ISSN(P) :2088-2246
ISSN(E) :2684-7345

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DAN IMT DENGAN DERAJAT HIPERTENSI PADA LANSIA DI KELURAHAN RAWA MAKMUR WILAYAH PUSKESMAS PALARAN SAMARINDA

Relationship Between Stress Levels And Bmi With The Degree Of Hypertension In The Elderly In Rawa Makmur Village, Palaran Public Health Center, Samarinda

Gihab Octario Wahyu[1]*, Milkhatun[2], Zulmah Astuti[3], Alfi Ari Fakhrur Rizal[4]
[1] Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, 082154591291
Jl. Ir. H. Juanda No.15, Sidodadi, Kec. Samarinda Ulu, Kota Samarinda, Kalimantan Timur 75124 Indonesia
[234]Dosen Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan , 081357830424
Jl. Pasar Inpres RT.06 desa Muara Badak Ulu, Kec. Muara Badak, Kab. Kutai Kartanegara, Provinsi Kalimantan Timur, 75382, Indonesia
Email: gihaboctariowahyu@gmail.com, mil668@umkt.ac.id
*corresponding Author
Tanggal *Submission*: 19 Mei 2025, Tanggal diterima:28 Juni 2025

Abstrak

Usia Lanjut merupakan fase kehidupan yang pasti dialami oleh setiap manusia. Pada fase ini, berbagai masalah kesehatan sering kali muncul, salah satunya adalah hipertensi, Kondisi ini terjadi ketika meningkatnya tekanan darah sistolik melebihi 140 mmHg dan diastolik melebihi dari 90 mmHg. Secara fisiologis, kelenjar hormon pituitari menerima sinyal ancaman, otak akan melepaskan hormon endokrin kealiran darah Tujuan : untuk mengetahui adanya hubungan antara tingkat stres dan IMT dengan derajat hipertensi pada lansia di Kelurahan Rawa Makmur Wilayah Puskesmas Palaran Samarinda. Penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional melalui pendekatan *cross sectional*, Sampel yang digunakan yaitu 135 orang Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik *non probability* sampling dengan jenis pendekatan *purposive sampling* Penelitian ini akan dilaksanakan di wilayah Puskesmas Palaran Kota Samarinda pada bulan Maret sampai April 2025 dan dianalis dengan uji speramen Rho. Karakteristik responden karakteristik responden didapatkan mayoritas umur 60-74 tahun sebanyak 88.9%, mayoritas jenis kelamin perempuan sebanyak 64.4%, mayoritas IMT normal sebanyak 51.9%, mayoritas status pernikahan menikah sebanyak 57%, mayoritas pendidikan SD sebanyak 29.6%, mayoritas pekerjaan tidak bekerja sebanyak 51.9% dan tingkat stress derajat 1 sebanyak 37.8%, mayoritas lama menderita HT 1-5 tahun sebanyak 81.5% dan derajat HT mayoritas Derajat HT 1 sebanyak 62.2% dan Terdapat hubungan antara semua variabel dengan tingkat stress dengan nilai uji spearmen who 0.000 < 0.05 . Kesimpulan :. Terdapat hubungan antara semua variabel dengan tingkat stress dengan nilai uji spearmen who 0.000 < 0.05
Kata Kunci: Tingkat stress; Derajat Hipertensi; IMT; Lansia

Abstract

Old age is a stage of life that every human being will inevitably experience. During this phase, various health problems often emerge, one of the most common being hypertension. This condition occurs when systolic blood pressure rises above 140 mmHg and diastolic pressure exceeds 90 mmHg. Physiologically, when the pituitary gland receives a signal of threat, the brain responds by releasing endocrine hormones into the bloodstream. A study was conducted to examine the relationship between stress level and Body Mass Index (BMI) with the degree of hypertension among elderly residents of Rawa Makmur Subdistrict, within the working area of the Palaran Health Center in Samarinda. This quantitative research used a descriptive correlational design with a cross-sectional approach. A total of 135 respondents participated, selected through non-probability purposive sampling. The study took place from March to April 2025 and data were analyzed using the Spearman's Rho statistical test. The findings revealed that most respondents were aged 60–74 years (88.9%), female (64.4%), had a normal BMI (51.9%), were married (57%), had completed primary school education (29.6%), and were unemployed (51.9%). In terms of health status, the majority experienced stress level grade 1 (37.8%), had been living with hypertension for 1–5 years (81.5%),

