

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI PUSKESMAS RAWAT INAP CEMPAKA

Rina Lidia, Musafaah, Ifa Hafifah

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung
Mangkurat, Jl. A. Yani KM. 36 Banjarbaru, 70714

Email korespondensi: rinalidia50@gmail.com

ABSTRACT

Background: *Elderly changes in the body system that causes an increase in blood pressure (hypertension) is affected by stress levels one of them.*

Objectives: *Determine relationship between stress level and hypertension among elderly in Puskesmas Rawat Inap Cempaka.*

Method: *Research was conducted on 7-13 February 2018 with cross sectional design with total sample was 54 elderly were taken using Purposive Sampling technique. The instrument used is Perceived Stress Scale Questionnaire (PSS) -10 to assess stress level and tensimeter to assess the pressure high blood pressure (hypertension).*

Results: *Based on Chi-square test results, there is no relationship of stress level with the incidence of hypertension in elderly at Puskesmas Rawat Inap Cempaka. The value of p-value ($p = 0.071$).*

Discussion: *There are several factors that affect hypertension, so the stress level factor can not be the single factor causing the occurrence of hypertension.*

Keywords *hypertension, elderly stress*

Jumlah Pustaka : 16

PENDAHULUAN

Menurut data dari Riskesdas tahun 2013 menyebutkan angka prevalensi hipertensi di Indonesia, yang menempati urutan pertama di provinsi Bangka Belitung (30,9%), diikuti oleh Kalimantan Selatan (30,8%) dan Kalimantan Timur (29,6%) (Riskesdas, 2013). Berdasarkan UU nomor 13 tahun 1998, lanjut usia adalah seseorang dengan usia 60 tahun ke atas. Sedangkan menurut WHO, umur lanjut usia diklasifikasikan menjadi empat yaitu usia pertengahan (*middle age*) usia 45-59 tahun, lanjut usia (*elderly*) usia 60-74 tahun, lanjut usia tua (*old*) umur 75-90 tahun dan usia sangat tua (*very old*), di atas 90 tahun.

Pada lansia terjadi perubahan fisik, lansia mengalami penurunan yaitu perubahan pada sel dan sistem tubuh. Perubahan yang terjadi pada sistem kardiovaskuler menyebabkan lansia rentan terhadap berbagai penyakit degeneratif, salah satunya hipertensi (Darmojo, 2006).

Hipertensi adalah tekanan darah tinggi, pada lansia terjadi hipertensi jika tekanan darah sistolik >140 mmHg dan tekanan diastolik >90 mmHg (Potter & Perry, 2005). Merokok, jenis kelamin, konsumsi garam dan alkohol, umur, keturunan, stres, berat badan berlebih dan suku merupakan faktor yang dapat membuat tekanan darah seseorang meningkat (Potter & Perry, 2005).

Kegelisahan, ketakutan, nyeri dan stres emosional dapat mengakibatkan stimulasi simpatis meningkat kemudian frekuensi denyut jantung juga meningkat, curah jantung dan tekanan darah sebesar 30 mmHg (Potter & Perry, 2013). Stres adalah keadaan dimana seseorang dituntut untuk melakukan atau merespon tindakan. Stres dapat menyebabkan perasaan yang berlawanan

atau bersifat negatif dan tidak sesuai dengan apa yang diinginkan sehingga kesejahteraan emosionalnya terancam. Indikator dalam fisiologis stres adalah diantaranya kenaikan tekanan darah, sakit kepala, dan kelelahan (Potter & Perry, 2005). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Rawat Inap Cempaka.

