jenis kelamin		
Laki-laki	0	0
Perempuan	91	100
Pendidikan		
Tidak sekolah	18	19,8
Sekolah menengah ke bawah SD dan SMP	43	47,3
Sekolah menengah ke atas SMK/SMA, D3 dan S1	30	33,0
Tingkat stress		
Stres ringan	47	51,6
Stres sedang	32	35,2
Stres berat	12	13,2
Stres sangat berat	0	0
Tekanan darah		
Hipertensi derajat 1	44	48,4
Hipertensi derajat 2	34	37,4
Hipertensi derajat 3	13	14,3

Tabel 1 distribusi frekuensi karakteristik usia didapat bahwa mayoritas responden berusia 45-59 tahun sebesar 59,4% lebih banyak dibandingkan responden dengan usia >60 tahun. Distribusi frekuensi jenis kelamin didapat bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebesar 100% . distribusi frekuensi pendidikan didapatkan bahwa mayoritas responden berpendidikan menengah ke bawah yaitu SD dan SMP sebesar 47,3%. Distribusi frekuensi tingkat stres didapatkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat stres dengan kategori ringan sebesar 51,6%. Distribusi frekuensi berdasarkan tekanan darah didapatkan bahwa mayoritas responden mengalami hipertensi derajat 1 sebesar 48,4%.

Tabel 2.
Distribusi Frekuensi Riwayat Penyakit, Status Pernikahan dan Pendapatan dengan Tingkat Stres

Variabel	Tingkat Stres								Total	
	Ringan		sedang		Berat		Sangat Berat			
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Riwayat Penyakit										
Tidak ada riwayat penyakit	20	11,4	2	6,8	0	3,9	0	0	22	22
Ada riwayat penyakit	27	35,6	30	24,3	12	9,1	0	0	69	69
Status pernikahan										
Menikah	36	32,05	20	21,85	6	8,2	0	0	62	62
Janda	11	15,0	12	10,2	6	3,8	0	0	29	29
Pendapatan										
Ya	27	26,9	17	18,3	8	6,9	0	0	52	52
Tidak	20	20,1	15	13,7	4	5,1	0	0	39	39

Tabel 2 dapat diketahui bahwa mayoritas responden yang memiliki riwayat penyakit sebesar 69% dengan stres ringan sebesar 47%. Sedangkan diketahui bahwa mayoritas responden dengan status menikah sebesar 625 dengan stres ringan sebesar 47%. Dan diketahui bahwa mayoritas responden yang tidak berpendapatan sebesar 52% dengan stres ringan sebesar 47%.

Tabel 3.
Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi

	<i>P value</i>	<i>Koefisien kolerasi</i>
Tingkat stres Hipertensi	0,000	0,579

Tabel 3 dapat diketahui bahwa hasil uji statistik *spearman rank* didapat hasil kolerasi yang kuat dengan nilai koefisien sebesar 0,579 bernilai positif menandakan bahwa jenis hubungan searah dengan demikian bahwa semakin tinggi tingkat stres dan akan semakin tinggi kejadian hipertensi pada lansia di Posbindu Kenanga Puskesmas Curug Kabupaten Tangerang. Kedua variabel menunjukkan nilai $p\ value = 0,000 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak H_a diterima yang berarti ada hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Posbindu Kenanga Puskesmas Curug Kabupaten Tangerang.