ISSN(P) :2088-2246
ISSN(E) :2684-7345

and had grade 1 hypertension (62.2%). Statistical analysis indicated a significant relationship between all variables studied and stress level, with a Spearman's Rho test result of p = 0.000, which is less than the 0.05 significance threshold. In conclusion, the study demonstrates that there is a statistically significant relationship between stress level, BMI, and the degree of hypertension among the elderly in the study area.
Keywords: Stress level; Hypertension degree; BMI; Elderly

PENDAHULUAN

Lanjut merupakan fase kehidupan yang pasti dialami oleh setiap manusia. Fase ini ditandai dengan penurunan kemampuan fisik, kognitif, dan psikologis secara alamiah. Menurut definisi, lansia adalah individu yang berusia lebih dari 60 tahun. Pada fase ini, berbagai masalah kesehatan sering kali muncul, salah satunya adalah hipertensi (Muqorobin, A Kartin, 2022).Hipertensi disebut sebagai The Silent Killer, karena seringkali tidak menunjukkan gejala yang jelas hingga terjadi kerusakan organ yang serius. Lansia sering kali tidak mengetahui jika dirinya menderita hipertensi dan baru diketahui setelah dilakukan pemeriksaan (Jabani, R., Suryani, E., & Fitri, 2021). Kondisi ini terjadi ketika meningkatnya tekanan darah sistolik melebihi 140 mmHg dan diastolik melebihi dari 90 mmHg, yang mengganggu fungsi pembuluh darah dan menghambat suplai oksigen serta nutrisi ke jaringan tubuh yang membutuhkan (Sistikawati, E., Rahayu, S., & Pratiwi, 2021).

Penyakit tidak menular (PTM) menjadi salah satu faktor utama kematian global dengan hipertensi menempati posisi sebagai salah satu kondisi yang paling serius. Data terbaru menunjukkan bahwa sekitar 34,1%. Di sisi lain, laporan American Heart Assosiation (AHA) menyebutkan bahwa di Amerika Serikat, sekitar 74,5 juta orang berusia diata 20 tahun hidup dengan kondisi ini. Menariknya, Organisasi Kesehatan Dunia mencatat bahwa hampir 95% kasus hipertensi tidak memiliki penyebab yang teridentifikasi secara medis (World Health Organization, 2023). Menurut data Dinas Kesehatan (Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Timur., 2022), hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan penyakit yang paling banyak dialami masyarakat Kaltim. Hasil diagnosis PTM pada 2021, jumlah penderita hipertensi di Kaltim mencapai 195.817 orang. Sedangkan pada 2022 (Januari-Mei) jumlah penderitanya sudah mencapai lebih 63 ribu orang. Jumlah tersebut meningkat pesat dibandingkan tahun-tahun sebelumnya yakni 2018 sebesar 49.368 orang, 2019 sebanyak 83.397 orang dan 2020 sebanyak 52.565 orang. Data Badan Pusat Statistik (BPS) kota Samarinda, menyatakan penyakit hipertensi menduduki peringkat pertama dengan kasus terbanyak di kota Samarinda. Pada tahun 2021 terdapat 33.085 orang menderita hipertensi, kemudian mengalami peningkatan pada tahun 2022 sebanyak 32,5% menjadi 43.838 orang dan pada tahun 2023 kembali meningkat 3,19% dari tahun 2022 mencapai 45.235 orang. (Badan Pusat Statistik Samarinda, 2023).

Data surveilans rutin terpadu 2024, penyakit hipertensi di Puskesmas Palaran dengan kasus baru di bulan Januari sampai Desember mencapai 9.431 orang. Wilayah kerja Puskesmas Palaran terdiri dari tiga kelurahan yaitu kelurahan Simpang Pasir, Rawa Makmur, dan Handil Bakti. kunjungan pasien baru di tahun 2024, penderita hipertensi di Kelurahan Rawa Makmur sebanyak 5.638 orang, Simpang Pasir sebanyak 1.731 orang dan Handil Bakti sebanyak 2.062 orang. Penelitian ini dilakukan di Kelurahan Rawa Makmur karena jumlah pengunjung kasus hipertensi paling banyak berada pada kelurahan tersebut yaitu pada kunjungan pasien baru sebanyak 5.638 orang dengan jumlah penderita hipertensi berjenis kelamin laki-laki 1.881 orang dan perempuan 3.757 orang. Data tersebut merupakan kunjungan pasien berulang pada satu tahun terakhir yaitu 2024. Pasien hipertensi di wilayah kelurahan rawa makmur pada bulan Juli hingga Desember 2024 sebanyak 203 orang yang terdiri dari 74 laki-laki dan 129 Perempuan, selain itu juga di pengaruhi kepadatan penduduk, luas daerah dan keadaan infrastruktur yang mendukung dalam penelitian ini (Puskesmas Palaran, 2024).

