



Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Natar

Fitri Julianti^{1*}, Rika Yulendasari², Eka Yudha Chrisanto³

¹⁻³ Universitas Malahayati, Bandar Lampung, Indonesia

juliantif66@gmail.com^{1*}, rilyani@malahayati.ac.id², yudhachrisanto@malahayati.ac.id³

Alamat: Kampus : Universitas Malahayati, Bandar Lampung

Korespondensi penulis: juliantif66@gmail.com*

Abstract. *Introduction: Numerous reactions, including behavioral, emotional, cognitive, and physiological ones, are brought on by stress. The hormone adrenaline causes the arteries to tighten (vasoconstriction) and the heart rate to rise in response to stress, which raises blood pressure. Objective: At the Tresna Werdha Natar Social Home in South Lampung Regency, this study is to determine the association between stress levels and the prevalence of hypertension among the elderly in 2025. Method: This type of research uses a quantitative approach with a cross-sectional design. The population in this study is all elderly people in the Tresna Werdha Natar Social Home, South Lampung Regency in 2025 as respondents and stress levels are measured using a validated questionnaire while hypertension status is determined based on measurements. blood pressure according to WHO standards. In this study the sampling techniques used were total sampling and purposive sampling. Results: Based on the results of the study, it shows that out of 30 respondents who did not experience stress were 8 respondents (26.7%), and mild stress with 12 respondents (40.0%), moderate stress with 1 respondent (3.3%), and those who experienced severe stress were 6 respondents (20.0%). and some who experienced very severe stress with 3 respondents (10.0%). And respondents who experienced hypertension level 1 with a total of 18 respondents (60.0%), while hypertension level 2 amounted to 7 people (23.3%) and hypertension level 3 amounted to 5 respondents (16.7%). Stress levels and hypertension in the Tresna Werdha social home are significantly correlated, according to the statistical test results, which showed a p-value of 0.005 < 0.05. Conclusion: The prevalence of hypertension among senior citizens at the Tresna Werdha communal home in 2025 is correlated with stress levels. Suggestion: It is hoped that it can increase knowledge about stress prevention, especially in the elder.*

Keywords: *Elderly, Hypertension, Stress*

Abstrak. *Pendahuluan: Berbagai reaksi, termasuk perilaku, emosi, kognitif, dan fisiologis, disebabkan oleh stres. Hormon adrenalin menyebabkan arteri menyempit (vasokonstriksi) dan denyut jantung meningkat sebagai respons terhadap stres, yang meningkatkan tekanan darah. Tujuan: Di Panti Sosial Tresna Werdha Natar, Kabupaten Lampung Selatan, penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan prevalensi hipertensi pada lansia tahun 2025. Metode: Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan potong lintang. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Natar, Kabupaten Lampung Selatan tahun 2025 sebagai responden dan tingkat stres diukur menggunakan kuesioner yang telah divalidasi sedangkan status hipertensi ditentukan berdasarkan pengukuran. tekanan darah menurut standar WHO. Dalam penelitian ini teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling dan purposive sampling. Hasil: Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 30 responden yang tidak mengalami stres berjumlah 8 responden (26,7%), dan stres ringan berjumlah 12 responden (40,0%), stres sedang berjumlah 1 responden (3,3%), dan yang mengalami stres berat berjumlah 6 responden (20,0%). dan ada pula yang mengalami stres sangat berat berjumlah 3 responden (10,0%). Dan responden yang mengalami hipertensi tingkat 1 berjumlah 18 responden (60,0%), sedangkan hipertensi tingkat 2 berjumlah 7 orang (23,3%) dan hipertensi tingkat 3 berjumlah 5 responden (16,7%). Tingkat stres dan hipertensi di panti sosial Tresna Werdha berkorelasi signifikan, berdasarkan hasil uji statistik yang menunjukkan nilai p 0,005 < 0,05. Kesimpulan: Prevalensi hipertensi pada lansia di panti sosial Tresna Werdha pada tahun 2025 berkorelasi dengan tingkat stres. Saran: Diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan stres, terutama pada lansia.*

