

**HUBUNGAN KEJADIAN STRES DENGAN PENYAKIT HIPERTENSI PADA
LANSIA DI BALAI PENYANTUNAN LANJUT USIA SENJAH CERAH
KECAMATAN MAPANGET KOTA MANADO**

**Prisilia Alva Seke
Hendro J. Bidjuni
Jill Lolong**

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran
Univesitas Sam ratulangi Manado
Email : prisiliaalvaseke@yahoo.com

*Abstract: Hypertension is one of the deadly disease in the world. The characteristic of hypertension basically unstable and uncontrollable. Indifference for the treatment and continuous stress will make hypertension getting worse. Stress that occurs in a person affected by a variety of sources. Stress can come from the person itself, family and community. Hypertension often occurs in the elderly due two stiffness in the artery that cause blood pressure rises. Moreover, age factor affect the rates of hypertension in the elderly. **Research Purpose** to know relation between stress and hypertension in the elderly. **Methods** design of this study using analitic observasional with cross sectional approach. The population are all elderly who stay in at Balai Penyantunan Lanjut Usia Senjah Cerah Manado and using total sampling technique that involved 50 elderly. The tools that used in this study are questionnaires and observation sheet. **Results:** by using Fisher's Exact Test ($p=0,000$) there isi significant relation between stress and hypertension in the elderly. **Conclusion** there isi significant relation between stress and hypertension in the elderly. **Suggestion** for elderly keep away from stress that effect blood pressure rises. And for reader this research can be used as additional resources.*

Keywords : Stress, Hypertension, Elderly

Abstrak: Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang paling mematikan yang paling mematikan didunia. Hipertensi pada dasarnya memiliki sifat yang cenderung tidak stabil dan sulit intuk dikontrol. Ketidakpatuhan dalam pengobatan dan stres yang berkepanjangan dapat menambah parah hipertensi. Stres yang terjadi pada seseorang dipengaruhi oleh berbagai sumber. Sumber-sumber stres: dari dalam diri, keluarga dan komunitas. Lansia sering terkena hipertensi disebabkan oleh kekauan pada arteri sehingga tekanan darah meningkat. Selain itu faktor usia mempengaruhi penyakit hipertensi pada lansia. **Tujuan Penelitian:** untuk mengetahui hubungan kejadian stres dengan penyakit hipertensi pada lansia. **Metode:** menggunakan desain penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi adalah seluruh lansia yang tinggal di Balai Penyantunan Lanjut Usia Senjah Cerah Manado. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling dengan jumlah 50 sampel. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan lembar observasi. **Hasil:** terdapat hubungan yang signifikan antara kejadian stres dengan penyakit hipertensi pada lansia dengan menggunakan *Fisher's Exact Test* ($p=0,000$). **Saran:** untuk lansia dapat menghindari stres yang bisa memicu tekanan darah meningkat dan untuk pembaca bisa dijadikan sumber informasi tambahan.

Kata Kunci : Stres, Hipertensi, Lansia

PENDAHULUAN

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, 2013). Hipertensi juga merupakan salah satu penyakit degeneratif, umumnya tekanan darah bertambah secara perlahan dengan seiring bertambahnya umur. (Triyanto, 2014).

Pada tahun 2011 Data *World Health Organization* (WHO) dalam Siringoringo, (2013) mencatat satu miliar orang di dunia menderita hipertensi. Pada tahun 2012 penderita hipertensi di Sulawesi utara mencapai 33.968 kasus (Dinkes Provinsi Sulut, 2013) dalam (Suoth, 2014). Menurut Pudiastuti, (2013) hipertensi dikelompokkan dalam 2 tipe klasifikasi, yaitu : hipertensi primer dan hipertensi sekunder . Tekanan darah tinggi atau hipertensi dapat diakibatkan oleh stres yang diderita individu, sebab reaksi yang muncul terhadap impuls stres adalah tekanan darahnya meningkat. Selain itu, umumnya individu yang mengalami stres sulit tidur, sehingga akan berdampak pada tekanan darahnya yang cenderung tinggi (Sukadiyanto, 2010).