Tingginya prevalensi penyakit ini menyebabkan hipertensi masih menjadi salah satu tantangan masalah kesehatan global terutama di Indonesia. Penelitian baru-baru ini menunjukan bahwa hipertensi tidak hanya terjadi pada usia dewasa dan lansia tetapi juga banyak dialami oleh remaja dan orang usia

ISSN(P) :2088-2246
ISSN(E) :2684-7345

muda (Kemenkes RI, 2021). Namun masih banyak penderita belum menyadari bahwa stres merupakan salah satu pemicu kambuhnya hipertensi. Stres sebagai respons tubuh terhadap tekanan psikososial atau emosional yang dapat memicu reaksi fisik seperti peningkatan detak jantung dan ketegangan otot. Mekanisme ini melibatkan aktivitas saraf simpatik yang meningktakan hormon kortisol dan adrenalin, sehingga dapat memengaruhi resistensi pembuluh darah perifer dan tekanan darah. Stres dapat dikalsifikasikan menjadi tiga bagian yaitu stres ringan, stres sedang dan stres berat(Sari, D., Wijaya, A., & Nurhayati, 2023).

Stres memicu peningkatan resistensi pembuluh darah perifer dan mengaktifkan respons sistem saraf parasimpatis. Secara fisiologis, kelenjar hormon pituitari menerima sinyal ancaman, otak akan melepaskan hormon endokrin kealiran darah. Hormon ini berperan merangsang produksi adrenalin dan hidrokortison untuk membantu tubuh beradaptasi terhadap perubahan kondisi. Faktor pemicu stres beragam, meliputi infeksi, cedera fisik, berat badan berlebih, penuaan, konsumsi obat tertentu, penyakit kronis, prosedur bedah, atau efek terapi medis. Mekanisme ini terkait dengan aktivitas sistem saraf simpatik selama beraktivitas, yang dapat menyebabkan kenaikan tekanan darah secara signifikan. Pada lansia, stres sering dipicu oleh gangguan psikologis seperti kecemasan, stress, atau disorientasi (Pra, R., Susanti, H., & Dewi, 2023).

Penelitian terdahulu yang dilakukan Putri Imas Gandasari tahun 2022 berdasarkan hasil statistik dengan menunjukkan hasil uji chi square yang menunjukkan bahwa, nila P= 0,000< α 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi di Desa Banjarsari Kabupaten Bekasi (Gandasari, P. I., & Setiawan, 2023). Berdasarkan Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada hari selasa, 14 januari 2025 , terdapat 10 orang lansia terdiri dari 4 laki-laki dan 6 perempuan yang berkunjung ke Puskesmas Palaran. Hasil pengukuran tekanan darah didapatkan 3 orang memiliki hasil tekanan darah dibawah 140/90 mmHg dan 7 orang memiliki hasil tekanan darah yang tinggi yaitu diatas 140/90 mmHg. Berdasarkan hasil pengisian kuesioner yang telah diisi dengan didampingi oleh peneliti, terdapat 5 orang mengalami gejala stres dan 2 orang tidak terindikasi mengalami gejala stres.

Metabolism pada lansia seiring bertambah nya usia akan mengalami penurunan, sehingga aktivitas fisik yang berkurang dapat memicu ketidakseimbangan dalam tubuh. Hal ini menyebabkan akumulasi kalori berlebih yang kemudian diubah menjadi lemak. Peningkatan massa tubuh turut meningkatkan kebutuhan volume darah untuk mendistribusikan oksigen dan nutrisi ke seluruh jaringan tubuh (Anwari M, 2020). Indeks massa tubuh adalah perbandingan antara berat badan dan tinggi badan setiap orang. Menurut akumulasi lemak, membagi berat badan dalam kilogram (kg) dengan tinggi badan dalam meter kuadrat (m^2). Parameter ini dapat digunakan untuk melihat apakah berat badan seseorang termasuk dalam kategori normal, under atau over (Bachtiar, 2020). Menurut statistik Riskesdas tahun 2018, terdapat 21,8 persen penderita obesitas di Indonesia. Sejak Riskesdas 2007, angka ini naik 10,5 persen, dan pada Riskesdas 2013 tumbuh 14,8 persen. Selain itu, terjadi peningkatan prevalensi obesitas sebesar 13,6% pada tahun 2018. Jumlah ini berasal dari survei terhadap 300.000ampel rumah tangga yang dilakukan Riskesdas di seluruh Indonesia. Indikator obesitas pada orang dewasa adalah orang dengan indeks massa tubuh lebih dari 27,0 dan kelebihan berat badan lebih dari 25,0. Jika indeks massa tubuh normal adalah antara 18,5 dan 22,9 (Arini, Luh Ari, 2020). Peneliti ingin mengetahui apakah ada hubungan antara indeks massa tubuh pada lansia hipertensi berdasarkan data tersebut dengan melihat apakah ada hubungan indeks massa tubuh dengan tekanan darah tinggi pada lansia

