

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI PUSKESMAS GUNTUR KABUPATEN GARUT

RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVEL AND HYPERTENSION AMONG ELDERLIES AT GUNTUR COMMUNITY HEALTH CENTER, GARUT REGENCY

Iceu Amira DA¹, Suryani², Hendrawati³

¹Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran, amira@unpad.ac.id

²Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran, suryani@unpad.ac.id

³Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran, hendrawati@unpad.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi dengan masih banyaknya kasus hipertensi pada lansia di Puskesmas Guntur Kabupaten Garut. Pada studi pendahuluan penulis melakukan wawancara kepada 5 pasien hipertensi, mereka mengatakan sebelum menderita hipertensi pasien mengeluh banyak pikiran masalah keluarga. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara tingkat stress dengan hipertensi pada lansia di Puskesmas Guntur Kabupaten Garut. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian non eksperimental dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang menderita hipertensi yang suka kontrol rutin sebanyak 61 orang dengan sampelnya total populasi. Data primer diperoleh melalui pengisian kuesioner dan pengukuran langsung dengan menggunakan kuesioner PSS-10 untuk mengukur tingkat stres pada lansia dan menggunakan lembar observasi untuk melihat kejadian hipertensi dengan menggunakan tensimeter dan stetoskop. Data yang diperoleh kemudian diuji dengan menggunakan uji statistik *Chi Square*. Hasil penelitian yaitu lansia yang mengalami stres ringan dengan kejadian pra hipertensi pada lansia menunjukkan hasil 13 responden (21.31%), sedangkan stres ringan dengan hipertensi sebanyak 24 responden (39.34%), selanjutnya responden yang mengalami stres berat dan pra hipertensi sebanyak 14 responden (22.95%), sedangkan yang mengalami stres berat dan hipertensi sebanyak 10 orang (16.39%). Kesimpulan dari penelitian ini yaitu Terdapat hubungan antara stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Guntur Kabupaten Garut dengan uji statistik *chi square*, $p \text{ value} = 0,028$ ($p \text{ value} < \alpha 0,05$) Nilai tersebut berarti ada hubungan antara stres dengan hipertensi pada lansia. Kepada pasien hendaknya selalu memeriksakan tekanan darah secara rutin serta menggunakan manajemen stres dalam kehidupan sehari-hari.

Kata Kunci: Hubungan, tingkat Stres, Lansia, Puskesmas

Diterima: 17 September 2020

Direview: 22 Januari 2021

Diterbitkan: Februari 2021

ABSTRACT

This research was motivated by the high number of hypertension cases among elderlies at Guntur Community Health Center, Garut Regency. Based on the preliminary study in which the researchers conducted interviews to 5 hypertensive patients, it was found that the hypertension was triggered by patients' continuous thoughts on family problems. The present study aims to investigate the relationship between stress level and hypertension among elderlies at Guntur Community Health Center, Garut Regency. To achieve the objective, the study utilized non-experimental approach under the frame of a cross-sectional design. The population of this study, which was also set up as the sample, was 61 elderlies who suffer from hypertension and do regular medical check up at the aforesaid local health center. The primary data were obtained through the questionnaire, the PSS-10 questionnaire to measure the patients' stress levels and the observation sheets along with tensimeter and a stethoscope to observe the incidence of hypertension. The obtained data were then analyzed using the Chi Square statistical analysis. The results showed that the elderlies that experienced mild stress with the incidence of pre-hypertension were 13 respondents (21.31%), while those that suffered mild stress with the hypertension were 24 respondents (39.34%). Moreover, the respondents that had severe stress level with the incidence of pre- hypertension were 14 respondents (22.95%), while those that experienced severe stress accompanied by hypertension were 10 respondents (16.39%). In addition to these findings, the Chi square statistical test showed that the $p \text{ value}$ was 0.028 which was greater than the α ($p \text{ value} < \alpha 0.05$). Therefore, it can be concluded that there is a relationship between

stress and hypertension among elderlies. It is suggested that the patients always have their blood pressure checked regularly and use stress management in their everyday life.

