HUBUNGAN STRES DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI DESA MONGOLATO KECAMATAN TELAGA KABUPATEN GORONTALO

Sri Wulan Amellia C. Muda[1], Hamna Vonny Lasanuddin[2], Nur Uyuun I. Biahimo[3]
[1]Jurusan Keperawatan, Fakutas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo
e-mail : sriwulanameli321@gmail.com

[2]Jurusan Keperawatan, Fakutas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo
e-mail : hamnavonnyalasanuddin@gmail.com

[3]Jurusan Keperawatan, Fakutas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo
e-mail :

ABSTRACT

Stres produces various responses, including physiological, cognitive, emotional, and behavioural responses. When stressed, the hormone drenaline will increase blood pressure through arterial contraction (vasoconstriction) and inscreases heart rate. This research aimed to determine the relationship between stress and the incidence of hypertension in the elderly in Mongolato Village, Telaga District, Gorontalo Regency. This study uses a quantitave research design with a cross-sectional method. The population was 73 hypertensive older people the Slovin formula determined the sample of 42 people through simple random sampling. The research instrument used the Dsss 42 questionnaire, stethoscapo, and observation sheet. The results showed the majority,namely 16 people (38.1%), had a moderate stress level, with 13 with moderate blood pressure, 1 with mild, and two with normal blood pressure. The results of the Chi-Square test analysis obtained a P value = 0.000 < 0.05, which means that there is a relationship between stress and the incidence of hypertension in the elderly in Mongolato Village, Telaga District, Gorontalo Regency. Based on the results of this study, iit Thus, stress that can trigger hypertension in the elderly can be avoided.

Keyword: Hypertension, Elderly, Stress.

ABSTRAK

Stres menghasilkan berbagai respon diantaranya respon fisiologis, kognitif, emosi, dan tingkah laku. Saat stres, hormon adrenalin akan meningkatkan tekanan darah melalui kontraksi arteri (vasokontriksi) dan peningkatan denyut jantung. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Desa Mongolato Kecamatan Telaga Kabupaten Gorontalo. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan metode *Cross Sectional*. Populasi penelitian ini adalah seluruh lansia hipertensi sejumlah 73 orang. Sampel sebanyak 42 orang ditentukan dengan rumus slovin melalui teknik simple random sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner DASS 42, stetoskop serta lembar observasi. Data kemudian dianalisa menggunakan uji *Chi Square* Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas yaitu 16 orang (38,1%) memiliki tingkat stres sedang dengan tekanan darah 13 orang sedang, 1 orang ringan, dan 2 orang dengan tekanan darah normal. Hasil analisa uji *Chi Square* didapatkan nilai P value =0,000 < 0,05 yang artinya ada hubungan antara stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Desa Mongolato Kecamatan Telaga Kabupaten Gorontalo . Berdasarkan hasil penelitian tersebut diharapkan lansia dapat meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan stres. Dengan demikian stres yang dapat memicu terjadinya hipertensi pada lansia dapat dihindari.

Kata Kunci: Hipertensi, Lansia, Stres

.

1. PENDAHULUAN

Penuaan berarti suatu proses alami yang terjadi pada setiap individu, penuaan akan terjadi pada semua sistem tubuh manusia dan tidak semua sistem menemui hambatan dalam waktu yang bersamaan. Meski proses penuaan merupakan gambaran universal, tidak ada yang tahu pasti apa penyebab penuaan atau mengapa orang menua. (Kaunang et al., 2019)

Penuaan adalah bagian dari perkembangan manusia. Manusia berkembang dari bayi, anak-anak, dewasa dan akhirnya usia. Seiring bertambahnya usia, penuaan dapat menyebabkan perubahan struktur dan fungsi sel, jaringan, dan sistem organ. Perubahan ini menyebabkan perubahan fisiologis dan mental.(Esprensa et al., 2022)

Tekanan darah tinggi merupakan penyakit yang sering diderita oleh setiap orang baik tua maupun muda, penyakit ini juga merupakan penyakit yang berbahaya, dapat menyebabkan kematian, tergolong penyakit darah tinggi. Penyebab darah tinggi biasanya muncul karena dua faktor, yaitu: faktor internal seperti gen (keturunan), ras, usia dan faktor ekstrinsik seperti kelebihan berat badan, kebiasaan merokok, stres. (Tyas & Zulfikar, 2021)

