

HUBUNGAN HIPERTENSI DENGAN KEJADIAN STRESS PADA LANSIA

Muhammad Fathoni¹ Dwi Prasetyaningati² Anita Rahmawati³

¹²³STIKes Insan Cendekia Medika Jombang

¹email: fathonim185@gmail.com ²email: dwiprasetya_82@gmail.com ³email: anitarahmawati15ugm@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan Semakin bertambahnya usia lansia maka akan mengalami penurunan yaitu perubahan pada sistem kardiovaskuler mengakibatkan lansia rentan terhadap berbagai penyakit degeneratif, salah satunya hipertensi. Kenaikan tekanan darah atau hipertensi pada lansia merupakan salah satu indikasi dalam fisiologis stress. Stress dapat terjadi akibat dari suatu gangguan ataupun penyakit, selain itu stress juga dapat menimbulkan terjadinya suatu penyakit. **Tujuan** untuk mengidentifikasi hubungan hipertensi dengan kejadian stress pada lansia berdasarkan *study empiris* lima tahun terakhir. **Desain** skripsi ini menggunakan *Literature Review*, menggunakan 4 *database* (e-Resources, perpustakaan, *google scholar*, *Scient Direct* dan PubMed) dengan menggunakan study desain *longitudinal* dan *Cross-sectional*, berbentuk bahasa Indonesia dan bahasa Inggris. Menggunakan kata kunci “*stress level*”, “*hypertention*”, “*elderly*” dan menemukan 10 artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi yang sudah di tentukan. Dalam *study* ini penentuan penderita dan kejadian stress menggunakan kuesioner (n=10). Faktor yang berkontribusi dalam studi hipertensi sebagian besar *cross-sectional*. **Hasil** Penelitian dalam 10 jurnal menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi dengan *p-value* 0.002 ($p < 0.05$). **Kesimpulan** Dari penelitian sebelumnya, menunjukkan bahwa terdapat hubungan hipertensi dengan kejadian stress pada lansia. **Saran** penelitian ini agar lansia dapat menjalankan pola hidup yang sehat agar tekanan darah dapat normal dan tidak terjadi stress.

Kata kunci: Hipertensi, Stress, Lansia

RELATIONSHIP OF HYPERTENTION WITH THE INCIDENCE OF STRESS IN THE ELDERLY

ABSTRACT

Introduction The increasing age of the elderly implies to the decrease in change of the cardiovascular system. This matter makes the elderly may be susceptible to various degenerative disease, one of which is hypertension An increase in blood pressure or hypertension in the elderly is one indication of physiological stress. Stress can occur as a result of a disorder or disease, moreover, stress can actually cause a disease. **The purpose** to identify the relationship between hypertension and the incidence of stress in the elderly based on empirical studies for the last five years. **The design** of this thesis uses a Literature Review, uses 4 databases (e-Resources, National Library, Google Scholar, Scient Direct and PubMed) using a longitudinal and cross-sectional design studies, in the form of Indonesian and English. By using the keywords of “*stress level*”, “*hypertention*”, “*elderly*” and the researcher found 10 articles that match the predetermined inclusion criteria. In this study, the determination of sufferers and stress events used a questionnaire (n = 10). Contributing factors in hypertension studies are mostly cross-sectional. **The results** of research in 10 journals shows that there is a significant relationship between stress levels and the quality of life of elderly people with hypertension with a *p-value* of 0.002 ($p < 0.05$). **Conclusion** from previous studies, it shows that there is a relationship between hypertension and the incidence

of stress in the elderly. **Suggestions** the elderly can live a healthy lifestyle so that blood pressure can be normal and stress does not occur.