Keywords: Relationship, Stress Level, Hypertension, Community Health Center

PENDAHULUAN

Stress adalah realitas kehidupan sehari-hari yang tidak bisa dihindari. Manusia harus selalu menyesuaikan diri dengan kehidupan dunia yang selalu berubah rubah. Dewasa ini perubahan tata nilai kehidupan, perubahan psikososial berjalan begitu cepat karena pengaruh globalisasi, modernisasi, informasi, industrialisasi serta ilmu pengetahuan dan teknologi. Hal tersebut berpengaruh terhadap pola hidup, moral dan etika). Sesuai dengan hasil penelitian (Azizah & Hartanti, 2016) terdapat sebagian besar stress sedang (29%) pada lansia, sedangkan menurut (Eka, 2010), menyatakan responden yang mengalami stress pada usia ≥ 40 tahun sebanyak 95%.

Stres bisa dialami oleh siapa saja yaitu mulai dari bayi, anak, dan dewasa, termasuk pada lansia. Stres bisa memicu terjadinya penyakit, diantaranya hipertensi.

Data World Health Organization (WHO) tahun 2015 dalam (Risksdas, 2018) menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta

orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya. merupakan urutan pertama hipertensi yang tidak mendapatkan penanganan yang baik bisa terjadi penyakit yang lainnya seperti stroke. Penulis memilih lokasi penelitian di Puskesmas Guntur karena Puskesmas ini merupakan tempat pelayanan kesehatan yang telah melaksanakan manajemen penanganan penyakit hipertensi dengan baik.

Dari studi pendahuluan di Puskesmas Guntur Garut, penulis melakukan wawancara kepada 5 orang pasien hipertensi yang berobat ke poli lansia, dari 5 orang pasien tersebut 2 orang pasien mengatakan sudah 1 tahun menderita hipertensi yang diawali dengan pusing dan tidak bisa tidur, pasien mengatakan banyak pikiran dan 3 orang pasien mengatakan sudah 6 bulan menderita hipertensi diawali dengan nyeri di bagian pundak, mereka mengatakan banyak pikiran sehingga tidak dapat melakukan aktivitas di rumah.

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode survei analitik. Survei analitik adalah survei atau penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan itu terjadi. Kemudian melakukan analisis dinamika

korelasi antara fenomena atau antara faktor resiko dan faktor efek (Notoatmodjo, 2010).

Penelitian ini menggunakan rancangan survei cross sectional, yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (point time approach).(Notoatmodjo, 2010). Populasi ialah daerah generalisasi yang terdiri atas, objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik yang digunakan peneliti untuk dipelajarinya yang kemudian didapatkan kesimpulannya (Notoatmodjo, 2010) Sampel penelitian adalah sebagian objek yang akan diteliti.

Hipertensi adalah penyakit yang dapat menyerang siapa saja, baik muda maupun tua. hipertensi juga sering disebut sebagai silent killer karena termasuk penyakit yang mematikan. bahkan, hipertensi tidak dapat secara langsung membunuh penderitanya, melainkan hipertensi memicu terjadinya penyakit lain yang tergolong kelas berat dan mematikan serta dapat meningkatkan resiko serangan jantung, gagal jantung, stroke dan gagal ginjal.(Pudiastuti, 2012). Hipertensi juga merupakan salah satu penyakit degeneratif, umumnya tekanan darah bertambah secara perlahan dengan seiring bertambahnya umur. (Triyanto, 2014)

Di seluruh dunia saat ini, jumlah lanjut usia diperkirakan lebih dari 629 juta jiwa, dan pada tahun 2025 diproyeksikan jumlah lanjut usia akan mencapai 1,2 milyar. Nugroho, 2008 dalam (Kustanti, 2012).

Pada hasil penelitian terdahulu didapatkan hasil bahwa penderita hipertensi yang mengalami stres sebanyak 70,2% dan yang tidak mengalami stres sebanyak 29,8%, dimana ditemukan hubungan antara stres dengan hipertensi. (Sari et al., 2018) Perbedaan penelitian dengan penulis yaitu lokasi penelitian, populasi penelitian dan sampel. Data dari Puskesmas Guntur (2018), kasus hipertensi pada lansia sebanyak 665 orang kasus baru dan 845 orang kasus lama Jumlah kasus hipertensi pada lansia usia 60 tahun ke atas sebanyak 61 orang yang kontrol secara rutin setiap 2 minggu sekali. Data 10 penyakit di Puskesmas Guntur hipertensi menempati urutan ke 8, walaupun bukan urutan ke satu, hipertensi harus segera diatasi supaya tidak menimbulkan komplikasi. diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi Sampel penelitian ini menggunakan total sampling sebanyak 61 orang lansia yang hiper. Populasi penelitian ini adalah semua pasien lansia yang rutin kontrol sebanyak 61.