Stres dapat mempengaruhi aktivitas lansia seperti kehilangan nafsu makan, banyak bicara atau menarik diri, muka memerah, seluruh tubuh menggigil karena kedinginan. Stres akan berdampak negatif yaitu menyebabkan pusing, tekanan darah tinggi. tekanan, lekas marah, sedih, sulit berkonsentrasi, perubahan nafsu makan, dan sulit tidur. Di sisi lain, stres juga dapat membuat individu lebih rentan terhadap depresi, tekanan darah tinggi, masuk angin, serangan jantung, bahkan kanker.

Stres pada masyarakat memicu peningkatan tekanan darah dengan memicu peningkatan kadar adrenalin. Stres merangsang saraf simpatis dan menyebabkan tekanan darah meningkat dan curah jantung meningkat. Stres meningkat jika resistensi pembuluh darah perifer dan curah jantung meningkat, menyebabkan stimulasi saraf simpatis. Dengan demikian, stres akan ditanggapi oleh tubuh, termasuk peningkatan ketegangan otot, peningkatan detak jantung, dan peningkatan tekanan darah. Respon ini dipicu ketika tubuh bereaksi cepat terhadap apa yang digunakan, sehingga dapat memicu timbulnya penyakit termasuk hipertensi.Lansia yang mengalami hipertensi disebabkan oleh beberapa faktor yaitu usia, obesitas, merokok atau pun stress. Lanjut usia atau yang seringkali disebut dengan lansia merupakan kelompok yang rentan terhadap masalah kesehatan. masalah tersebut bisa terjadi diakibatkan oleh bertambahnya usia.

Berdasarkan WHO lanjut usia bisa dikelompokkan menjadi 4 yaitu usia pertengahan (middle age) antara usia 45 sampai 59, lanjut usia (elderly) berusia antara 60 sampai 74 tahun, lanjut usia tua (old) usia 75 sampai 90 tahun, serta usia sangat tua (very old) di atas 90 tahun peraturan presiden republik Indonesia angka 77 tahun 2021 wacana strategi nasional kelanjutan usia merupakan pendekatan yang di digunakan untuk mengetahui masalah serta solusi tentang lanjut usia dengan mengedepankan proses menjadi lanjut usia adalah seseorang yang sudah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun keatas (Esprensa et al., 2022)

Pervelensi penyakit hipertensi di Indonesia 34,11% pada tahun 2018 dengan Provinsi tertinggi berada di Kalimantan Selatan sebanyak 44,13% dan yang terendah di Provinsi Papua sebanyak 22,22%. sementara itu, pada Provinsi Gorontalo sebanyak 29,64% berada pada urutan pertama hingga ketiga didominasi oleh usia lanjut dengan proposi tertinggi di usia ≥ 75 tahun sebanyak 69,5

Hasil Riskesdas (2018), menunjukkan bahwa prevalensi gangguan mental emosional (depresi, stres, ansietas, dan ketidakberdayaan) pada kelompok usia lanjut sebanyak 28,6 % lebih tinggi jika berkisaran antara 23 %. Menurut data penelitian Selo et al., (2017) insidensi stres lansia di Indonesia sebesar 10 % dari total penduduk Indonesia. (Rokhman, 2021)

Penelitian yang telah dilakukan oleh (Fida Husain, 2022) yang menyatakan adanya Hubungan Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. Stres merupakan ungkapan reaksi tubuh manusia terhadap setiap tuntutan yang dialami olehnya dan merupakan mobilisasi atau getakan prmbelaan tubuh manusia. Gejala umum yang muncul saat mengalami stres yaitu : respon stres marah atau gelisah, respon stres tertekan, dan respon stres diam.