Keywords: Hypertension, Stress, Elderly

PENDAHULUAN

Semakin usia lansianya bertambah maka membuat sel tubuh dan sistem organ tubuh mengalami suatu penurunan. Lansia mudah terserang beberapa penyakit degeneratif, misalnya yaitu hipertensi karena di sistem kardiovaskuler mengalami perubahan saat memasuki usia lansia (Lidia, Musafaah, dan Hafifah, 2018). Kenaikan tekanan darah atau hipertensi pada lansia merupakan salah satu indikasi dalam fisiologis stress (Perry & Potter, 2005 dalam Lidia, Musafaah, dan Hafifah, 2018). Stress dapat terjadi akibat dari suatu gangguan ataupun penyakit, selain itu stress juga dapat menimbulkan terjadinya suatu penyakit (Yosep dan Sutini, 2014 dalam Seke, Bidjuni dan Lolong, 2016).

Prevalensi hipertensi diseluruh dunia mencapai sekitar antara 15 - 20%. Asia tenggara ialah wilayah prevalensi dengan kematian yang tinggi 14,70% per 100.000 penduduk dengan jumlah penderita sebanyak 156.273 orang. Indonesia sebanyak 31,7% dari penduduk mengalami penyakit hipertensi di tahun 2017, menurut data riset kesehatan dasar (riskesdas) departemen kesehatan (depkes). Prevalensi hipertensi di Indonesia lumayan tinggi sebanyak 83 per 1.000 kepala keluarga. Peningkatan hipertensi di Indonesia mencapai 2 - 3 kali lipatnya. Rata-rata terdapat 6.520 kasus hipertensi di Jombang pada tahun 2016 (Dinkes). Menurut survey penyakit yang tidak menular di tahun 2017 di Jombang, hipertensi menempati posisi pertama dengan jumlah penderita sebanyak 7.060 di tahun 2017 (depkes RI, 2008)

Negara maju maupun berkembang menjadikan penyakit hipertensi sebagai salah satu penyakit yang banyak membuat penduduknya meninggal (Muttaqin, 2009 dalam Ramdani, 2017). Tekanan darah

tinggi atau hipertensi diduga berpengaruh pada stress (Saam dan Wahyuni, 2013). Pada penderita hipertensi, kegiatan saraf simpatis dapat menjadi penyebab stress. Hipertensi bisa naik karena peningkatan sistem persarafan, sehingga terjadi stress yang berkepanjangan (Dewi, 2010)

Setiap individu termasuk para lansia perlu memiliki manajemen stress agar dapat mengatasi stress yang menyimpannya secara positif. Manajemen stress ialah program pengendalian untuk mengontrol atau pengukuran stress dan tujuannya ialah untuk mengetahui penyebabnya stress dan mengetahui teknik-teknik pengelolaan stress, sehingga masyarakat dapat menangani stress dalam kehidupan dengan lebih baik (Segarahayu, 2013 dalam Rizki, 2017).

Dari latar belakang masalah di atas, dapat dirumuskan tujuan *literature review* ini yaitu, berdasarkan studi empiris dalam lima tahun terakhir mampu menunjukkan adanya hubungan hipertensi dengan kejadian stress pada lansia

BAHAN DAN METODE PENELITIAN

PICOS *framework* adalah metode yang dapat digunakan untuk mencari sebuah artikel.

1. *Population/problem*, dalam *literature review* ini adalah hipertensi pada lansia
2. *Intervention*, tindakan dalam *literature review* adalah mengukur tekanan darah
3. *Comparison*, tidak ada faktor pembandingan.
4. *Outcome*, terdapat hubungan antara tingkat stress dengan hipertensi pada lansia
5. *Study design*, menggunakan desain *Cross-Sectional, longitudinal*

Dalam mencari jurnal dan artikel menggunakan *keyword* dan *boolean operator* (AND, OR NOT or AND NOT) bisa digunakan memperbesar area dan menspesifikasikan dipencarian, akan memudahkan dalam menetapkan jurnal atau artikel yang digunakan. Kata kunci yang digunakan dalam penelitian ini yaitu, “*stress level*” AND “*hypertension*” AND “*elderly*”.