Saat studi pendahuluan pada 20 Desember 2017 di Puskesmas Rawat Inap Cempaka, Hipertensi merupakan penyakit utama dengan kasus sebanyak 3.221 pada tahun 2016. 6 dari 10 lansia mengalami stres, gelisah karena memikirkan keluarganya yang tidak bekerja, lansia sudah tidak mampu bekerja dan kondisi ekonomi yang kurang, lansia juga mengkhawatirkan kondisi fisiknya, salah satu lansia mengalami DM dan takut akan penyakitnya tersebut, kemudian merasa tertekan dan tidak bisa mengatasi masalah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Variabel bebas penelitian ini adalah tingkat stres sedangkan untuk variabel terikatnya adalah kejadian hipertensi. Pengambilan data dilakukan dengan teknik *purposive sampling* pada 54 lansia di Puskesmas Rawat Inap Cempaka. Penelitian dilakukan sejak 07-13 Februari 2018 menggunakan kuesioner PSS-10 dan tensimeter dan dianalisis menggunakan uji *Chi-Square*. Penelitian sudah dinyatakan laik etik No.583/KEPL-FK UNLAM/EC/I/2018 di Komisi Etik Kesehatan FK Unlam.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Sebanyak 54 pasien yang sesuai dengan kriteria penelitian dan bersedia menjadi responden penelitian yang dikumpulkan dari 7-13 Februari. Mayoritas responden terdiri dari perempuan berjumlah 40 orang (74,1%).

Tabel 1. Distribusi karakteristik responden berdasar jenis kelamin di Puskesmas Rawat Inap Cempaka

Variabel	N	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	14	25,9
Perempuan	40	74,1
Total	40	100

Lansia yang menjadi responden pada tabel 1 sebagian besar lansia dengan jenis kelamin perempuan yaitu (74,1%) dan dari hasil *cross tabs* sebanyak 22 orang (40,7 %) lansia perempuan mengalami hipertensi, sedangkan lansia laki-laki hanya 9 orang (16,7%).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aina (2017) bahwa penderita hipertensi lebih banyak terjadi pada perempuan, didukung dengan teori dari Potter dan Perry (2005) bahwa wanita setelah menopause lebih banyak mengalami hipertensi. Tekanan darah tinggi lebih dominan terjadi pada wanita dibandingkan dengan pria karena faktor hormonal. Karena saat menopause kadar hormon estrogen pada wanita akan menurun, hormon ini berfungsi untuk melindungi wanita dari penyakit kardiovaskular, efek perlindungan estrogen adalah sebagai imunitas wanita pada usia premenopause (Pradono, 2010).

Jenis kelamin merupakan salah satu penyebab stres pada lansia, karena lansia perempuan lebih menggunakan perasaannya ketika merasakan ada masalah dibandingkan dengan laki-laki (Saila, 2014). Hal ini seiring dengan pernyataan responden yang mengatakan ketika mengingat keluarga yang jauh maka lansia akan merasa gelisah dan merasa sedih.

Tabel 2. Karakteristik responden berdasarkan usia di Puskesmas Rawat Inap Cempaka.

Variabel	N	%
Usia (tahun)		
<65	15	27,8
65-75	30	55,6
>75	9	16,7
Total	54	100

Pada tabel 2 sebagian besar lansia berusia 65-75 tahun (55,6%). Tekanan darah akan meningkat seiring dengan bertambahnya umur, lansia dikatakan tekanan darah normal jika tekanan darah sistolik 140 mmHg dan tekanan darah diastolik 90 mmHg (Potter & Perry, 2005). Usia lansia dapat mempengaruhi stres karena lansia harus menghadapi perubahan yang terjadi seperti jauh dari keluarga atau kehilangan keluarga dekat seperti kehilangan pasangan hidup (Potter & Perry, 2005). Hal ini sesuai dengan fenomena yang didapatkan peneliti bahwa masih banyak lansia yang belum bisa menerima keadaan ketika jauh dari keluarga.

Tabel 3. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan di Puskesmas Rawat Inap Cempaka.

Variabel	N	%
Pekerjaan		
Bekerja	18	33,3
Tidak bekerja	36	66,7
Total	54	100

Pada tabel 3 dominan lansia di Cempaka tidak bekerja 36 orang (66,6%) sebanyak 21 orang (38,9%) lansia yang tidak bekerja mengalami hipertensi dan lansia yang bekerja mengalami hipertensi sebanyak 10 orang (18,5%).