Sebagai seorang muslim ada cara lain berelaksasi yang telah diajarkan oleh Allah kepada kita yaitu dzikir. Dzikir merupakan salah satu bentuk ibadah yang dilakukan oleh umat muslim. Dengan melafazkan dzikir baik itu tahmid, tasbih, tahlil, ataupun takbir, hati seseorang akan lebih tenang. Dalam surah Ar-ra'du ayat 28 Allah menjelaskan

ٱلۡقُلُوبُ تَطۡمَئِنُّ ٱللَّهِ بِذِكۡرِ أَلَا ٱللَّهِ بِذِكۡرِ قُلُوبُهُم
وَتَطۡمَئِنُّ ءَامَنُوا۟ ٱلَّذِينَ

Arab-Latin: Allażīna āmanụ wa taṭma'innu qulụbuhum biżikrillāh, alā biżikrillāhi taṭma'innul-qulụb

Artinya : (yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram

Berdasarkan studi awal yang dilakukan oleh peneliti di Desa Mongolato Kecamatan Telaga Kabupaten Gorontalo terdapat jumlah lansia 276 orang dan lansia yang memiliki riwayat hipertensi berjumlah 73 orang dari hasil wawancara di dapatkan 10 lansia hipertensi yang dimana 5 orang mengatakan sudah 1 tahun menderita hipertensi yang diawali dengan pusing dan tidak bisa tidur, serta banyak pikiran dan 5 orang lainnya mengatakan sudah 6 bulan menderita hipertensi diawali dengan nyeri dibagian pundak, mereka mengatakan banyak pikiran sehingga tidak bisa melakukan aktivitas di rumah.

Karena lansia tidak lepas dari keadaan stres atau tekanan mental, sumber stres yang umum dialami oleh lansia adalah: Perubahan gaya hidup dan keadaan keuangan setelah pensiun, merawat cucu, merawat pasangan, orang tua yang sakit, kematian pasangan atau teman dekat, gangguan fisik dan penyakit, khawatir tidak dapat hidup mandiri berpengaruh terhadap hipertensi. Berdasarkan

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatis dengan metode *cross sectional* . Variabel bebas penelitian ini adalah tingkat stres sedangkan untuk variabel terikatnya adalah kejadian hipertensi. Pengambilan data dilakukan dengan rumus slovin melalui teknik simple *random sampling* dan menggunakan kuesioner DASS 42, stetoskop serta lembar observasi. dianalisa menggunakan uji *Chi Square .* penelitian ini dilakukan untuk melihat hubungan stress dengan kejadian hipertensi pada lansia di Desa Mongolato Kecamatan Telaga Kabupaten Gorontalo.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil Penelitian

3.1.1 Karakteristik Responden

1. Frekuensi responden berdasarkan Jenis Kelamin

Gambar 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin



Sumber: Data primer 2023

Berdasarkan gambar diatas 1 jenis kelamin responden terbanyak perempuan ialah 38 orang (90.5%) dan paling sedikit adalah laki-laki yaitu sebanyak 4 orang (9.5%),

2. Frekuensi responden berdasarkan Usia

Gambar 2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur



Sumber: Data primer 2023

Dilihat dari gambar 2 distribusi karakteristik responden diatas dapat diketahui responden yang terbanyak dalam penelitian ini ialah 60-70 tahun sebanyak 33 orang (78.6%), dan yang paling sedikit berusia 71-90 tahun sebanyak 9 orang (21.4%)

3. Frekuensi responden berdasarkan Pekerjaan

Gambar 4. Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan



Sumber: Data primer 2023

Gambar 3 dapat diketahui bahwa tingkat pendidikan terbanyak adalah SD sejumlah 26 orang (61.9%), sedangkan tingkat pendidikan paling sedikit adalah tidak tamat SD dan SMP yang masing-masing sebanyak 5 orang (11.9%)

4. Frekuensi responden berdasarkan Pendidikan

Gambar 3. Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan



Sumber : Data primer 2023

Diketahui dari gambar 4 bahwa tingkat pekerjaan yang terbanyak adalah sebagai IRT 34 orang (81.0%), dan yang paling sedikit yaitu sebagai wiraswasta, pensiunan, dan tidak bekerja yang masing-masing sebanyak 1 orang (2.4%)