Batasan-batasan Lanjut Usia menurut WHO dalam Padila (2013) ada empat tahapan yaitu : Usia pertengahan (*middle age*) usia 45-59 tahun, lanjut usia (*elderly*) usia 60-74 tahun, lanjut usia tua (*old*) usia 75-90 tahun dan usia sangat tua (*very old*) >90 tahun

Lanjut usia menurut UU RI no 13 tahun 1998 dalam Indriana dkk, (2010) adalah mereka yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas. Jenis hipertensi yang khas ditemukan pada lansia adalah *isolated systolic hypertension* (ISH), dimana tekanan sistolik saja yang tinggi (diatas

140 mmHg), namun tekanan diastolik tetap normal (dibawah 90 mmHg) (Arif, 2013). Lansia sering terkena hipertensi disebabkan oleh kekakuan pada arteri sehingga tekanan darah cenderung meningkat. Biasanya stres bukan karena penyakit fisik tetapi lebih mengenai kejiwaan. Akan tetapi karena pengaruh stress tersebut maka penyakit fisik bisa muncul akibat lemah dan rendahnya daya tahan tubuh pada saat tersebut (Mardiana, 2014).

Stres adalah tanggapan atau reaksi terhadap berbagai tuntutan atau beban atasnya yang bersifat non spesifik namun, disamping itu stres dapat juga merupakan faktor pencetus, penyebab sekaligus akibat dari suatu gangguan atau penyakit. Faktor-faktor psikososial cukup mempunyai arti bagi terjadinya stres pada diri seseorang. Stres dalam kehidupan adalah suatu hal yang tidak dapat dihindari (Yosep dan Sutini, 2014).

Penyebab stres atau disebut stressor dapat berubah-ubah, sejalan dengan perkembangan manusia tetapi kondisi stress juga dapat terjadi di setiap saat sepanjang kehidupan. Sumber-sumber stres, yaitu: dari dalam diri, didalam keluarga, didalam komunitas. Pendekatan-pendekatan stres menurut Prabowo (2014): stres sebagai stimulus, stres sebagai respon, dan stres sebagai interaksi antara individu dengan lingkungan.

Selain itu penyebab hipertensi pada lansia juga disebabkan oleh perubahan gaya hidup dan yang lebih penting lagi kemungkinan terjadinya peningkatan tekanan darah tinggi karena bertambahnya usia lebih besar pada orang yang banyak mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung garam (Kenia, 2013). Di Indonesia, dengan tingkat kesadaran akan kesehatan yang lebih rendah, jumlah pasien yang tidak menyadari bahwa dirinya menderita hipertensi dan yang tidak mematuhi minum obat kemungkinan lebih besar.

Kecenderungan perubahan tersebut dapat disebabkan pada gaya hidup masyarakat (Triyanto, 2014). Pada dekade belakangan ini populasi usia lanjut meningkat di Negara-negara sedang berkembang, yang awalnya hanya terjadi di Negara maju. Demikian halnya di Indonesia populasi lanjut usia juga mengalami peningkatan. Adanya jumlah peningkatan lansia, masalah kesehatan yang dihadapi negara Indonesia menjadi kompleks, terutama yang berkaitan dengan gejala penuaan. Menurut Tanaya, (1997) dalam Mardiana dan Zelfino, (2014). Keberadaan panti untuk menampung para lansia di Indonesia merupakan salah satu bentuk perhatian pemerintah pada kelompok usia ini.

Lansia yang tinggal dipanti memiliki latar belakang kehidupan dan alasan yang berbeda-beda. Latar belakang, alasan, dan kondisi yang saat ini di panti masing-masing memberikan sumbangan sebagai stresor atau sumber stres dialami para lansia panti. Tentu sumbangan stres dari masing-masing stresor tersebut akan berbeda bergantung pada faktor individu itu pula. Besar kecilnya sumbangan stres dari stresor yang mengelilingi kehidupan lansia panti akan memberikan variasi terhadap tingkat stres yang dialami (Indriana dkk, 2010).