Data sekunder yang yang didapatkan dari tidak penelitian langsung merupakan data yang digunakan dalam penelitian ini, akan tetapi didapatkan dari penelitian yang terdahulu yang dilakukan oleh peneliti yang terdahulu. Dengan menggunakan database melalui *e-Resources*, Perpustakaan Nasional, *Google Scholar* dan *Scient Direct* maka akan di peroleh sumber data sekunder berupa jurnal dan artikel yang sesuai dengan tema.

Berdasarkan hasil pencarian literatur melalui database publikasi *e-Resources* perpusnas, *google scholar*, *ScienceDirect* dan *PubMed* dengan menggunakan kata kunci “*stress level*” AND “*hypertension*” AND “*elderly*”, peneliti mendapatkan 15.560 jurnal yang sama dengan kata kunci tersebut. Jurnal penelitian tersebut kemudian diskrisning atau disaring kembali, dimana terdapat 2.750 jurnal yang sesuai dengan kriteria inklusi yaitu terbitan 5 tahun terakhir dan menggunakan bahasa indonesia dan bahasa inggris. Kemudian jurnal dipilih kembali berdasarkan kriteria inklusi yang sudah ditentukan oleh peneliti, seperti jurnal yang memiliki judul yang sama ataupun memiliki tujuan penelitian yang hampir sama dengan penelitian ini dengan mengidentifikasi abstrak pada jurnal-jurnal tersebut. Jurnal yang tidak memenuhi kriteria maka dieksklusi. Sehingga didapatkan 10 jurnal yang dilakukan *review*

Literature Review disintesis memakai cara naratif dengan menggolongkan data hasil seleksi yang dinilai mampu menjawab tujuan dari penelitian ini. Jurnal penelitian yang sinkron dengan tolok ukur dibuat

resume jurnal meliputi, *author*, tahun terbit, judul, metode penelitian yang dipergunakan meliputi: desain penelitian, sampling, variabel, instrumen dan analisis, hasil penelitian serta *database*.

HASIL PENELITIAN

Membuat ringkasan pada setiap artikel yang dipilih kedalam bentuk tabel, lalu dibagian bawahnya dijelaskan arti tabel serta trendnya kedalam bentuk paragraf adalah penyajian dalam *literature review* ini. Dimana didalamnya terdapat tujuan penelitian yang relevan (Nursalam and Hons, 2020).

Tabel 4.1 Karakteristik umum dalam penyelesaian studi (n=10)

No	Kategori	N	%
A.	Tahun Publikasi		
1.	2016	1	10
2.	2017	4	40
3.	2018	2	20
4.	2019	2	20
5.	2020	1	10
Total		10	100
B.	Desain Penelitian		
1.	<i>Longitudinal</i>	2	20
2.	<i>Cross Sectional</i>	8	80
Total		10	100

Tabel 4.2 hubungan hipertensi dengan kejadian stress pada lansia

Hipertensi dengan Kejadian stress	Sumber empiris utama
Konsep hipertensi, klasifikasi hipertensi, patofisiologi hipertensi, gejala, komplikasi hipertensi	Kehler., <i>et al</i> (2019), Eka., dan Mukono, (2017), Narega, <i>et al</i> (2017), Lucelia, <i>et al</i> (2017), Lidia, <i>et al</i> (2018), Aamanda, <i>et al</i> (2017)
Hubungan hipertensi dengan kejadian stress pada lansia	Sari, <i>et al</i> (2018), Situmorang, <i>et al</i> (2020), Setyawan, (2017), Maimuna (2019)

Penelitian (Kehler, *et al*, 2019) dengan judul *Determining Whether Hypertensive*

Status and Stress Level Are Associated With Inflammatory Markers. Hasil penelitian menggunakan analisis bivariat menunjukkan bukti awal bahwa stress dan hipertensi berperan dalam pengaturan proses inflamasi ini selama kehamilan. Hubungan antara respon maladaptasi imun ibu, khususnya respon pro-inflamasi yang berlebihan, perkembangannya mengakibatkan gangguan hipertensi dan respon stress yang meningkat. Untuk memahami hubungan ini lebih teliti.