Kata kunci: Hipertensi, Lansia, Stres

1. LATAR BELAKANG

Stres dapat menjadi katalisator dan penyebab penyakit, tetapi dapat juga merupakan reaksi terhadap berbagai tuntutan atau tanggung jawab yang dihadapi. Stres dapat meningkatkan tekanan darah sebagai reaksi terhadap impuls stres yang pada gilirannya dapat memicu hipertensi. Selain itu individu yang mengalami stres sering kali mengalami gangguan tidur sehingga berpotensi mengalami hipertensi. (Sari, Mutmainna & Irmayani. 2024).

Stres juga stres lebih umum terjadi pada wanita angka stress cenderung meningkat seiring bertambahnya usia. Hal ini mungkin disebabkan oleh fakta bahwa wanita pada umumnya memiliki toleransi stres yang lebih rendah daripada pria. Secara alami, stres lebih sering terjadi pada wanita karena perubahan biologis, terutama perubahan hormonal. (muharrom, Damaiyanti, 2020; Colangelo, 2013).

Kondisi yang dikenal sebagai hipertensi terjadi ketika tekanan darah meningkat di atas kisaran normal 120/80 mmHg. Jika tekanan darah orang dewasa kurang dari 130/85 mmHg, maka dianggap normal; jika lebih dari 140/90 mmHg, maka dikatakan mengalami hipertensi (Oktaria, Hardono, Wijayanto & Amiruddin, 2022; Triyanto, 2017).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan demikian. Sekitar 1,33 juta orang di Indonesia diperkirakan menderita gangguan kesehatan mental atau stres, yang mencakup 14% dari total populasi negara ini dan 1-3% dari mereka yang mengalami stres. Peristiwa stres dialami oleh lebih dari 350 juta orang di seluruh dunia dan menduduki peringkat keempat sebagai penyakit paling umum di dunia. (Bayantari, Apsari, & Indonesiani, 2022).

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2019). menyatakan bahwa hipertensi merupakan penyakit kronis tidak menular yang paling umum di Indonesia pada kelompok usia dewasa, dengan prevalensi mencapai 26,5%. Prevalensi ini meningkat seiring bertambahnya usia, dengan angka 45,9% pada kelompok usia 55-64 tahun, 57,6% pada kelompok usia 65-74 tahun, dan 63,8% pada kelompok usia di atas 75 tahun (Afriani, Camelia&Astriana, 2023)..

Penelitian yang dilakukan oleh Prisilia,A,S.Hendro J,B.&Jill.L (2016). menunjukan bahwa hasil penelitian ini responden kelamin berjenis yang 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.

Panti Sosial Tresna Werdha Natar merupakan lembaga yang dikelola oleh UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia di bawah naungan Dinas Sosial Provinsi Lampung, bertujuan memberikan perawatan dan tempat tinggal bagi lansia yang tidak memiliki keluarga atau terlantar. Kegiatan di panti meliputi pemberian pelayanan makan, perawatan kesehatan, dan

aktivitas sosial keagamaan secara rutin. Panti ini mendapat dukungan anggaran dari pemerintah serta bantuan dari berbagai organisasi masyarakat. Meski menghadapi kendala infrastruktur, panti tetap berperan penting dalam menjaga kesejahteraan ↓ lansia di wilayah tersebut.