Hasil observasi awal yang dilakukan oleh peneliti, jumlah lansia di Panti Werdah Senjah Cerah Manado tercatat ada 50 orang lansia dengan 17 laki-laki dan 33 perempuan. Dari hasil wawancara awal pada 5 orang lansia serta melakukan pengecekan tekanan darah dengan menggunakan alat sphygmomanometer didapatkan ke-5 lansia tersebut memiliki tekanan darah tinggi.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti merasa perlu dan tertarik melakukan penelitian tentang “Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Balai Penyantunan Lanjut Usia Senjah Cerah Kecamatan Mapanget Kota Manado”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian observasional analitik dan menggunakan pendekatan *cross sectional* dimana pengumpulan data, baik variabel independen maupun variabel dependen, dilakukan secara bersama-sama atau sekaligus (Setiadi, 2013). Instrument dalam penelitian ini menggunakan kuesioner dan lembar observasi.

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian yang akan diteliti (Setiadi, 2013). Populasi pada penelitian ini adalah seluruh lansia yang tinggal di Balai Penyantunan Lanjut Usia Senjah Cerah Manado yang berjumlah 50 lansia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	N	%
Laki-laki	17	34,0
Perempuan	33	66,0
Total	50	100%

Sumber : Data Primer 2016

Hasil penelitian didapatkan bahwa jenis kelamin perempuan yang paling dominan yaitu 33 responden dengan presentasi 66,0%.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur

Umur	N	%
Elderly	18	36,0
Old	32	64,0
Total	50	100%

Sumber : Data Primer 2016

Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian lansia di panti werdah senjah cerah masuk dalam kategori old dengan jumlah responden 32 dengan presentasi 64,0%.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan kejadian Stres

Kejadian Stres	N	%
Tidak Stres	10	20,0
Stres	40	80,0
Total	50	100%

Sumber : Data Primer 2016

Hasil penelitian didapatkan bahwa mayoritas lansia dengan kejadian stres yang paling besar dengan jumlah responden 40 dengan presentasi 80,0%.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Penyakit Hipertensi

Penyakit Hiperetensi	N	%
Tidak Hipertensi	9	20,0
Hipertensi	41	80,0
Total	50	100%

Sumber : Data Primer 2016

Hasil penelitian didapatkan bahwa kategori dengan hipertensi yang lebih dominan yaitu 41 responden dengan presentasi 80,0%.

Tabel 5. Hasil Analisa Hubungan Kejadian Stres Dengan Penyakit Hipertensi Pada Lansia

Kejadian stres	Penyakit Hipertensi		total	P
	Tidak Hipertensi	Hipertensi		
	N	N	n	%
Tidak Stres	7	3	10	0,000
Stres	2	38	40	
	77,8	7,3	20	
	22,2	92,7	80	
Total	9	41	50	
	100	100	100	

Sumber : Data Primer 2016

Hasil Analisa Data pada tabel 5 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%).

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 di Balai Penyantunan Lanjut Usia Senjah Cerah Manado.

Dari hasil penelitian terlihat bahwa responden terbanyak yaitu pada kejadian

stres dan hipertensi dimana berjumlah 38 responden (92,7%). Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Amriana (2012) dimana menunjukkan tingkat stres pada lansia di *shelter* Dongkelsari Desa Wukirsari Kecamatan Cangkringan Kabupaten bupaten Sleman Provinsi DIY adalah stres sedang yaitu 30 responden (69,8 %) dan kejadian hipertensi 20 responden (46,5 %). Hasil uji statistik didapatkan (p value = 0,021) yang artinya terdapat hubungan antara stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di *shelter* Dongkelsari Desa Wukirsari Kecamatan Cangkringan Kabupaten bupaten Sleman Provinsi DIY.