Pengumpulan data dilakukan dengan metode pengisian kuesioner oleh responden yang dilakukan secara langsung oleh peneliti terhadap sampel penelitian. Data sekunder adalah data jumlah pasien

yang didapatkan dari petugas Puskesmas. Pengumpulan data ini ada 2 macam yaitu:

a. Analisis univariat.

Analisis univariat ini dilakukan untuk memperoleh gambaran distribusi frekuensi masing-masing variabel yang diteliti. Data disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

b. Analisis bivariat

Merupakan analisis yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel yang bersangkutan (variabel independen dan variabel dependen).

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan, menunjukkan perolehan frekuensi dan

prosentase tingkat stres responden sebagai berikut :

Tabel 1. Frekuensi berdasarkan Tingkat Stres Responden pada lansia di Puskesmas Guntur Kabupaten Garut

Tingkat Stres	Frekuensi	Presentase
Stres Ringan	37	60.66
Stres Berat	24	39.34
Total	61	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami stres ringan yaitu sebanyak 37 responden (60.66%).

Tabel 2 .Frekuensi berdasarkan Jenis Hipertensi pada lansia di Puskesmas Guntur Kabupaten Garut

Jenis Hipertensi	Frekuensi	Presentase
Pra Hipertensi	27	44.26
Hipertensi	34	55.74
Total	61	100

Tabel 3. Tabulasi Silang antara Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi pada lansia di Puskesmas Guntur Kabupaten Garut.

	Jenis Hipertensi		%	P Value	OR
	Pra Hipertensi (%)	Hiper Tensi (%)			
Tingkat Stres					
Stres Ringan	13 21,31%	24 39,34%	60,66	0,028	4
Stres Berat	14 22,95%	10 16,39%	39,34		
Total	27	34	100		

Berdasarkan tabel 3 diketahui hasil tabulasi silang (crosstabs) antara stres ringan dengan kejadian pra hipertensi pada lansia menunjukkan hasil 13 responden (21.31%), sedangkan stres ringan dengan hipertensi sebanyak 24 responden (39.34%), selanjutnya responden yang mengalami stres berat

dan pra hipertensi sebanyak 14 responden (22.95%), sedangkan yang mengalami stres berat dan hipertensi sebanyak 10 orang (16.39%).

Hasil analisa statistik diperoleh nilai - nilai signifikan.

p value= 0,028 (p value < α 0,05). Hal ini dapat diartikan bahwa terdapat hubungan

yang signifikan antara tingkat stres dengan hipertensi pada lansia di Puskesmas Guntur Kabupaten Garut yang berarti memiliki keeratan hubungan yang cukup kuat antara tingkat stres dengan hipertensi pada lansia di Puskesmas Guntur Kabupaten Garut.

Sesuai dengan hasil odd ratio, orang yang mempunyai stres berat mempunyai kemungkinan 4 kali lebih besar untuk mendapatkan hipertensi dari pada yang memiliki stres ringan.

Penelitian menurut (Andria, 2013) sebagian besar responden kurang kebal terhadap stress yaitu sebesar 63,55% dan sebagian kecil responden kebal terhadap stress yaitu sebesar 36,44%. Seseorang yang mengalami stres dapat dilihat atau dirasakan dari perubahan- perubahan yang terjadi pada tubuhnya, misalnya pada sistem kardiovaskuler. Sistem jantung dan pembuluh darah atau kardiovaskuler dapat terganggu faalnya karena stres.

Misalnya jantung berdebar-debar, pembuluh darah melebar (dilatation) atau menyempit (contriction) sehingga yang bersangkutan terlihat mukanya merah atau pucat. Pembuluh darah tepi (perifer) terutama dibagian ujung jari-jari tangan atau kaki juga menyempit sehingga terasa dingin dan kesemutan. Selain daripada itu sebahagian atau seluruh tubuh serasa panas (subfebril) atau sebaliknya terasa dingin.

Ketika stres dapat menyebabkan aktifasi sistem saraf simpatis yang dapat

menyebabkan peningkatan pelepasan norefinefrin dari saraf simpati di jantung dan pembuluh darah, yang menyebabkan peningkatan cardiac output dan peningkatan resistensi vasculer sistemik. Selanjutnya medulla adrenal mensekresi katekolamin lebih (epinefrin dan norepinefrin). Aktivasi dari sistem saraf simpatis dapat meningkatkan sirkulasi angiotensin II, aldosteon dan vasopressin yang dapat meningkatkan resistensi vasculer sistemik. Elevasi yang berkepanjangan pada angiotensin II dan katekolamin dapat menyebabkan hipertrofi jantung dan pembuluh darah yang keduanya dapat berkontribusi untuk peningkatan yang berkelanjutan dalam tekanan darah .