Hasil presurvey peneliti pada hari Jumat tanggal 03 November 2024, pada tahun 2024 Berdasar kan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Panti Sosial Tresna Werdha Natar provinsi Lampung yang merupakan salah satu panti dibawah naungan dinas sosial provinsi lampung, panti ini menampung sebanyak 70 lanjut usia, hasil wawancara kepada seorang petugas di panti sosial tresna werdha mengatakan bahwa ada 30 orang lansia yang mengalami hipertensi, Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya tentang Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Tahun 2025.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif dengan menggunakan pendekatan cross-sectional, untuk menggambarkan suatu peristiwa yang terjadi di panti lansia. Sumber data penelitian yaitu data primer yang berupa kuesioner DASS-42. Populasi penelitian ini terdiri dari seluruh lansia yang tinggal di panti sosial tresna werdha natar Teknik sampling atau teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu teknik purposive sampling (Non Random Sampling) dengan model Purposive Sampling yang disesuaikan dengan kriteria inklusi dan eksklusi sehingga sampel diperoleh sebanyak 30. Penelitian ini menggunakan analisis bivariat untuk mendistribusikan frekuensi dari data kategori karakteristik pasien hipertensi yang berupajenis kelamin, tingkat pendidikan. Serta untuk mengetahui nilai chi-square dari data ordinal karakteristik pasien hipertensi dan stres dengan menggunakan SPSS versi 26.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan pada tanggal 24 April 2025 di Panti Sosial Tresna Werdha Natar Tahun 2025.

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian = 30

Karakteristik	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	12	(40,0%)
Perempuan	18	(60,0%)
Total	30	100,0%
Pendidikan		
Tidak sekolah	5	(16,7%)
Sd	21	(70,0%)

Smp	3	(10,0%)
Sma	1	(3,3%)
D3/SI	0	(0,0%)
Total	30	100,0%

Hasil menjelaskan bahwa menjelaskan bahwa berdasarkan tabel 4.1, terdapat 30 orang peserta lansia dalam penelitian ini, dengan mayoritas berjenis kelamin perempuan (18 responden, 60,0%) dan laki-laki (12 responden, 40,0%). Latar belakang pendidikan responden terbanyak adalah SD, dengan 21 responden (70,0%) tidak mengenyam pendidikan formal, diikuti SMP (3 responden, 10,0%), SMA (1 responden, 3,3%), dan tidak ada responden yang berpendidikan D3/SI.

Pembahasan

Jenis Kelamin

Hasil penelitian pada variabel Mayoritas responden—18 orang, atau 60,0% dari total—berjenis kelamin perempuan, menurut jenis kelamin responden yang paling banyak. Hipotesis (Muharrom, Damaiyanti, 2020; Colangelo, 2013) bahwa stres lebih banyak terjadi pada perempuan dan tingkat stres cenderung meningkat seiring bertambahnya usia mendukung temuan penelitian ini. Perempuan biasanya memiliki toleransi stres yang lebih rendah daripada laki-laki, yang dapat menjadi penyebabnya. Perempuan secara alami lebih sering mengalami stres karena perubahan biologis, terutama perubahan hormonal.

Tingkat pendidikan

Hasil dari penelitian menunjukkan dari seluruh responden Berdasarkan karakteristik pendidikan responden, jenjang pendidikan tertinggi ditempati oleh SD sebanyak 21 responden (70,0%), sedangkan jenjang pendidikan terendah ditempati oleh D3/SI sebanyak 0 responden (0,0%). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Kayang, M. dkk. (2023) yang menemukan bahwa individu dengan jenjang pendidikan rendah lebih rentan menderita hipertensi. Hasil survei Riskesdas 2007 (2008) Kementerian Kesehatan RI yang menunjukkan bahwa hipertensi (tekanan darah tinggi) cenderung lebih tinggi pada mereka yang berpendidikan rendah dan menurun dengan jenjang pendidikan tinggi, mendukung hasil penelitian ini (Riamah, 2019; Anggara & Prayitno, 2013).

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam melakukan penelitian ini, peneliti menyadari bahwa hasil yang diperoleh belum optimal karena masih banyaknya kelemahan dan keterbatasan. Kelemahan dan keterbatasan penelitian ini peneliti hanya menggunakan kuesioner sebagai alat untuk mengukur tingkat stres tanpa menyelaraskannya dengan tingkat pemahaman lansia. Dan tidak sepenuhnya disesuaikan dengan kemampuan kognitif dan cara berkomunikasi lansia sehingga berpotensi menimbulkan kesalahan dalam pemahaman terhadap pertanyaan.