3.1.2 Analisis Univariat

1. Klasifikasi tingkat stres

Distribusi frekuensi berdasarkan klasifikasi tingkat stres pada Lansia di Desa Mongolato Kecamatan Telaga Kabupaten Gorontalo adalah sebagai berikut:

Gambar 5 Distribusi Responden Berdasarkan klasfikasi tingkat stres pada lansia



Berdasarkan gambar 5 diketahui bahwa proporsi tingkat stres sedang lebih besar yaitu sebanyak 16 responden orang (38.1%), dan yang paling kecil yaitu tingkat stres normal dan tingkat stres berat yang masing-masing sebanyak 6 responden orang (14.3%)

2. Klasifikasi tekanan darah

Distribusi frekuensi berdasarkan tekanan darah pada lansia di Desa Mongolato

Kecamatan Telaga Kabupaten Gorontalo sebagai berikut :

Gambar 6 Distribusi Responden Berdasarkan Klasifikasi tekanan darah pada lansia



Sumber: Data primer 2023

Hasil dari grafik 6 diketahui bahwa responden yang paling banyak memiliki tekanan darah kategori ringan ialah 17 responden (40.5%) dan yang paling sedikit memiliki tekanan darah kategori berat sebanyak 9 responden (21.4%)

3.1.3 Analisis Bivariat

Analisis Hubungan Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Desa Mongolato Kecamatan Telaga Kabupaten Gorontalo adalah sebagai berikut :

Tabel 4.7 Hubungan Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Desa Mongolato Kecamatan Telaga Kabupaten Gorontalo

Stres	Hipertensi								Tota	
	Normal		Ringan		Sedang		Berat		N	%
	n	%	N	%	n	%	N	%		
Normal	0	0.0	4	9.5%	0	0.0	2	4.8%	6	14.3%
Ringan	1	2.4%	8	19.0%	5	6.3%	0	0.0	14	33.3%
Secang	2	4.8%	1	2.4%	13	31.3%	0	0.1	16	38.1%
Berat	0	0.0	0	0.0	1	2.4%	5	0.2	6	14.3%
Total	3	7.1%	13	31.0%	19	45.2%	7	0.3	42	100.0%

Sumber : Pengolahan data SPSS 22, 2023

Hasil analisis tabel 4.7 diatas menunjukkan, tingkat stress dengan tekanan darah, yaitu tidak stres sebanyak 6 responden (14.3) yang dimana 4 responden (9.5%) dengan hipertensi ringan, 2 responden (4.8%) dengan hipertensi berat, selanjutnya responden dengan tingkat stress ringan sebanyak 14 responden (33.3%) dimana 1 responden (2.4%) memiliki tekanan darah normal, 8 responden (19.0%) tekanan darah ringan, dan 5 responden (6.3%) tekanan darah sedang. Responden dengan tingkat stres sedang sebanyak 16 responden (38.1) dimana 2 responden (4.8%) memiliki tekanan darah normal, 1 responden (2.4%) memiliki tekanan darah ringan, dan 13 responden (31.0%) memiliki tekanan darah sedang. Selanjutnya responden dengan tingkat stress berat sebanyak 6 responden (14.3%) dimana 1 responden (2.4%) memiliki tekanan darah sedang dan 5 responden (11.9%) memiliki tekanan darah berat

Berdasarkan hasil analisis uji *chi square* didapatkan bahwa nilai P-*Value* = 0,000 < α = 0,05 yang menunjukan adanya Hubungan Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Desa Mongolato Kecamatan Telaga Kabupaten Gorontalo

3.2 PEMBAHASAN

3.2.1 Karakteristik Responden

1. Jenis Kelamin

Berdasarkan karakteristik hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan frekuensi berdasarkan jenis kelamin respoden terbanyak perempuan ialah 38 responden (90.5%), dan paling sedikit adalah laki-laki yaitu 4 responden (9.5%). Karena perempuan mempunyai peluang lebih besar mengalami stres yang mengakibatkan terjadinya tekanan yang berat atau tugas yang berat, tetapi tidak dapat mengatasi tugas yang dibebankan itu, akibat dari itu bisa mengakibatkan orang menjadi stres dan dapat mengalami hipertensi.