Berdasarkan uji statistik menggunakan fisher's diperoleh p-value =0,000. Nilai p ini lebih kecil dari nilai α ($\alpha=0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kejadian stres dengan tingkat hipertensi. Hal ini sejalan juga dengan penelitian dari (Tyagita, Dkk, 2018), hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 40 orang responden, responden paling banyak terdapat pada kategori stres sedang yaitu sebanyak 18 orang (45%) dan responden paling banyak terdapat pada kategori prehipertensi sebanyak 15 orang (37,5%). Dari hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan hipertensi di Puskesmas Sidomulyo Rawat Inap Kota Pekanbaru, Mei- Juni

2018. Berdasarkan hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji korelasi Spearman didapatkan hasil nilai p-value = 0,000 ($p\text{-value} < 0,05$), nilai koefisien korelasi ($r=0,696$) dan arahnya positif selanjutnya dianjurkan untuk menurunkan kejadian hipertensi pada dewasa awal dengan penerapan strategi yang efektif dengan memberikan informasi atau penyuluhan-penyuluhan secara rutin mengenai faktor-faktor yang menyebabkan hipertensi seperti stres.

3. Bagi Dinas Kesehatan Kabupaten Garut

Bagi Dinas Kesehatan diharapkan untuk melakukan pencegahan hipertensi, yaitu dengan memberikan aturan atau himbauan kepada petugas puskesmas untuk selalu mengedukasi masyarakat tentang perilaku yang berisiko hipertensi, terutama merokok, konsumsi garam berlebih, stres dan kurang aktivitas fisik.

4. Penelitian selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melanjutkan penelitian dengan mengendalikan faktor-faktor pengganggu atau dengan meneliti faktor-faktor berisiko terjadinya hipertensi seperti usia, jenis kelamin, kebiasaan merokok, kebiasaan minum kopi, konsumsi garam dan diharapkan hasil yang lebih baik.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia yang menderita hipertensi dan mengalami stres rata-rata berusia 60-74 tahun. Hasil penelitian ini sejalan dengan

pendapat Maryam (Maryam, 2008) bahwa lansia merupakan proses penuaan yang terjadi pada individu secara bertahap dan tidak dapat dihindarkan, salah satunya yaitu kemunduran fungsi dari berbagai organ-organ tubuh akibat kerusakan sel-sel karena proses menua, sehingga produksi hormon, enzim, dan zat-zat yang diperlukan untuk kekebalan tubuh menjadi berkurang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 88,52% perempuan mengalami stres, hal ini sesuai dengan pendapat Kaplan dan Saddock (2010), dalam (Sudawam, 2017) bahwa ada beberapa faktor risiko yang telah dipelajari yang mungkin bisa menjelaskan perbedaan gender dalam prevalensi stres diantaranya adanya perbedaan hormon seks, perbedaan dalam menghadapi masalah, perbedaan sosialisasi, perbedaan frekuensi dan reaksi terhadap stres dalam kehidupan, perbedaan peran sosial dan pengaruh budaya.

Hasil analisa statistik diperoleh nilai - nilai signifikan. $p\text{-value} = 0,028$ ($p\text{-value} < \alpha 0,05$). Hal ini dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan hipertensi pada lansia di Puskesmas Guntur Kabupaten Garut yang berarti memiliki keeratan hubungan yang cukup kuat antara tingkat stres dengan hipertensi pada lansia di Puskesmas Guntur Kabupaten Garut Sesuai dengan hasil odd ratio, orang yang mempunyai stres berat mempunyai kemungkinan 4 kali lebih besar untuk

mendapatkan hipertensi dari pada yang memiliki stres ringan. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh (Seke, Bidjuni, & Lolong, 2016) dimana menunjukkan dari 50 responden bahwa responden dengan kejadian stres dan tidak hipertensi berjumlah 2 responden (22,2%), responden dengan kejadian stres dan hipertensi berjumlah 38 responden (92,7%), sedangkan responden dengan kejadian tidak stres dan tidak hipertensi berjumlah 7 responden (77,8%), responden dengan kejadian tidak stres dan hipertensi berjumlah 3 responden (7,3%).