PEMBAHASAN

Gambaran Karakteristik Responden

Hasil penelitian menunjukkan berdasarkan karakteristik usia responden terbanyak berada pada usia 45-59 tahun dengan persentase 59,4%. Peneliti berasumsi bahwa semakin bertambahnya usia maka akan semakin mudah mengalami stres yang disebabkan karena beban hidup. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Karepowan et al., 2018) usia menjadi faktor pemicu terjadinya stres, di mana semakin bertambahnya usia seseorang maka semakin mengalami perubahan baik dari segi fisik maupun psikologis seperti memikirkan masalah kesehatan, kehilangan dukungan keluarga dan keadaan ekonomi. Berdasarkan hasil penelitian pada jenis kelamin didapatkan mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 100%. Peneliti berasumsi bahwa responden sering merasakan gelisah dan sedih ketika mengingat keluarga yang jauh, serta responden sering merasakan mudah tersinggung karena perkataan orang lain. Hal ini sejalan dengan penelitian (Mukrimaa et al., 2018) Serta jenis kelamin merupakan salah satu penyebab stres pada lansia, karena lansia perempuan lebih menggunakan perasaannya ketika merasakan ada masalah dibanding dengan laki-laki. Berdasarkan hasil analisis karakteristik pendidikan didapatkan mayoritas responden dalam penelitian ini berpendidikan rendah dengan kategori terbanyak yaitu SD dan SMP sebanyak 47,3%. Peneliti berasumsi bahwa responden dengan pendidikan tinggi mempunyai pengetahuan lebih baik dalam mengendalikan stres dibanding dengan tingkat pendidikan yang rendah. Hal ini sejalan dengan penelitian (Refialdinata et al., 2022) pendidikan dapat mempengaruhi pola pikir seseorang dalam menghadapi berbagai stresor. Lansia yang memiliki tingkat pendidikan tinggi mampu mengelola masalah dengan baik sehingga dapat meminimalisir terjadinya stres sedangkan lansia yang memiliki pendidikan yang rendah kurang memiliki pengetahuan yang cukup untuk menyelesaikan masalah sehingga lebih mudah mengalami stres.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden mempunyai tingkat stres kategori ringan sebanyak 51,6%. Peneliti berasumsi bahwa gejala umum yang muncul saat mengalami stres seperti sering marah, gelisah, dan merasa tertekan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sugiyanto & Husain, 2022) bahwa lansia yang mempunyai stres sedang cenderung merasa lebih mudah marah karena hal yang sepele, mudah merasa kesal dan sulit untuk tenang. Terdapat juga lansia dengan tingkat stres yang parah lansia juga merasa mudah marah, mudah kesal, tidak sabaran, mudah tersinggung, sulit untuk tenang dan mudah gelisah. Lansia merasa hal ini muncul dengan sendirinya dan sesuai dengan suasana

hati lansia. Berdasarkan hasil penelitian bahwa mayoritas responden mempunyai hipertensi derajat 1 sebanyak 48,4%. Gejala yang timbul yaitu sakit kepala, leher belakang terasa berat, jantung berdebar dan juga sebagian responden tidak memiliki tanda gejala. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sugiyanto & Husain, 2022) bahwa lansia yang mengalami hipertensi ini mengatakan bahwa kepala terasa berat dan pusing. Lansia sangat rentan mengalami perubahan tekanan darah. Hipertensi pada lansia diakibatkan karena berbagai faktor yang mempengaruhi seperti stres, jenis kelamin, kegemukan dan kurangnya aktivitas fisik. Dalam hal ini lansia perlu menjaga pola makan dan olah raga yang teratur.

Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Status Pernikahan dan Pendapatan dengan Tingkat Stres

Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden yang ada riwayat penyakit dengan stres ringan sebanyak 35,6%. Diantaranya lansia yang memiliki riwayat penyakit hipertensi sebesar 67,0%, lansia yang memiliki penyakit diabetes sebesar 12,1%, lansia yang memiliki riwayat penyakit kolesterol sebesar 3,3%, lansia yang memiliki riwayat asam urat sebesar 1,1% dan lansia yang memiliki riwayat penyakit stroke ringan sebesar 1,1%. Peneliti berasumsi bahwa lansia yang memiliki riwayat penyakit akan terbebani dengan kondisi penyakitnya dan akan membuatnya merasa tidak berdaya sehingga membuat lansia mengalami stres. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Azari & Balaputra, 2023) bahwa penurunan fungsi kesehatan yang dialami oleh lansia akan membuat lansia rentan terhadap berbagai macam penyakit fisik maupun psikologis, salah satunya stres. Semakin banyak komplikasi penyakit yang dialami lansia maka akan semakin tinggi pula tingkat stres yang dialami lansia. Kondisi ini akan membuat lansia merasa dirinya dekat dengan kematian sehingga akan menambah stres yang dialaminya.

Berdasarkan penelitian bahwa mayoritas responden berstatus menikah dan mengalami stres ringan sebanyak 32,0%. Peneliti berasumsi bahwa lansia yang masih memiliki pasang dapat mengalami stres ringan karena tidak adanya dukungan pasangan dan rumah tangga yang tidak harmonis. Menurut teori penelitian (Refialdinata et al., 2022) Kurangnya dukungan pasangan dapat menjadi masalah yang serius dalam kehidupan. Dukungan pasangan ini sangat diperlukan agar dapat hidup dengan tenang dan lebih termotivasi dan lansia lebih mudah untuk menerima dirinya sebagai seorang lansia, dapat menemukan makna kehidupan, kepuasan dalam hidup. Dukungan keluarga juga sangat penting dalam membantu lansia menyelesaikan masalahnya, apabila ada dukungan, rasa percaya diri akan bertambah dan motivasi untuk menghadapi masalah yang akan terjadi akan meningkat.