Lansia yang tidak bekerja dan tidak dapat menghasilkan pendapatan akan berpengaruh pada status sosial ekonomi, lansia mengatakan hanya mendapatkan kebutuhan hidup sehari-harinya dari anak ataupun keluarga dan lingkungan sekitar. Sehingga terjadi perubahan pada yaitu yang dulunya masih bisa bekerja sekarang tidak bisa karena terjadi penurunan fungsi tubuh dan hal demikian bisa menyebabkan stres (Potter & Perry 2005), jika pada waktu muda lansia bisa mengatur kebutuhannya untuk masa tua maka kemungkinan stres berkurang, tapi fakta di lapangan lansia belum bisa memenuhi kebutuhannya dan hanya mengharapkan orang lain.

Lansia yang tidak bekerja cenderung memiliki aktivitas yang kurang dibandingkan lansia yang bekerja, kurangnya aktivitas yang dilakukan oleh lansia menjadi pengaruh yang dapat menyebabkan kenaikan tekanan darah (Potter & Perry, 2005). Saat seseorang kekurangan aktivitas maka jantungnya akan bekerja lebih keras untuk memompa dan lebih cepat dalam setiap kontraksinya (Ambardini, 2009).

Tingkat Stres pada Lansia

Tabel 4. Gambaran tingkat stres pada lansia di Puskesmas Rawat Inap Cempaka

Variabel	N	%
Tingkat stres		
Berat	9	15,0
Sedang	24	40,0
Ringan	21	35,0
Total	54	100

Berdasarkan tabel 4. dapat dilihat lansia yang mengalami stres masih dalam tingkat sedang yaitu 24 orang (40%) sedangkan lansia yang mengalami tingkat stres berat hanya 9 orang (15,0%). Dalam hal ini lansia mengalami stres berat jika skor yang didapat 27-40, stres berat disebabkan karena lansia merasa tidak bisa mengendalikan emosinya dan sudah berlangsung dalam waktu lama, lansia mengalami kesulitan finansial yang cukup lama hingga beberapa tahun (Potter & Perry, 2005)

Skor yang paling sering muncul adalah skor 0 (tidak pernah) seperti pada pertanyaan nomor 10 ada 30 responden menjawab 0 (tidak pernah) sebanyak 30 responden (55,6%) yaitu dengan pertanyaan “Dalam bulan terakhir ini, seberapa sering Anda merasa bahwa kesulitan kesulitan menumpuk sangat tinggi sehingga Anda tidak dapat mengatasinya?”. Hal ini menunjukkan bahwa lansia tidak pernah merasakan mempunyai kesulitan atau masalah yang banyak, lansia juga mengatakan jika ada masalah akan mendiskusikan dengan orang terdekat untuk mendapatkan solusi.

Support keluarga adalah hal penting bagi individu dalam menyelesaikan masalah. jika ada dukungan, maka rasa percaya diri bertambah dan motivasi akan meningkat (Stuart and Sundeen, 1995). 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 (Cohen, 1999).

Kejadian Hipertensi pada Lansia

Tabel 5. Gambaran kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Rawat Inap Cempaka *response time* pada pasien stroke di RSUD Ulin Banjarmasin.

Variabel	N	%
Hipertensi	31	57,4
Tidak hipertensi	23	40,0
Total	54	100

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5 lansia di puskesmas rawat inap cempaka lebih banyak yang Hipertensi berjumlah 31 orang (57,4%) dan yang tidak hipertensi sebanyak 23 orang (42,6%). Lansia dikatakan hipertensi jika tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg, dan telah melakukan pengukuran tekanan darah minimal 2 kali sebelumnya (Potter & Perry, 2005). Hal ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan bahwa peneliti terlebih dahulu memastikan bahwa responden sudah pernah melakukan pengukuran tekanan darah lebih dari 2 kali dengan hasil yang konstant, dan peneliti telah memastikan hal tersebut dari buku kunjungan yang dilakukan responden di Puskesmas Rawat Inap Cempaka. Lansia mengalami peningkatan tekanan darah karena terjadinya penurunan elastisitas pembuluh darah (Potter & Perry, 2005).