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional melalui pendekatan *cross sectional*, yaitu mengkaji hubungan antara tingkat stres dan IMT dengan derajat hipertensi pada lansia dikelurahan Rawa Makmur wilayah Puskesmas Palaran Samarinda yang diambil dalam satu kali waktu tanpa adanya intervensi lanjutan, jumlah populasi dalam penelitian ini ialah 204

ISSN(P) :2088-2246
ISSN(E) :2684-7345

orang Sampel dalam penelitian ini yaitu lansia penderita hipertensi yang memenuhi kriteria inklusi. Sampel yang digunakan yaitu 135 orang Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik *non probability* sampling dengan jenis pendekatan *purposive sampling* Penelitian ini akan dilaksanakan di wilayah Puskesmas Palaran Kota Samarinda, Kecamatan Palaran, Provinsi Kalimantan Timur yang dilaksanakan pada bulan Maret sampai April 2025 dan dianalis dengan uji speramen Rho

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan Hasil penelitian didapatkab bahwa Terdapat hubungan antara semua variabel dengan tingkat stress dengan nilai uji spearmen who 0.000 < 0.05

Pembahasan

Lansia Adalah Seorang Yang Memasuki Usia Tua Dengan Batasan Usia 60 Tahun Ke Atas. Seorang Lansia Tidak Dapat Menghindari Proses Penuaan Yang Dialami. Dalam Proses Penuaan Yang Terjadi Mengakibatkan Menurunnya Fungsi Organ Dan Imunitas Tubuh Lansia Sehingga Terjadi Kerusakan Sel-Sel (Nafsiah, 2021) Penelitian Yang Dilakukan Oleh(Nafsiah, 2021)) Menyebutkan Bahwa Lansia Diatas 65 Tahun Memiliki Risiko Tinggi Menderita Stress Dibanding Dengan Lansia Dibawah 65 Tahun.Komisi Nasional Lanjut Usia (Nafsiah, 2021) Juga Menyebutkan Bahwa Kondisi Degeneratif Tersebut Menjadikan Lansia Rentan Terhadap Penyakit, Termasuk Stress. Penelitian Yang Dilakukan Di Monroe County New York Oleh (Nafsiah, 2021) Membuktikan Bahwa Lansia Dengan Usia 65 Tahun Ke Atas Mempunyai Risiko Lebih Tinggi Menderita Stress Jika Dibanding Dengan Lansia Yang Berusia Dibawah 65 Tahun. Berdasarkan Teori Tersebut Peneliti Berasumsi Bahwa Usia 60 – 74 Tahun (72,1 %) Lebih Rentan Mengalami Stress Dikarenakan Proses Menua Yang Terjadi. Berdasarkan Teori Tersebut Peneliti Berasumsi Bahwa Usia 60 – 74 Tahun (72,1 %) Lebih Rentan Mengalami Stress Dikarenakan Proses Menua Yang Terjadi.Hal Ini Juga Sejalan Dengan Penelitian Yang Dilakukan Oleh (Nafsiah, 2021). Berdasarkan Hasil Penelitian Dan Beberapa Literatur Dapat Peneliti Simpulkan Bahwa Lansia Yang Berusia 60- 74 Tahun Rentan Mengalami Stress Karena Proses Menua.