Penelitian (Sari, *et al*, 2018) dengan judul *The correlation between stress levels and hypertension of outpatient patient in sidomulya health center pekanbaru city.* Hasil penelitian menggunakan analisis univariat dan bivariat menunjukkan bahwa responden yang mengalami stroke ringan jumlahnya 18 orang (45%) dan yang mengalami pre hipertensi jumlahnya 15 orang (37,5%) (p -value=0,000 ; r =0,688).

Penelitian (Situmorang, *et al*, 2020) dengan judul *Hubungan tingkat stres dengan hipertensi pada anggota prolanis di wilayah kerja puskesmas parangpong.* Hasil penelitian menggunakan analisis univariat dan bivariat menunjukkan bahwa dari 40 responden terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan hipertensi dengan nilai sistolik dan juga diastolik dengan nilai $p < 0,05$. stres mampu mempengaruhi tekanan darah baik sistolik maupun diastolik.

Penelitian (Setyawan, *et al*, 2017) dengan judul *Relationship between stress level and anxiety with hypertension incidence to elderly on islamic center samarinda.* Hasil penelitian menggunakan analisa univariat dan bivariat menunjukkan nilai dengan $p=0,000<0,05$ yang berarti H_0 ditolak sehingga secara statistik terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat stres dan kecemasan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Klinik Islamic Center Samarinda dengan kekuatan korelasi ($r=0,895$) yang berarti sangat kuat dan arah korelasi positif. Variabel kecemasan dengan kejadian hipertensi pada lansia Klinik Islamic Center Samarinda dengan

kekuatan korelasi sangat kuat dan arah korelasinya positif ($r=0,930$) dan yang berarti semakin tinggi tingkat stres dan kecemasan, kejadian hipertensi pada lansia akan tinggi.

Penelitian (Eka, dan Mukono, 2017) dengan judul *The Correlation between Blood Lead Level with Hypertension of Painting Cars Worker in Surabaya.* Hasil penelitian menggunakan analisis koreksi phi menunjukkan hasil didapatkan Kadar Pb darah pekerja bagian pengecatan (13,06 $\mu\text{g/dL}$) lebih tinggi dibandingkan pekerja bagian administrasi (6,01 $\mu\text{g/dL}$) dan bagian *finishing* (8,26 $\mu\text{g/dL}$). Kejadian hipertensi pada pekerja bagian pengecatan lebih tinggi (66,67%) dibandingkan pada pekerja bagian administrasi (16,67%) dan bagian *finishing* (16,67%). Berdasarkan analisis uji korelasi phi terdapat hubungan yang kuat Pb darah dengan hipertensi pada pekerja di bengkel pengecatan mobil..

Penelitian (Narega, *et al*, 2017) dengan judul *Elevation of oxidative stress and decline in endogenous antioxidant defense in elderly individuals with hypertension.* Hasil penelitian menggunakan uji T-test menunjukkan Peningkatan MDA plasma yang signifikan (p -value = 0,013) dan kadar antioksidan endogen yang lebih rendah: SOD (p -value $\leq 0,001$) dan GSH (p -value $\leq 0,001$) diamati pada individu lansia dengan hipertensi jika dibandingkan dengan kontrol yang sehat. Meskipun tidak signifikan, ada penurunan rata-rata dalam NOx plasma pada subjek hipertensi daripada yang normotensif. Sementara vitamin C tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan antara dua kelompok. Penurunan GSH ($\beta = -0,398$; p -value = 0,001) dan SOD ($\beta = -0,423$; p -value $\leq 0,001$) adalah penentu signifikan hipertensi pada orang tua.