Hipertensi adalah tanda dan gejala yang sangat sering dijumpai pada lansia dan merupakan faktor utama penyakit kardiovaskular. Lansia di wilayah kerja puskesmas cempaka ini mayoritas sudah tidak bekerja, hanya sebagian kecil yang masih bekerja. Mereka juga mengatakan sudah jarang ke puskesmas dengan

alasan jarak puskesmas yang terlalu jauh, tapi dari Puskesmas ada memprogramkan Posyandu untuk lansia sehingga mempermudah lansia mendapatkan pelayanan kesehatan secara gratis, biasanya posyandu lansia diadakan 1 bulan sekali.

Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Rawat Inap Cempaka

Tabel 6. Analisis hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Rawat Inap Cempaka

Tingkat Stres	Kejadian Hipertensi				p-value
	Hipertensi		Tidak hipertensi		
	n	%	n	%	
Berat	6	66,7	3	42,6	0,071
Sedang	17	70,8	7	29,2	
Ringan	8	38,1	13	61,9	
Jumlah	31		23		54

Berdasarkan tabel 6 diketahui bahwa kejadian hipertensi pada lansia yang mengalami tingkat stres sedang cenderung mengalami hipertensi 17 orang (70,8%) dibandingkan dengan lansia yang mengalami tingkat stres berat 6 orang (66,7%) dan lansia yang mengalami tingkat stres ringan 8 orang/ (38,1%). Berdasarkan hasil uji statistik dengan *Chi Square* didapatkan nilai *p-value* 0,071 (*p-value* >0,05) sehingga *H₀* diterima yaitu tidak ada hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Rawat Inap Cempaka. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Agustina (2014) tidak ada hubungan antara stres dengan hipertensi. Hal ini disebabkan saat melakukan penelitian dan pengambilan data lansia tidak sedang mengalami stres ataupun masalah yang berat yang dapat

menyebabkan timbulnya stres yang berkepanjangan.

Sebanyak 5 lansia mengalami penyakit yang sudah lama dan hal ini mengancam kemandiriannya, 2 orang lansia dengan penyakit DM dan 3 lansia dengan riwayat stroke hal ini sesuai dengan teori Potter & Perry 2005 karena penyakit menahun dapat menyebabkan lansia mengalami stres berat. Sumber stres pada lansia berasal dari kondisi kesehatan fisik, lansia mulai tergantung dengan orang lain karena penurunan fungsi fisik serta penyakit yang dirasakan akan mengancam kemandirian lansia (Smeltzer & Brenda, 2011).

Support keluarga adalah hal penting bagi individu dalam menyelesaikan masalah. jika ada dukungan, maka rasa percaya diri bertambah dan motivasi akan meningkat (Stuart and Sundeen, 1995). 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 (Cohen, 1999). dalam penelitian ini jika lansia mengalami masalah maka ia akan mendiskusikan masalahnya dengan orang terdekat yaitu keluarga, kemudian jika keluarga tidak ada maka lansia akan mendiskusikan dan meminta pendapat dari lingkungan seperti tetangga. Hal ini sesuai dengan teori Potter & Perry 2005 bahwa komponen terpenting bagi lansia adalah keluarga, kemudian jika keluarga tidak utuh maka pendukung selanjutnya adalah tetangga. Jika dukungan ada maka lansia akan mudah dalam mengambil keputusan dan menyelesaikan masalah (Stuart & Sudden, 1995).