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Guntur Kabupaten Garut. Hal ini terbukti dengan hasil analisis menggunakan uji statistik chi square, p value = 0,028 ($p \text{ value} < \alpha 0,05$) Nilai tersebut berarti ada hubungan antara stres dengan hipertensi pada lansia. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, didapatkan bahwa terdapat hubungan antara stres dengan kejadian hipertensi, sesuai dengan penelitian (Muhlisin, 2013), Hubungan stres terhadap kekambuhan menunjukkan pasien hipertensi dengan tingkat stres sedang sebagian besar memiliki kekambuhan kadang-kadang yaitu sebanyak 34 responden (64%), sedangkan pada tingkat stress berat sebagian besar mengalami kekambuhan sering yaitu sebanyak 11 responden

(65%). Menurut penelitian (Wiraputra, 2013), menunjukkan adanya korelasi antara stres dan derajat hipertensi yang searah. Artinya, semakin tinggi derajat stress seseorang maka semakin Nilai tersebut berarti ada hubungan antara stres dengan hipertensi pada lansia.

KESIMPULAN

Berdasarkan pada hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Sebagian besar responden berusia 60-74 tahun sebanyak 93,44%
2. Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 88,52%
3. Sebagian besar lansia 55.74 % mengalami hipertensi.
4. Sebagian besar lansia mengalami stres ringan 60.66%
5. Hampir setengahnya lansia mengalami stres berat 39.34%
5. Terdapat hubungan antara stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Guntur Kabupaten Garut dengan uji statistik chi square, p value = 0,028 ($p \text{ value} < \alpha 0,05$)

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti dapat memberika saran sebagai berikut :

1. Bagi Responden
Untuk menurunkan stres, maka responden harus melakukan manajemen stres.

2. Puskesmas Guntur Kabupaten Garut Bagi petugas kesehatan diharapkan melaksanakan pemeriksaan tekanan darah secara rutin kepada masyarakat setempat yang bertujuan untuk mendeteksi dan memulai pengobatan terhadap hipertensi sedini mungkin

DAFTAR PUSTAKA

- Andria, K. M. (2013). *Hubungan Antara Perilaku Olahraga, Stres dan Pola Makan Dengan Hipertensi Pada Lanjut Usia DiPosyandu Lansia Kelurahan Gebang Putih Kecamatan Sukolilo Kota Surabaya. Jurnal Promkes, vol 1 no 2.*
- Azizah, R., & Hartanti, R. D. (2016). *Hubungan antara Tingkat Stress dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Wonopringgo Pekalongan. Jurnal University Reseach Coloquium.*
- Eka, D. (2010). *Hubungan Stres Dengan Hipertensi Pada Penduduk Indonesia Tahun 2007, 2007*
- Muhlisin, A. (2013). *Analisis Pengaruh Faktor Stres terhadap Kekambuhan Penderita Hipertensi Di Puskesmas Bendosari Sukoharjo. Prosiding Seminar Ilmiah Nasional Kesehatan.*
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi penelitian kesehatan. Jakarta: rineka cipta.*
- Pudiastuti. (2012). *Penyakit-penyakit Mematikan. Nuha Medika.*
- Riskesdas. (2018). *prevalensi hipertensi.*
- Sari, T. W., Sari, D. K., Kurniawan, M. B., Syah, M. I. H., Yerli, N., & Qulbi, S. (2018). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan Di Puskesmas Sidomulyo Rawat Inap Kota Pekanbaru. Journal Collaborative Medical, 1(3), 55–65.*
- Seke, P. A., Bidjuni, H. J., & Lolong, J. (2016). *Stres dan Hipertensi Pada Lansia Di Manado*
- Sudawam, L. P. (2017). *Gambaran Tingkat Stres Lansia Dengan Hipertensi. Jurnal Ilmiah Permas STIKES Kendal, 7 no 1, 32–36.*
- Triyanto. (2014). *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu. Jogjakarta: Graha Ilmu.*
- Wiraputra, I. . M. A. (2013). *STRES PADA PENDUDUK LANJUT USIA YANG MENDERITA HIPERTENSI DIWILAYAH KERJA PUSKESMAS TABANAN II KABUPATEN TABANAN PERIODE SEPTEMBER- OKTOBER 2013, 3 no 1.*
- Kustanti, N. (2012). *Kualitas hidup lansia dengan hipertensi di wilayah kerja puskesmas karangmalang kabupaten sragen naskah publikasi, 1–15.*
- Maryam, dkk. (2008). *No Title Mengenal Usia Lanjut Dan Perawatannya. Jakarta*