Tekanan darah tinggi atau hipertensi dapat diakibatkan oleh stres yang diderita individu, sebab reaksi yang muncul terhadap impuls stres adalah tekanan darahnya meningkat. Selain itu, umumnya individu yang mengalami stres sulit tidur, sehingga akan berdampak pada tekanan darahnya yang cenderung tinggi (Sukadiyanto, 2010). Dalam Triyanto, (2014) pun dikatakan bahwa ketidakpatuhan dalam pengobatan dan stres yang berkepanjangan dapat menambah parah hipertensi.

Dari hasil penelitian ini juga dapat dilihat bahwa responden dengan kejadian stres dan tidak hipertensi berjumlah 2 responden (22,2%), 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%). Menurut Indriana dkk (2010) Lansia yang tinggal dipanti memiliki latar belakang kehidupan dan alasan yang berbeda-beda. Latar belakang, alasan, dan kondisi yang saat ini di panti masing-masing memberikan sumbangan sebagai stresor atau sumber stres dialami para lansia panti. Tentu sumbangan stres dari masing-masing stresor tersebut akan berbeda bergantung pada faktor individu itu pula. Besar kecilnya sumbangan stres dari stresor yang mengelilingi kehidupan lansia panti akan

memberikan variasi terhadap tingkat stres yang dialami. Gaya hidup yang tidak sehat juga dapat menyebabkan terjadinya penyakit hipertensi, misalnya: makanan, aktifitas fisik, stres, dan merokok (Suoth, 2014).

SIMPULAN

Hasil penelitian yang dilakukan di Balai Penyantunan Lanjut Usia Senjah Cerah Kecamatan Mapanget Kote Manado, dapat ditarik simpulan sebagai berikut: Responden yang berjenis kelamin perempuan yang paling banyak dibandingkan dengan responden laki-laki. Responden dengan umur paling banyak ada pada rentang umur 75-90 tahun (old). Responden di Panti Werdah Senjah Cerah mayoritas memiliki kejadian stres dan memiliki hipertensi. Terdapat hubungan antara kejadian stres dengan penyakit hipertensi pada lansia di Balai Penyantunan Lanjut Usia Senjah Cerah Kecamatan Mapanget Kota Manado. Dengan demikian Ho ditolak.

DAFTAR PUSTAKA

- Amriana, F. (2012). Hubungan Antara Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di *Shelter* Dongkelsari Desa Wukirsari Kecamatan Cangkringan Kabupaten Sleman Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. <http://thesis.umy.ac.id/>
- Arif, D. (2013). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Pusling Desa Klumpit Upt Puskesmas Gribig Kabupaten Kudus. <http://e-journal.stikesmuhkudus.ac.id/>
- Indriana, K., Kristiana, I. F., Sonda, A. A., Intanirian, A. (2010). Tingkat Stres Lansia Di Panti Wredha “Pucang Gading” Semarang. <http://e-journal.undip.ac.id/>
- Kenia, N. M. (2013). Pengaruh Relaksasi (Aroma Terapi Mawar) Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi. <http://digilib.stikeskusumahusada.ac.id/>
- Mardiana, Y. & Zelfino. (2014). Hubungan Antara Tingkat Stres Lansia Dan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di RW 01 Kunciran Tangerang. <http://ejurnal.esaunggul.ac.id/>
- Padila. (2013). Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Prabowo, E. (2014). Buku Ajar Keperawatan Jiwa. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Pudiastuti, R. D. (2013). Penyakit-Penyakit Mematikan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Setiadi. (2013). Konsep dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Siringoringo, M. (2013). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Lansia Di Desa Sigaol Simbolon Kabupaten Samosir Tahun 2013. <http://jurnal.usu.ac.id/>
- South, M. (2014). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Kolongan Kecamatan Kalawat Kabupaten Minahasa Utara. <http://ejournal.unsrat.ac.id/>
- Sukadiyanto. (2010). Stres Dan Cara Mengurangnya. <http://core.ac.uk/>
- Triyanto, E. (2014). Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Yosep, H. I., & Sutini, T. (2014). Buku Ajar Keperawatan Jiwa. Bandung: PT Refika Aditama.