Penelitian ini di dukung oleh (Nasrani & Purnawati, 2015) menyatakan perempuan lebih beresiko mendapat penyakit darah tinggi karena wanita ketika menghadapi masalah menganggap konflik itu negatif yang dapat menyebabkan stres.

2. Usia

Dari data penelitian yang telah dilakukan, terlihat bahwa frekuensi tertinggi berdasarkan usia responden adalah 33 responden (78,6%) berusia 60 sampai 70 tahun dan 9 responden (21,4 tahun) %) dari umur 71 – 90 tahun, untuk usia 90 tahun ke atas peneliti tidak menemukan di tempat penelitian. Semakin bertambahnya umur maka terjadi penurunan fungsi fisiologis dan daya tahan tubuh sehingga rentan terhadap

penyakit salah satunya yaitu hipertensi yang tidak terlepas dari stres.

Hal ini sesuai dengan teori Khomsan (2015) menyebutkan bahwa umur merupakan salah satu faktor mempengaruhi tekanan darah tinggi (hipertensi), semakin tua seseorang maka semakin besar resiko terserang hipertensi.

3. Pendidikan

Tingkat pendidikan responden terbanyak adalah SD sebanyak 26 orang (61,9%), dan paling sedikit belum tamat SD dan SMP masing-masing sebanyak 5 orang (11,9%).

Hasil penelitian diDesa Mongolato Kecamatan Telaga Kabupaten Gorontalo menunjukkan bahwa terdapat 26 responden dengan tingkat pendidikan tertinggi SD dan minimal tidak tamat SD dan SMP dengan jumlah 5 responden. Pendidikan menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya hipertensi. Melalui pendidikan maka seseorang akan cenderung untuk mendapatkan informasi yang lebih banyak, baik dari orang lain ataupun dengan media massa. Damp

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Tambunan (2008), semakin rendah tingkat pendidikan semakin tinggi risiko hipertensi dibandingkan dengan yang berpendidikan tinggi (DIII/S1/S2/S3). (Saputri, 2010)

4. Pekerjaan

Berdasarkan pekerjaan responden terbanyak adalah ibu rumah tangga sebanyak 34 orang (81,0%), dan paling sedikit adalah wiraswasta, pensiunan dan tidak bekerja sebanyak 1 orang (2,4%).

Hasil penelitian di Desa Mongolia Kecamatan Telaga Kabupaten Gorontalo terdapat yang paling banyak bekerja IRT 34 responden, paling sedikit adalah wiraswasta, pensiunan dan tidak bekerja yaitu 1 responden. Kondisi masyarakat mayoritas bekerja sebagai IRT tentunya ini mengakibatkan tekanan pekerjaan dalam rumah tangga, hal ini menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi stres sehingga bisa berdampak pada tekanan darah tinggi (hipertensi) pada responden.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Susi Wulandari, 2018) yang menyatakan bahwa IRT yang paling sering mengalami stres karena tanggung jawab yang dihadapi semakin besar. Tingkat stres yang dipicu oleh aktivitas fisik yang dilakukannya sehari-hari dan berulang hingga menimbulkan titik jenuh, sehingga menimbulkan gangguan stress.

3.2.2 Tingkat Stres Pada Lansia

Hasil penelitian tentang karakteristik tingkat stres lansia di Desa Mongolato Kecamatan Telaga Kabupaten Gorontalo dari 42 responden, 6 responden (14.3%) mengalami tingkat stres normal, 14 responden (33.3%) mengalami tingkat stres ringan yang diduga disebabkan oleh kritikan dari orang lain, 16 responden (38.15) mengalami tingkat stres sedang yang diduga akibat konflik pribadi sehingga berdampak pada perkelahian atau permuhusan serta adanya keinginan di luar kemampuan, dan 6 responden (14.3) mengalami tingkat stres berat yang di duga akibat adanya kecemasan tidak dapat hidup mandiri, kematian pasangan atau teman dekat, serta karena penyakit yang di derita . Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia mengalami stress sedang, artinya lansia tidak lepas dari stress atau tekanan mental yang disebabkan oleh beberapa faktor.