Menurut Penelitian Sebelumnya Mengatakan Bahwa Stress Pada Lansia Lebih Sering Dialami Pada Perempuan, Hal Ini Dikarenakan Perempuan Lebih Sering Melakukan Pemeriksaan Kesehatan Sehingga Stress Lebih Sering Terdeteksi. Selain Itu Juga Ada Kemungkinan Perempuan Cenderung Terpapar Dengan Lingkungan Stress Dibanding Pria. Salah Satu Penyebab Stress Adalah Akibat Ketidakseimbangan Hormon Yang Dialami Perempuan Menambah Tingginya Tingkat Kejadian Stress Perempuan(Nafsiah, 2021). Menurut (Nafsiah, 2021).) Perbedaan Gender Dalam Perkembangan Gangguan Emosional Sangat Dipengaruhi Oleh Persepsi Mengenai Ketidakmampuan Untuk Mengontrol. Sumber Perbedaan Ini Bersifat Kultural Karena Peran Jenis Yang Berbeda Untuk Laki-Laki Dan Perempuan Di Masyarakat Kita. Laki-Laki Sangat Didorong Untuk Mandiri, *Masterfull* Dan Asertif. Sedangkan Perempuan Sebaliknya Diharapkan Lebih Asif, Sensitif Terhadap Orang Lain Dan Mungkin Lebih Banyak Tergantung Pada Orang Lain Dibanding Laki-Laki. Menurut Beberapa Ahli Studi Lansia Perempuan Memang Memiliki Risiko Stress Lebih Tinggi Dibandingkan Dengan Lansia Laki-Laki Dengan Perbandingan Antara Perempuan Dan Laki-Laki Yaitu 2:1 (Nafsiah, 2021). Selain Itu Hasil Yang Serupa Juga Didapatkan Pada Penelitian Yang Dilakukan Oleh (Nafsiah, 2021). Yang Melakukan Penelitian Prevalensi Pada Lansia Di Portugal Dan Brazil Mendapatkan Hasil Bahwa Proporsi Terjadinya Stress Pada Lansia Lebih Banyak Pada Perempuan Dengan Proporsi 81,0% Pada Lansia Perempuan Di Brazil Dan 62,4% Pada Lansia Perempuan Di Portugal (Nafsiah, 2021).

Menurut Riskesdas Tahun 2023, Faktor Resiko Yang Paling Utama Penyebab Hipertensi Adalah Kegemukan. Penilaian Yang Digunakan Dalam Menentukan Status Gizi Dengan Menggunakan Indeks Massa Tubuh. Meningkatnya Berat Badan, Akan Meningkatkan Kebutuhan Darah Untuk Suplai

ISSN(P) :2088-2246
ISSN(E) :2684-7345

Oksigen Ke Jaringan Tubuh. Peningkatan Volume Darah Dalam Sirkulasi Pembuluh Darah Akan Meningkatkan Tekanan Darah Pada Dinding Arteri. Hasil Penelitian Menunjukkan Hubung- An Yang Signifikan Antara IMT Dengan Kejadian Hipertensi Dengan Kekuatan Sedang Dengan Arah Positif Artinya Bahwa Semakin Tinggi Score IMT Maka Tekanan Darah Juga Akan Semakin Tinggi Yang Berarti Bahwa Resiko Terjadinya Hipertensi Semakin Meningkat. Hipertensi Sangat Umum Terjadi Pada Orang Gemuk. Para Peneliti Di Norwegia Menyebutkan Bahwa Peningkatan Tekanan Darah Lebih Sering Terjadi Pada Orang Dengan Obesitas. Peningkatan Tekanan Darah Juga Mudah Terjadi Pada Orang Gemuk Tipe Apel (Central Obesity, Konsentrasi Lemak Pada Perut) Bila Dibandingkan Dengan Mereka Yang Gemuk Tipe Buah Pear (Konsentrasi Lemak Pada Pinggul Dan Paha), (Lilik, 2022). Penelitian Terakhir Menunjukan Bahwa Resiko Terkena Penyakit Jantung Koroner Pada Orang Gemuk Tiga Sampai Empat Kali Lebih Tinggi Bila Dibandingkan Dengan Orang Normal. Setiap Peningkatan 1 Kilogram Berat Badan Terjadi Peningkat- An Kematian Akibat Penyakit Jantung Coroner Sebanyak 1% (Lilik, 2022).