Penelitian (Lucelia, *et al*, 2016) dengan judul *Anthropometric, functional capacity, and oxidative stress change in brazilian community-living elderly subjects.* Hasil penelitian menggunakan uji *Chi-square* menunjukkan ADL, IADL, berat badan,

ketebalan lipatan kulit dan ingkar betis dari lengan menurun dan rasio pinggang-panggul meningkat dari 2008 hingga 2010. Dalam analisis regresi logistik berganda bertambahnya usia (OR = 1,12; IC: 1,02-1,23; p = 0,02), jenis kelamin wanita (OR = 8,43; IC : 1,23-57,58; p = 0,03), hipertensi (OR = 0,22; IC : 0,06-0,79; p = 0,02), artitis/arthritis (OR = 0,09; IC:0,009-0,87; p = 0,04) dan depresi (OR = 0,20; IC: 0,04 – 1,03; p = 0,05) merupakan faktor resiko independen untuk penurunan fungsional.

Penelitian (Lidia R., *et al*, 2018) dengan judul Hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di puskesmas rawat inap cempaka. Hasil penelitian menggunakan uji *Chi-square* menunjukkan hubungan tingkat stress dengan kejadian hipertensi pada lansia di puskesmas rawat inap Cempaka dengan nilai p-value (p=0,071)

Penelitian (Amanda H., *et al*, 2017) dengan judul Hubungan kualitas tidur dengan tingkat kekambuhan hipertensi pada lansia dikelurahan tlogomas kota malang. Hasil penelitian menggunakan uji spearment rank test menunjukkan lebih dari separuh lansia (60,0%) mengalami kualitas tidur buruk Lebih dari separuh lansia (56,7%) mengalami tingkat kekambuhan hipertensi dengan komplikasi.

Penelitian (Maimuna S., 2019) dengan judul Hubungan tingkat stres dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi dipos lansia amanah desa bero trucuk kabupaten klaten. Hasil penelitian menggunakan uji *Chi-square* menunjukkan lansia berusia 60-74 tahun sebanyak 25 responden (59,5%), jenis kelamin perempuan sebanyak 32 responden (76,2%), pendidikan terakhir Sekolah Dasar (SD) sebanyak 20 responden (47,6%) dan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga sebanyak 20 responden (47,6%) Mayoritas lansia dengan tingkat stres sedang sebanyak 13 responden (31,0%) Mayoritas kualitas hidup lansia rendah sebanyak 24 responden (57,1%) Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat

stres dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi di Pos Lansia Amanah Desa Bero Trucuk Kabupaten Klaten ditandai dengan *p-value* 0.002 (p< 0.05). Ada hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan tingkat kekambuhan hipertensi pada lansia di RW 08 Kelurahan Tlogomas Kota Malang dengan *p-value* = (0,000) < (0,050).

Tabel 4.3 *Primary Resources of Study*

Resour ces typ e	Bo ok	Ord inar y pap er	Review Articles			di se rt ati on
			Rev iew	Syst ema tic revi ew	Met a anal ysis	
Ind one sia	40	50	4	-	-	-
Eng lish	70	95	6	4	6	5
su m	11 0	145	10	4	6	5
Tot al	Indonesia = 94		English = 186		Total = 280	

Tabel 4.5 *The content of hypertension and stress*

Author	Hypertension and stress
Kehler S., <i>et al</i> (2019)	<i>Hypertensive disorders are a common complication of pregnancy in the United States. Although the exact mechanism of hypertensive impairment during pregnancy is unknown, there is evidence of maternal maladaptive inflammatory response. Maternal psychological stress during pregnancy may increase the risk of hypertensive disorders by altering the mother's inflammatory response</i>
Sari T. W., <i>et al</i> (2018)	Stres adalah reaksi fisiologis dan psikologis manusia yang mencoba menyesuaikan diri dengan beban internal dan eksternal serta mengaturnya. Stres jangka panjang dapat menyebabkan perubahan