Saat seseorang stres, hormon adrenalin meningkatkan tekanan darah melalui penyempitan pembuluh darah (vasokonstriksi) dan meningkatkan detak jantung. Jika stres berkepanjangan, tekanan darah akan tetap tinggi, dari mana pasien akan mengalami tekanan darah tinggi (Subrata, 2020).

Stres dibagi menjadi tiga tingkatan yaitu stres ringan, sedang dan berat. Stres ringan adalah stres yang tidak merusak aspek fisiologis dari seseorang. Stres ringan umumnya dirasakan oleh setiap orang misalnya lupa, ketiduran, dikritik, dan kemacetan.Stres ringan biasanya hanya terjadi dalam beberapa menit atau beberapa jam stres ini dapat dirasakan oleh semua orang. Stres sedang terjadi lebih lama,dari beberapa jam hingga beberapa hari, contohnya kesepakatan yang belum

selesai, beban kerja yang berlebih, mengharapkan pekerjaan baru, anggota keluarga pergi dalam kurun waktu yang cukup lama, situasi seperti ini dapat bermakna bagi individu yang mempunyai faktor predisposisi suatu penyakit koroner. .Stres berat adalah stres kronis yang terjadi beberapa minggu sampai beberapa tahun, misalnya hubungan suami istri yang yang tidak harmonis, kesulitan finansial dan penyakit yang lama.

Salah satu pemicu naik atau turunnya tekanan darah adalah kondisi emosi, termasuk tingkat stres. Stres nyatanya bisa memengaruhi kondisi fisik secara keseluruhan, serta menyebabkan naiknya tekanan darah secara mendadak. Maka dari itu, orang yang memiliki riwayat ini disarankn untuk menjauhi atau setidknya mengelola tingkat stres. Ketika stres hilang tekanan darah akan kembali normal, namun lonjakan tekanan darah sementara yang sering bisa merusak pembuluh darah, jantung, dan ginjal dengan cara yang mirip dengan hipertensi.

Peran keluarga sangat besar dalam menjauhkan keadaan stres dengan keluarga memberikan dukungan (informasi, finansial, emosional, fisik, sosial) yang ditujukkan melalui penghargaan, rasa hormat, rasa perduli, perhatian dan pendengar yang baik, sangat besar pengaruhnya dalam menjauhkan atau menghindari dari keadaan stres.

3.2.3 Tekanan darah tinggi pada lansia

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 (Amira et al., 2021)

Hasil penelitian menunjukkan dari 42 lansia, menunjukkan bahwa terdapat 3 responden (7.1%) dengan tekanan darah normal , 13 responden (31.0%) tekanan darah ringan, 19 responden (45.2%) mengalami tekanan darah sedang, dan 7 responden (16.7%) tekanan darah berat . Prevalensi hipertensi meningkat seiring bertambahnya usia. Hingga 50-60% pasien hipertensi dari usia 60 tahun memiliki tekanan darah ≥ 140/90 mmHg. Pada kelompok usia ≥ 70 tahun, risiko terkena tekanan darah tinggi 2,97 kali lebih tinggi. Tingginya prevalensi hipertensi pada usia lanjut disebabkan oleh perubahan struktur pembuluh darah besar seperti penyempitan lumen dan pengerasan dinding pembuluh sehingga menyebabkan tekanan darah sistolik. (Anih Kurnia, 2021).

Hipertensi pada lansia adalah proses yang berubah yang mengarah pada penurunan sebagian besar cadangan fisiologis sistem dan kemungkinan peningkatan berbagai morbiditas dan mortalitas (Gobel et al., 2022). Tingginya tekanan darah pada lasia disebabkan oleh perubahan struktur pembuluh darah, seperti penurunan elastisitas pembuluh darah dan resistensi dinding pembuluh darah, yang menyebabkan penyempitan pembuluh darah, yang pada akhirnya menyebabkan aliran darah ke pembuluh darah. jaringan dan organ dan meningkat. tekanan darah pada lansia. (Tyas & Zulfikar, 2021)

Hasil penelitian dan teori tersebut maka peneliti berpendapat bahwa usia yang semakin tua dapat menyebabkan naiknya tekanan darah yang disebabkan oleh perubahan struktur pada pembuluh darah besar sehingga lumen menjadi lebih sempit dan pembuluh darah menjadi kaku, adanya riwayat keluarga dengan kondisi medis yang sama , kurang mengonsumsi buah dan sayur serta mengkonsumsi terlalu banyak makanan atau minuman yang mengandung kafein.