Berdasarkan Faktor Status Kesehatan, Kondisi Yang Semakin Menua Akan Timbul Masalah Kesehatan Yang Menjadi Stressor Pada Lansia. Demikian Juga Kondisi Stress Yang Berkepanjangan Akan Menyebabkan Terganggunya Kesehatan Fisik Lansia. Hal Ini Menunjuk- Kan Bahwa Stress Dapat Memicu Terjadinya Gangguan Fisik, Demikian Pula Adanya Gangguan Fungsional Tubuh Dapat Menjadi Stresor Terjadinya Stress. Menunjukkan Bahwa Ada Hubungan Yang Signifikan Antara Stres Dengan Kejadian Hipertensi Lansia (R = 0,723) Dengan Kekuatan Hubungan Kuat Dan Arah Positif. Hal Ini Menunjukkan Bahwa Semakin Tinggi Stress Maka Semakin Tinggi Juga Tekanan Darah Yang Berarti Bahwa Semakin Beresiko Terjadi Hipertensi Hipertensi Adalah Suatu Gangguan Pada Pembuluh Darah Yang Mengakibat- Kan Suplai Oksigen Dan Nutrisi, Yang Dibawa Oleh Darah Terhambat Sampai Ke Jaringan Tubuh Yang Membutuhkan. Hipertensi Diartikan Sebagai Peningkatan Tekanan Darah Secara Terus Menerus Sehingga Melebihi Batas Normal. Hipertensi Merupakan Produk Dari Resistensi Pembuluh Darah Perifer Dan Kardiak Output (Lilik, 2022) Sistem Saraf Otonom Terdiri Dari Dua Sub Sistem Yaitu Sistem Saraf Simpatis Dan Sistem Saraf Parasimpatis Yang Kerjanya Saling Berlawanan. Sistem Saraf Simpatis Lebih Banyak Aktif Ketika Tubuh Membutuhkan Energi Misalnya Pada Saat Terkejut, Takut, Cemas Atau Berada Dalam Kondisi Tegang. Pada Kondisi Seperti Stres, Sistem Saraf Akan Memacu Aliran Darah Ke Otot-Otot Skeletal, Meningkatkan Denyut Jantung, Napas Menjadi Cepat, Dan Tekanan Darah Meningkat (Lilik, 2022).

Penelitian Ini Sejalan Dengan Penelitian Yang Dilakukan Oleh Safitri (2020) Yang Menunjukkan Bahwa Ada Hubungan Pendidikan Dengan Tingkat Stress Pada Lansia Dan Bertentangan Dengan Penelitian Yang Dilakukan Safitri (2020) Yang Menyatakan Bahwa Tingkat Pendidikan Tidak Terdapat Hubungan Yang Signifikan Dengan Tingkat Stress, Dengan Nilai P *Value* = 0.303 (>0.05). Tingkat Pendidikan Sangat Berpengaruh Terhadap Tingkat Stress Seseorang. Semakin Tinggi Pendidikan Maka Akan Membuat Lansia Memiliki Pemikiran Terbuka Sehingga Mudah Dalam Penerimaan Hal-Hal Baru. Sebaliknya, Semakin Rendah Pendidikan Membuat Lansia Memiliki Pemikiran Tertutup Sehingga Membuat Mereka Tidak Berkembang.

Hasil Penelitian Ini Sejalan Dengan Penelitian Safitri (2020) Yang Menunjukkan Bahwa Ada Hubungan Status Pernikahan Dengan Tingkat Stress Lansia. Teori Hierarki Kebutuhan Maslow Menyebutkan Bahwa Salah Satu Kebutuhan Manusia Adalah Kebutuhan Mencintai Dan Dicintai, Rasa Aman Dan Terlindung, Keinginan Untuk Dihargai, Dihormati, Dan Lain-Lain. Seseorang Yang Kehilangan Akan Kebutuhan Afeksional Tersebut (*Lost Of Object*) Dapat Jatuh Dalam Kesedihan Yang Mendalam. Sebagai Contoh Seseorang Kehilangan Orang Yang Dicintai (Suami Atau Istri Yang Meninggal) Dan Sejenisnya Akan Menyebabkan Rasa Sedih Yang Mendalam, Kekecewaan Yang Diikuti Oleh Rasa Sesal, Bersalah Dan Seterusnya, Yang Dapat Menyebabkan Stress Safitri (2020)

ISSN(P) :2088-2246
ISSN(E) :2684-7345

Lama Menderita Hipertensi Dapat Menyebabkan Munculnya Berbagai Komplikasi Penyakit. Sehingga Mampu Memicu Peningkatan Tekanan Darah Yang Semakin Meninggi Seiring Dengan Pertambahan Usia, Adanya Perubahan Struktural Dan Fungsional Pada Sistem Pembuluh Perifer Bertanggung Jawab Pada Perubahan Tekanan Darah Yang Terjadi Pada Usia Lanjut. Selain Factor Usia, Pola Makan Yang Tidak Sehat Juga Menjadi Salah Satu Pemicu Terjadinya Peningkatan Hipertensi. Kecemasan Atau Bisa Juga Stress Adalah Perasaan Takut Yang Tidak Jelas Dan Tidak Didukung Oleh Situasi. Ketika Merasa Cemas, Individu Merasa Tidak Nyaman Atau Takut Atau Mungkin Memiliki Firasat Akan Ditimpa Malapetaka Padahal Ia Tidak Mengerti Mengapa Emosi Yang Mengancam Tersebut Terjadi. (Hera, 2021)