4. KESIMPULAN

Distribusi gender di panti sosial Tresna Werdha adalah sebagai berikut: responden perempuan sebanyak 18 orang (60,0%), laki-laki sebanyak 12 orang (40,0%), dan hanya tamat SD sebanyak 21 orang (70,0%), tidak sekolah sebanyak 5 orang (16,7%), SMP sebanyak 3 orang (10,0%), SMA sebanyak 1 orang (3,3%), dan tidak ada satupun responden yang berpendidikan D3/SI. Distribusi frekuensi menunjukkan bahwa sebanyak 8 orang responden (26,7%) tidak merasakan stres, 12 orang responden (40,0%) tidak mengalami stres ringan, dan 1 orang responden (3,3%) tidak mengalami stres sedang. dan sebanyak 6 orang responden (20,0%) melaporkan mengalami stres berat. dan 3 orang responden (10,0%) yang mengalami stres berat ekstrem. Distribusi frekuensi hipertensi derajat 1 meliputi hipertensi derajat 1 sebanyak 18 responden (60,0%), hipertensi derajat 2 sebanyak 7 responden (23,3%), dan hipertensi derajat 3 sebanyak 5 responden (16,7%). Uji statistik chi-square menunjukkan adanya hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di panti sosial Tresna Werdha tahun 2025. Diperoleh nilai $p \leq 0,005 \leq \alpha = 0,05$, hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia.

Saran bagi peneliti selanjutnya Diharapkan penelitian sejenis dapat dikembangkan dengan pengembangan penelitian lebih lanjut dan dapat memahami karakteristik kemampuan kognitif dan gaya berkomunikasi kelompok lansia, misalnya melalui wawancara pendahuluan atau diskusi kelompok fokus untuk lansia.

DAFTAR REFERENSI

- Afriani, B., Camelia, R., & Astriana, W. (2023). Analisis kejadian hipertensi pada lansia. *Jurnal Gawat Darurat*, 5(1), 1-8. <https://doi.org/10.32583/jgd.v5i1.912>
- Agustian, I., Saputra, H. E., & Imanda, A. (2019). Pengaruh sistem informasi manajemen terhadap peningkatan kualitas pelayanan di PT. Jasaraharja Putra Cabang Bengkulu. *Professional: Jurnal Komunikasi dan Administrasi Publik*, 6(1). <https://doi.org/10.37676/professional.v6i1.837>
- Anggrainy, N. E., Mansyur, Z., Solihin, D., Al Qadri, N. H., Gumelar, A., & Sumaga, A. (2023). Pelatihan manajemen stres pada siswa Sekolah Menengah Kejuruan Cokroaminoto Wonasa. *NYIUR-Dimas: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 28-35. <https://doi.org/10.30984/nyiur.v3i1.478>
- Annisa, A., Surjoputro, A., & Widjanarko, B. (2024). Dampak dukungan sosial dan keluarga terhadap kepatuhan pengobatan hipertensi pada pasien hipertensi: Literature review. *Jurnal Ners*, 8(1), 254-261.
- Bayantari, N. M., Indonesiani, S. H., & Apsari, P. I. B. (2022). Regulasi diri dalam belajar dan hubungannya dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat pertama fakultas kedokteran. *Jurnal Ilmiah Pendidikan dan Pembelajaran*, 6(3), 609-618. <https://doi.org/10.23887/jipp.v6i3.51175>
- Falo, A., Ludiana, L., & Ayubbana, S. (2023). Penerapan relaksasi napas dalam terhadap tekanan darah pasien hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Rawat Inap Banjarsari Kota Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(1), 32-40.
- Halawa, A., Artini, B., & Manutmasa, Y. S. (2023). Hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa awal (18-40 tahun). *Jurnal Keperawatan*, 12(2), 34-45. <https://doi.org/10.47560/kep.v12i2.541>
- Hernanda, R., Ardinata, A., & Enggani, S. D. (2024). Hubungan pengetahuan dengan kepatuhan minum obat hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wonogiri. *DIAGNOSA: Jurnal Ilmu Kesehatan dan Keperawatan*, 2(1), 77-87. <https://doi.org/10.59581/diagnosa-widyakarya.v2i1.2590>
- Jabani, A. S., Kusnan, A., & Cristian, M. (2021). Prevalensi dan faktor risiko hipertensi derajat 2 di wilayah kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari. *Nursing Update*, 12(4), 31-42. <https://doi.org/10.36089/nu.v12i4.494>
- Kurniawan, I., & Sulaiman, S. (2019). Hubungan olahraga, stres, dan pola makan dengan tingkat hipertensi di posyandu lansia di Kelurahan Sudirejo I Kecamatan Medan Kota. *Journal of Health Science and Physiotherapy*, 1(1), 10-17.
- Kusumawardani, D., & Andanawarih, P. (2018). Peran posyandu lansia terhadap kesehatan lansia di Perumahan Bina Griya Indah Kota Pekalongan. *Siklus: Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*, 7(1). <https://doi.org/10.30591/siklus.v7i1.748>
- Ladyani, F., Febriyani, A., Prasetya, T., & Berliana, I. (2021). Hubungan antara olahraga dan stres dengan tingkat hipertensi pada lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 82-87. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i1.514>