Berdasarkan penelitian bahwa responden yang masih memiliki pendapatan sebanyak 39%. Di antaranya yang memiliki pendapatan <2.000.000 sebanyak 26,4% dan yang memiliki pendapatan >2.000.000 sebanyak 16,5%. Sedangkan mayoritas responden tidak memiliki pendapatan dan mengalami stres ringan sebanyak 26,9%. Peneliti berasumsi bahwa lansia yang tidak bekerja dan biaya hidupnya ditanggung oleh anaknya memiliki perasaan tidak enak atau kurang puas jika tidak menghasilkan uang sendiri. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Mukrimaa et al., 2018) lansia yang tidak bekerja dan tidak memiliki pendapatan akan berpengaruh terhadap status sosial ekonomi, lansia mengatakan hanya mendapatkan kebutuhan hidup sehari-harinya dari anak ataupun keluarga dan lingkungan sekitar. Sehingga terjadi perubahan pada yang dulunya masih bisa bekerja sekarang tidak bisa karena terjadi penurunan fungsi tubuh hal ini menyebabkan stres. Jika pada waktu muda lansia dapat mengatur kebutuhannya untuk masa tua maka kemungkinan stres berkurang, tapi faktanya dilapang lansia belum bisa memenuhi kebutuhannya sendiri dan hanya mengharapkan dari anak, keluarga ataupun orang lain.

Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi

Banyak faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi, salah satunya adalah stres. Stres merupakan reaksi tubuh dan psikis terhadap tuntutan-tuntutan lingkungan kepada seseorang. Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan uji statistik spearman rank di dapatkan p value $0,000 < 0,05$ artinya H_0 diterima, sehingga ada Hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Posbindu Kenanga Puskesmas Curug Kabupaten Tangerang. Hubungan ini menunjukkan bahwa seseorang yang mengalami stres akan berisiko terhadap hipertensi, di mana semakin tinggi tingkat stres akan menyebabkan peningkatan derajat hipertensi. Hal ini ditandai dengan responden mudah marah, gelisah, cemas, merasa tertekan, jantung berdebar, mudah tersinggung dan kurang tidur. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Gandasari & Setiawan, 2023) stres diakibatkan terjadinya penekanan berupa lingkungan sekitar pada akhirnya memiliki rangsangan terhadap reaksi tubuh dan psikis serta memicu terjadinya peningkatan tekan darah pada penderita hipertensi. Yang umumnya gejala yang timbul dikarenakan stres seperti bernapas cepat, jantung berdebar dan keringat dingin.

Stres tersebut memiliki beberapa faktor di antaranya lansia yang memiliki riwayat penyakit dapat menimbulkan stres karena lansia akan mengalami cemas, gelisah dan lansia akan merasa bahwa dirinya akan dekat dengan kematian ketika memiliki riwayat penyakit tersebut. Faktor status pernikahan pada lansia yang berstatus menikah juga dapat menimbulkan stres karena tanpa adanya dukungan pasangan dan rumah tangga yang tidak harmonis dapat menimbulkan stres. Serta faktor pendapatan juga dapat menimbulkan stres pada lansia yang tidak berkerja akan mempengaruhi status sosial ekonominya. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sugiyanto & Husain, 2022) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi lansia di Posyandu Adiyuswo Kedawung dengan hasil p value $0,000 < 0,05$. Penelitian yang dilakukan oleh (Salman et al., 2020) menyatakan bahwa tingkat stres merupakan faktor yang paling dominan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Cempaka dan responden yang mengalami stres mempunyai peluang 3,895 kali mengalami hipertensi. Faktor stres seperti kurang tidur dan banyak pikiran dapat memicu tekanan darah menjadi tinggi sehingga terjadinya hipertensi. Semakin tinggi tingkat stres yang dialami oleh seseorang maka hipertensi yang dialaminya pun akan semakin tinggi pula, sebaliknya semakin ringan tingkat stres seseorang maka akan semakin ringan pula hipertensi yang dialaminya. Upaya pencegahan untuk mencegah tingkat stres yang lebih berat dengan melakukan kegiatan yang ringan dan aktivitas yang dapat menenangkan pikiran. Peneliti berasumsi bahwa tingkat stres dan hipertensi merupakan bentuk sikap dan perilaku individu yang saling berkaitan karena apabila individu dapat menghadapi stres dengan baik maka kesehatan akan terjaga, tetapi jika sebaliknya apabila individu tersebut tidak dapat menghadapi stresnya dan berlangsung berkepanjangan maka akan menimbulkan masalah kesehatan.