Berdasarkan Hasil Penelitian Dapat Disimpulkan Bahwa Ada Hubungan Yang Bermakna Antara Stress Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Dengan Kekuatan Hubungan Kuat Dan Arah Positif Yang Berarti Semakin Tinggi Stress Maka Tekanan Darah Semakin Tinggi (Resiko Hipertensi Semakin Tinggi. Demikian Juga Terdapat Hubungan Yang Siginifikan Antara IMT Dengan Kejadian Hipertensi Dengan Korelasi Sedang Dan Arah Positif. Untuk Meminimalkan Resiko Terjadi- Nya Peningkatan Tekanan Darah Pada Lansia Maka Perlu Untuk Melakukan Manajemen Stres Lansia Seperti Teknik Relaksasi Progresif, *Guided Imagery* Dan Perlu Adanya Sarana Lansia Untuk Mengembangkan Aktivitas Sebagai Sara Sosialisasi Untuk Menurunkan Masalah Psikologis Akibat Kesepian Dan Kehilangan Pasangan Atau Orang Berarti. Selain Itu Perlu Untuk Mengendalikan Keseimbangan Berat Badan Agar Tidak Terjadi Obesitas Dan Overweight Sehingga Menurunkan Resiko Peningkatan Tekanan Darah.

KESIMPULAN

Karakteristik responden karakteristik responden didapatkan mayoritas umur 60-74 tahun sebanyak 88.9%, mayoritas jenis kelamin perempuan sebanyak 64.4%, mayoritas IMT normal sebanyak 51.9%, mayoritas status pernikahan menikah sebanyak 57%, mayoritas pendidikan SD sebanyak 29.6%, mayoritas pekerjaan tidak bekerja sebanyak 51.9% dan tingkat stress derajat 1 sebanyak 37.8%, mayoritas lama menderita HT 1-5 tahun sebanyak 81.5% dan derajat HT mayoritas Derajat HT 1 sebanyak 62.2% dan Terdapat hubungan antara semua variabel dengan tingkat stress dengan nilai uji spearmen who 0.000 < 0.05

DAFTAR PUSTAKA

Anwari M, Et Al. (2020). Pemberian Senam Antihipertensi Sebagai Upaya Menstabilkan Tekanan Darah: Studi Kasus Pada Keluarga Binaan Di Desa Kemuningsari Lor Kecamatan Panti Kabupaten Jember 5. *"The Indonesian Journal Of Health Science.,"* 165–168.

Arini, Luh Ari, And I. K. W. (2020). "Korelasi Antara Body Mass Index (BMI) Dengan Blood Pressure (BP) Berdasarkan Ukuran Antropometri Pada Atlet." *(Perintis's Health Journal)*, *7 (1):*, 32–40.

Bachtiar, M. I. Y. (2020). *"Hubungan Konsumsi Fast Food Dan Kebiasaan Olahraga Dengan Kejadian Overweight Pada Remaja."*

Berlianti, D. F., Abid, A. Al, & Ruby, A. C. (2024). Metode Penelitian Kuantitatif Pendekatan Ilmiah Untuk Analisis Data. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, *7*(3), 1861–1864.

Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Timur. (2022). Laporan Tahunan Penyakit Tidak Menular (PTM) Di Kalimantan Timur. *Dinkes Kaltim.*

Gandasari, P. I., & Setiawan, Y. (2023). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi Di Desa Banjarsari Kabupaten Bekasi.* 1–10. Gandasari, P. I., & Setiawan, Y. (2023). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi Di Desa Banjarsari Kabupaten Bekasi. August 2022, 1–10.

Hera (2021) Lama Menderita Dan Tingkat Hipertensi Dengan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Dalam Tinjauan Studi Cross Sectional

Jabani, R., Suryani, E., & Fitri, A. (2021). Hipertensi Sebagai The Silent Killer Pada Lansia: Studi Kasus Di Puskesmas Palaran. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*, *10*(3), 123–134.