Hasil penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian Pauzi (2016) yang menunjukkan bahwa Ho ditolak yaitu

ada hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia. 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 hal inilah yang menyebabkan meningkatnya tekanan darah. Stres yang dirasakan lansia merupakan tingkat stres sedang, pada tingkat ini lansia merasakan waspada yang berfokus pada indera penglihatan dan pendengaran, ketengangan masih dalam batas yang dapat ditoleransi, serta mampu mengatasi keadaan yang mulai mengganggu individu itu sendiri (Suzanne & Brenda, 2008).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi dipengaruhi oleh banyak faktor seperti faktor jenis kelamin dan pekerjaan pada penjelasan data demografi responden, sehingga faktor tunggal yaitu stres tidak dapat dijadikan acuan untuk menyatakan seseorang hipertensi. Faktor-faktor tersebut adalah: usia, stres, ras, medikasi, riwayat keluarga, konsumsi garam, konsumsi alkohol, dan jenis kelamin (Potter & Perry, 2005). Sehingga berdasarkan hasil penelitian ini, faktor stres tidak dapat menjadi faktor tunggal dalam memengaruhi kejadian hipertensi pada responden.

PENUTUP

Kesimpulan dari hasil penelitian ini Karakteristik responden mayoritas responden terdiri dari perempuan 74,1% (n = 40) dengan rata-rata usia 65-75 tahun dan tidak bekerja 36 orang (66,7%). Tingkat stres yang dirasakan adalah dalam tingkat sedang 40%. Lansia yang mengalami hipertensi berjumlah 31 orang (57,4%). Tidak ada hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di

Puskesmas Rawat Inap Cempaka (0,071 > 0,05).

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sumber informasi bagi keperawatan komunitas dan gerontik. Faktor tingkat stres tidak dapat dijadikan acuan terjadinya hipertensi pada lansia, karena masih banyak faktor yang dapat menyebabkan hipertensi. Bagi peneliti selanjutnya bisa dijadikan literatur dan bahan bacaan serta dapat meneliti faktor lain yang dapat menyebabkan hipertensi.

KEPUSTAKAAN

- Agustina, Sri 2014, Faktor-faktor yang berhubungan dengan hipertensi pada lansia di atas umur 65 tahun, *Jurnal Kesehatan Komunitas*, Vol. 2, No. 4, Mei 2014.
- Ambardini, Rachmah 2009, *Aktivitas Fisik Pada Lanjut Usia*, Universitas Negeri Yogyakarta, Wuny, Yogyakarta
- Aina, Nor 2016, Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja puskesmas rawat inap cempaka tahun 2016, *KTI Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran ULM*, Banjarbaru
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R 1983, A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 385-396 DOI10.2307/2136404
- Darmojo dan Martono 2006, *Geriatrici*, Yudistira, Jakarta
- Marzuki Pauzi 2016, Hubungan Antara Tingkat Stress Dengan Tekanan Darah Tinggi Pada Lansia Di Dusun Kanigoro, Rt 01 Dan 02 Mancasan, Ambarketawang, Gamping Sleman Yogyakarta, *Skripsi: stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta*, Yogyakarta
- Potter, P.A, Perry, A.G 2005, *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses, Dan Praktik*, Edisi 4. Volume 1 Alih Bahasa : Yasmin Asih, dkk, EGC, Jakarta.
- Potter, & Perry, A. G 2006, *Buku ajar fundamental keperawatan: konsep, proses, dan praktik*, edisi 4, Volume 2, EGC, Jakarta.
- Potter & Perry 2013, *Fundamental of nursing eighth edition*, Elsevier Inc.
- Pradono J 2010, *Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi di daerah perkotaan (analisis data riskesdas 2007)*, Gizi Indo 2010.
- Riset Kesehatan Dasar 2013, Badan penelitian dan pengembangan kesehatan, Kementerian Kesehatan RI, Bakti Husada.
- Saila Dzirwati Rahmah 2014, Strategi coping stres pada lanjut usia berjenis kelamin perempuan di unit pelaksana teknis pelayanan sosial lanjut usia jember, *Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember*, Jember
- Stuart dan Sudeen 2002, *Buku saku keperawatan*, Edisi 3, EGC, Jakarta.
- Stanley dan Beare 2006, *Buku ajar keperawatan gerontik*, EGC, Jakarta.
- Stuart dan Sudeen 2002, *Buku saku keperawatan*, Edisi 3, EGC, Jakarta.