3.2.5. Hubungan Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Desa Mongolato Kecamatan Telaga Kabupaten Gorontalo

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 42 responden terdapat 6 responden dengan tingkat stres

normal, dimana terdapat 4 responden dengan hipertensi ringan, 2 responden dengan hipertensi berat. Selain itu terdapat 14 responden dengan tingkat stres ringan, diantaranya 8 responden dengan hipertensi ringan, 5 responden hipertensi sedang, kemudian 16 responden dengan kategori tingkat stres sedang, dimana terdapat 2 responden dengan hipertensi normal, 1 responden dengan hipertensi ringan, serta 13 responden dengan hipertensi sedang, dan 6 responden dengan tingkat stres berat, terdapat 1 responden dengan stress sedang, dan 5 responden dengan hipertensi berat. Berdasarkan hasil analisis uji *Chi Square* didapatkan bahwa nilai P-Value = 0,000 $<$ $\propto$ = 0,05, maka Ha diterima, jadi dapat disimpulkan bahwa Hubungan Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Desa Mongolato Kecamatan Telaga Kabupaten Gorontalo

Hal ini disebabkan tingkat stres yang dialami lansia berdasarkan hasil wawancara dengan semua responden, dimana responden menyatakan banyak masalah yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari sehingga mengakibatkan tekanan dalam hidup. Stres pada orang yang memasuki usia lanjut disebabkan oleh perubahan hormonal dalam tubuh, terutama mereka yang memiliki kejantanan. . Pada lansia, seiring bertambahnya usia, stres cenderung semakin tinggi, untuk itu stres pada lansia dapat didefinisikan sebagai tekanan yang diberikan oleh stresor berupa tuntutan perubahan. memerlukan penyesuaian pada lansia. Stres terkait usia juga berarti lansia merasakan atau mengalami tekanan tinggi atau rendah akibat stresor berupa perubahan fisik, mental, dan sosial dalam kehidupannya.

Banyak faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi, salah satunya adalah stres. Stres merupakan reaksi tubuh dan psikisterhadap tuntutan-tuntutan lingkungan kepada seseorang. Stres yang terjadi dikalangan masyarakat bias disebabkan oleh berbagai aspek bisa dikarenakan faktor ekonomi, masalah personal, masalahkeluarga, masalah sosial, dan tekanan darilingkungan serta stres karena penyakit tergantung individu itu untuk bisa mengatasi stres tersebut,apabila stres berlangsung secara berkepanjangan akan menyebabkan masalah kesehatan salah satunya yaitu hipertensi.

4.1 Kesimpulan

1. Tingkat stres pada lansia di Desa Mongolato Kecamatan Telaga Kabupaten Gorontalo sebagian besar memiliki tingkat stres yang sedang dengan presentasi sebesar 38.1%.
2. Dengan hasil sebagian besar yang memiliki karakteristik tingkat stres yang sedang sehingga banyak lansia di Desa Mongolato memiliki tekanan darah tinggi kategori sedang dengan presentase sebesar 45.2 %
3. Hasil penelitian menujukan bahwa ada Hubungan Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia dengan nilai P-*Value* = 0.000 $<$ α = 0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Hubungan Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Desa Mongolato Kecamatan Telaga Kabupaten Gorontalo

4.2 Saran

1. Bagi Instansi Pendidikan
   Agar menjadi acuan dalam memberikan pengetahuan mengenai tingkat stress dengan kejadian hipertensi pada lansia.
2. Bagi Masyarakat
   Keluarga mampu dalam menyikapi permasalahan tingkat stress pada lansia yang menyebabkan kejadia hipertensi sehingga dapat mengurangi angka kejadian hipertensi serta dapat selalui mengontrol stress yang dapat memicu kejadian hipertensi pada lansia.
3. Bagi peneliti selanjutnya
   Disarankan untuk peneliti selanjutnya agar dapat meneliti tentang factor-faktor yang dapat mempengaruhi hubungan stress dengan kejadian hipertensi

5. DAFTAR PUSTAKA

Akbar, F., Nur, H., Humaerah, U. I., Keperawatan, A., Wonomulyo, Y., & Gatot Subroto, J. (2020). Karakteristik Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Desa Buku *(Characteristics of Hypertension in the Elderly)*. *Jwk*, *5*(2), 2548–4702.