Kemenkes Kesehatan Ri. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Kementerian Kesehatan RI. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Epidemiologi Penyakit Hipertensi*.

Lilik (2022) Stress, Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Kabupaten Malang

ISSN(P) :2088-2246
ISSN(E) :2684-7345

Lee, E. H., Moon, S. H., Cho, M. S., Park, E. S., Kim, S. Y., Han, J. S., & Cheio, J. H. (2019). The 21-Item And 12-Item Versions Of The Depression Anxiety Stress Scales: Psychometric Evaluation In A Korean Population. *Asian Nursing Research*, *13*(1), 30–37. Https://Doi.Org/10.1016/J.Anr.2018.11.006

Muqorobin, A Kartin, D. (2022). Usia Lanjut Dan Penurunan Kemampuan Fisik, Kognitif, Dan Psikologis. *Jurnal Kesehatan Lansia Indonesia*, *15*(2), 45–56. O%09Muqorobin, A., & Kartin, D. (2022). Usia Lanjut Dan Penurunan Kemampuan Fisik, Kognitif, Dan Psikologis. Jurnal Kesehatanindonesia, 15(2), 45-56.

Musrah, A. S., & Akbar, H. (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kecamatan Long Apari Kabupaten Mahakam Ulu. *Gema Wiralodra*, *13*(1), 118–131. Https://Doi.Org/10.31943/Gemawiralodra.V13i1.237

Nafsiah (2021) Hubungan Usia Dan Jenis Kelamin Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia Di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Wonorejo Samarinda

Pra, R., Susanti, H., & Dewi, R. (2023). Pengaruh Stres Kronis Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Perkotaan. . . *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, *12*(1), 89–101. Sari, D., Wijaya, A., & Nurhayati, E. (2023). Stres Sebagai Faktor Risiko Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Urban. Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia, 12(1), 89-101.

Puskesmas Palaran. (2024). *Data Surveilans Rutin Terpadu Penyakit Hipertensi*.

Samarinda, B. P. S. (2023). *No Title*. Https://Samarindakota.Bps.Go.Id/Id/Statistics-Table/2/Mjy5izi=/Jumlah-Kasus-10-Penyakit-Terbanyak-Di-Kota-Samarinda.Html

Sari, D., Wijaya, A., & Nurhayati, E. (2023). Stres Sebagai Faktor Risiko Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Urban. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, *12*(1), 89–101. Sari, D., Wijaya, A., & Nurhayati, E. (2023). Stres Sebagai Faktor Risiko Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Urban. Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia, 12(1), 89-101.

Safitri (2020) Hubungan Pendidikan, Usia, Jenis Kelamin, Status Pernikahan Dan Lama Tinggal Di Panti Werdha Dengan Kejadian Depresi Pada Lansia

Sistikawati, E., Rahayu, S., & Pratiwi, D. (2021). Hubungan Tekanan Darah Tinggi Dengan Gangguan Fungsi Pembuluh Darah Pada Lansia. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, *8*(1), 67–78. Sistikawati, E., Rahayu, S., & Pratiwi, D. (2021). Hubungan Tekanan Darah Tinggi Dengan Gangguan Fungsi Pembuluh Darah Pada Lansia. Jurnal Penyakit Dalam Indonesia, 8(1), 67-78.

Spruill, T. M., Butler, M. J., & Gerin, W. (2019). Chronic Stress And Incident Hypertension: A Longitudinal Study. *Journal Of Hypertension*, *37*(5), 1234–1242.

Sugiyanto, M. P., & Husain, Fi. (2022). Hubungan Tingkat Stress Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Multi Disiplin Dehasen (MUDE)*, *1*(4), 543–552.

Suriani, N., Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Konsep Populasi Dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan. *Jurnal IHSAN : Jurnal Pendidikan Islam*, *1*(2), 24–36. Https://Doi.Org/10.61104/Ihsan.V1i2.55

Sutrisnoiin, S. V. (2023). Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Puskesmas 1 Godong Kabpaten Grobongan. *Journal Of TSCS1Kep*, *8*(2), 1–8. Https://Ejournal.Annurpurwodadi.Ac.Id/Index.Php/TSCS1Kep/Article/View/444

Sutriyawan, A., Apriyani, R., & Miranda, T. G. (2021). The Relationship Between Lifestyle And Hypertension Cases At UPT Cibiru Public Health Center Bandung City. *Disease Prevention And Public Health Journal*, *15*(1), 50. Https://Doi.Org/10.12928/Dpphj.V15i1.2456