SIMPULAN

Ada hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Posbindu Kenanga Puskesmas Curug Kabupaten Tangerang. Berdasarkan hasil uji analisis Spearman Rank didapatkan hasil nilai P value 0,000. Serta memiliki kolerasi yang kuat dengan nilai koefisien 0,579 bernilai positif menandakan bahwa jenis hubungan searah dan data tersebut menunjukkan bahwa seseorang yang mengalami stres akan berisiko terhadap hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

Azari, A. A., & Balaputra, ishana. (2023). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Stress Pada Lansia diKecamatan Suboh Situbondo. *MEDICAL JOURNAL OF AL-QODIRI Jurnal*

- Keperawatan Dan Kebidanan*, 8, No.1, 44–48.
- Badan Nasional Penanggulangan Bencana. (2021). IRBI Tahun 2021. *Profil Kesehatan Banten*, 1(6), 8–11.
- Balitbangkes RI. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes*.
- Dinas Kesehatan Kab.Tangerang. (2021). *PROFIL_2021_FINAL.pdf*. <https://dinkes.tangerangkab.go.id/informasi-berkala/>
- Gandasari, P. I., & Setiawan, Y. (2023). *Hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi di desa banjarsari kabupaten bekasi. August 2022*, 1–10.
- Jabani, A. S., Kusnan, A., & B, I. M. C. (2021). Prevalensi dan Faktor Risiko Hipertensi Derajat 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, 12(4), 31–42. <https://stikes-nhm.e-journal.id/NU/article/view/494>
- Karepowan, S. R., Wowor, M., & Katuuk, M. (2018). Hubungan kemunduran fisiologis dengan tingkat stres pada lanjut usia di Puskesmas Kakaskasen Kecamatan Tomohon Utara. *E-Journal Keperawatan*, 6(1), 1163–1178.
- M. Arifki Zainaro. (2021). *Dosen Keperawatan Universitas Malahayati Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Malahayati*. 4, 819–826.
- Mukrimaa, S. S., Nurdyansyah, Fahyuni, E. F., YULIA CITRA, A., Schulz, N. D., غسان., Taniredja, T., Faridli, E. M., & Harmianto, S. (2018). Hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di puskesmas rawat inap cempaka. *Jurnal Penelitian Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 6(August), 128.
- Muqorobin, M. S., & Kartin, E. (2022). SENTRI : Jurnal Riset Ilmiah. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 1(3), 17–34.
- Pra, P., Di, L., Bojonggede, P., Oktaviani, E., Prastia, T. N., & Dwimawati, E. (2022). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi*. 5(2), 135–147.
- Refialdinata, J., Nurhaida, & Gutri, L. (2022). Tingkat Stress Dan Pengaruhnya Terhadap. *Jurnal Kesehatan Lentera 'Aisyiyah*, 5(1), 614–618.
- Salman, Y., Sari, M., & Libri, O. (2020). Analisis Faktor Dominan terhadap Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Cempaka. *Jurnal Dunia Gizi*, 3(1), 15. <https://doi.org/10.33085/jdg.v3i1.4640>
- Sari, E., Amvina, A., & Lubis, A. H. (2023). Pengetahuan penderita hipertensi tentang faktor stres penyebab hipertensi. *Healthcaring: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 2(1), 1–7. <https://doi.org/10.47709/healthcaring.v2i1.2037>
- Sistikawati, H. I., Fuadah, I. W., Salsabila, N. A., Azzahra, A. F., Aesyah, A., Insyira, I., Adhitama, P. F., Anggraini, R. K., & Nandini, N. (2021). Literature Review : Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(1), 57–62. <https://doi.org/10.14710/mkmi.20.1.57-62>
- Spruill, T. M., Butler, M. J., Thomas, S. J., Tajeu, G. S., Kalinowski, J., Castañeda, S. F., Langford, A. T., Abdalla, M., Blackshear, C., Allison, M., Ogedegbe, G., Sims, M., &

- Shimbo, D. (2019). Association Between High Perceived Stress Over Time and Incident Hypertension in Black Adults: Findings From the Jackson Heart Study. *Journal of the American Heart Association*, 8(21). <https://doi.org/10.1161/JAHA.119.012139>
- Sugiyanto, M. P., & Husain, F. (2022). Hubungan Tingkat Stress Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Lansia Kelurahan Kedawung. *Jurnal Multidisiplin Dehasen*, 1(4), 543–552.
- Sundari, S., Hartutik, S., Sarjana Keperawatan, P., & Ilmu Kesehatan, F. (2023). Gambaran Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Senam Hipertensi pada Lansia Hipertensi di Desa Kaling Tasikmadu. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 43–53. <https://doi.org/10.55123/sehatmas.v2i1.990>.