- Lingga, M. O. (2023). Hubungan tingkat stres dengan tekanan darah pada penderita hipertensi usia produktif di Puskesmas Padang Bulan Medan tahun 2023 (Skripsi, STIKes Santa Elisabeth Medan).
- Muharrom, M., & Damaiyanti, M. (2020). Hubungan usia, jenis kelamin, aktivitas fisik terhadap depresi pada lansia di Samarinda. *Borneo Studies and Research*, 1(3), 1359-1364.
- Mutmainna, A. (2023). Hubungan stres dengan kejadian hipertensi pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Paccellekang Desa Panaikang Kecamatan Pattallassang Kabupaten Gowa. *JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 3(3), 97-103.
- Oktaria, M., Hardono, H., Wijayanto, W. P., & Amiruddin, I. (2023). Hubungan pengetahuan dengan sikap diet hipertensi pada lansia. *Jurnal Ilmu Medis Indonesia*, 2(2), 69-75. <https://doi.org/10.35912/jimi.v2i2.1512>
- Sari, N. W., & Mutmainna, A. (2024). Hubungan stres dengan kejadian hipertensi pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tamangapa Kota Makassar. *JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 4(2), 225-231.
- Seke, P. A., Bidjuni, H., & Lolong, J. (2016). Hubungan kejadian stres dengan penyakit hipertensi pada lansia di Balai Penyantunan Lanjut Usia Senjah Cerah Kecamatan Mapanget Kota Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 4(2), 106015.
- Tyas, S. A. C., & Zulfikar, M. (2021). Hubungan tingkat stres dengan tingkat tekanan darah pada lansia. *Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer*, 1(2), 75-82. <https://doi.org/10.59894/jpkk.v1i2.272>
- Wahyudi, W. T., & Nugraha, F. A. (2020). Hubungan dukungan keluarga pada pasien dengan tekanan darah tinggi dalam pengendalian hipertensi. *Malahayati Nursing Journal*, 2(3), 525-534.
- Wulandari, S. R. (2023). Peningkatan derajat kesehatan lansia melalui penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan lansia di Dusun Mrisi Yogyakarta. *Pengabdian Masyarakat Cendekia (PMC)*, 2(2), 58-61. <https://doi.org/10.55426/pmc.v2i2.258>