Amira, I., Suryani, & Hendrawati D.A. (2021). Hubungan Tingkat Stres Dengan Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Guntur Kabupaten Garut. Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada : Jurnal Ilmu Ilmu Keperawatan, Analis Kesehatan Dan Farmasi, 21(1), 21–28.

Anih Kurnia, S. K. N. M. K. (2021). *Self-Management* hipertensi.

Apriyani Puji Hastuti, M. K., & I Made Ratih R, M. P. (2020). HIPERTENSI. Penerbit Lakeisha.

Esprensa, A., Ekacahyaningtyas, M., Kusuma, U., & Surakarta, H. (2022). *Gambaran Tingkat Stress pada Lansia di Era New Normal Overview of Stress Levels in the Elderly in the New Normal Era nomor 88 tahun 2021 tentang strategi*. *10*, 44–50.

Ii, B. A. B., & Pustaka, T. (2020). *No Title*. 8–24.

Iin Ernawati, S. S. F. S. N. P. (2020). Buku referensi: kepatuhan konsumsi obat pasien hipertensi : pengukuran dan cara meningkatkan kepatuhan. Penerbit Graniti.

Kaunang, V. D., Buanasari, A., & Kallo, V. (2019). Gambaran Tingkat Stres Pada Lansia. Jurnal Keperawatan, 7(2).

Mathematics, A. (2016). *済無No Title No Title No Title*. *3*(2), 1–23.

Ns. Savitri Gemini, M. K., Ns. Revi Yulia, M. K., Apt. Siska Roswandani, S. F., Hetti Marlina Pakpahan, S. K. M. S. K. N. M. K., Dr. Eppy Setiyowati, S. K. M. K., Hardiyati, S. K. N. M. K., Sandy Ardiansyah, S. S. T. M. S., Novita Maulidya Jalal, M. P. P., Poniyah Simanullang, S. K. N. S. K. M. M. K., Ganda Sigalingging, S. K. M. S. K. N. M. K., & others. (2021). Keperawatan Gerontik. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.

Pebriyani, U., Triswanti, N., Prawira, W. F., & Pramesti, W. (2022). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Angka Kejadian Hipertensi Pada Usia Produktif Di Puskesmas Kedaton Bandar Lampung *Relationship Between Stress Level And The Event Of Hypertension At Productive Age At Kedaton Public Health Center ,* Bandar Lampung. *Medula*, *12*(2), 261–267.

Posyandu, D., Kelurahan, L., Sugiyanto, M. P., & Husain, F. (2022). Hubungan Tingkat Stress Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *1*(4), 543–552.

Rokhman, A. (2021). Penurunan Stress Pada Lansia Dengan Relaksasi Benson. Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada, *10*(1), 52–58.

Rosmin ilham dkk. (n.d.). No Title. File:///D:/Amel/1002-Article Text-2754-1-10-20221107.Pdf.

Saputri, D. E. (2010). Hubungan Stres dengan Hipertensi pada Penduduk di Indonesia Tahun 2007 (Analisis Data Riskesdas 2007). 2007, 1–92.

Situmorang, F. D. (2020). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Anggota Prolanis Di Wilayah Kerja Puskesmas Parongpong.

Sofia Rhosma Dewi, S. K. N. (2015). Buku Ajar Keperawatan Gerontik.

Tyas, S. A. C., & Zulfikar, M. (2021). Hubungan Tingkat Stress Dengan Tingkat Tekanan Darah Pada Lansia.

Wibawa, S., & Umar, H. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pencegahan Hipertensi