	yang berbahaya bagi tubuh. stres ringan, stres sedang, dan stres berat merupakan tingkatan stress. Stres sering terjadi pada usia produktif yaitu antara usia 15 dan 64 tahun. Stres mental atau psikososial ialah suatu factor resiko utama terjadinya hipertensi, yang merupakan faktor risiko berbagai penyakit kardiovaskular lainnya
Situmorang F.D., <i>et al</i> (2020)	Stres muncul dari tekanan lingkungan pada seseorang sehingga merangsang reaksi fisik dan psikologis. Stres juga dapat menyebabkan tekanan darah meningkat pada orang dengan tekanan darah tinggi. Reaksi tubuh terhadap stres meliputi sesak napas, berdebar-debar jantungnya, dan berkeringat dingin. stres ringan, stres sedang, dan stres berat merupakan tingkatan stress. Semua usia bisa terkena. Stres dapat memicu hormon adrenalin, membuat jantungnya memompa dengan cepat, yang menyebabkan tekanan darah meningkat. Hipertensi termasuk penyakit yang bahaya dan bisa membuat meninggal secara dini yang meningkat seiring waktu
Setyawan A.B., <i>et al</i> (2017)	Hipertensi ialah tekanan darahnya berkelanjutan dengan tekanan sistolik di atas 140 mmHg dan tekanan diastolik di atas 90 mmHg. Ini terjadi ketika arteriol menyempit, arteriol menyempit, yang menyebabkan darah tidak bisa mengalir dan tekanan dinding arteri meningkat. Hipertensi meningkatkan beban kerja pada jantung dan arteri yang jika terus

	menerus dapat merusak jantung dan pembuluh darah. Juga dipercaya bahwa gangguan tekanan darah pada lansia disebabkan oleh stres seseorang. Hipertensi diakibatkan oleh stress. Saat stress membuat Hormon adrenalin meningkat dan menyebabkan tekanan darah meningkat karena jantung memompa darah dengan cepat. Meski tekanan darah tinggi bukan bagian normal dari penuaan, angka kejadian tekanan darah tinggi pada lansia masih tinggi.
Eka H., dan Mukono J. (2017)	Tekanan darah diklasifikasikan ke dalam kelompok hipertensi bila tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg, dan tekanan darah diklasifikasikan ke dalam kelompok non hipertensi bila tekanan darah $<140/90$ mmHg.
Narega G. O., <i>et al</i> (2017)	High blood pressure is an important medical and public health problem worldwide and is the most common aging disorder. There is increasing evidence in animal studies that vascular oxidative stress is associated with the development of hypertension. There are few studies in hypertensive patients, especially the elderly, and the data are still conflicting. In addition, few studies have studied older people with high blood pressure.
Lucelia P., <i>et al</i> (2016)	Anthropometric parameters [waist, hip, arm and calf circumference; waist-to-hip ratio, triceps thickness and others], baseline (ADL) and daily

	instrumental activity (IADL)) and markers of plasma oxidative stress
Lidia R., <i>et al</i> (2018)	Kecemasan, ketakutan, nyeri, dan stres emosional dapat meningkatkan gairah simpatik dan kemudian meningkatkan detak jantung, curah jantung, dan tekanan darah hingga 30 mmHg. Stres merupakan suatu kondisi dimana seseorang harus mengambil tindakan atau menanggapi. Tekanan darah tinggi adalah tekanan darah tinggi. Pada lansia, jika tekanan darah sistolik > 140 mmHg dan tekanan darah diastolik > 90 mmHg, maka Anda menderita tekanan darah tinggi.
Amanda H., <i>et al</i> (2017)	Pada lansia, permasalahan yang terjadi berupa perubahan fisik seperti penurunan fungsi sel, sistem pendengaran, sistem visual, sistem kardiovaskuler, sistem termoregulasi (suhu tubuh), sistem pernapasan, sistem pencernaan, sistem endokrin, dan sistem kulit. Berotot dan mematikan. Yang sering dialami lansia adalah gangguan tidur, perubahan kebiasaan makan, gaya hidup menetap dan stres, semuanya mempengaruhi berbagai penyakit pada lansia, seperti tekanan darah tinggi.
Maimuna S. (2019)	Banyak orang lanjut usia mengalami stres setelah didiagnosis menderita tekanan darah tinggi. Stres adalah respons tubuh terhadap situasi yang menyebabkan stres, perubahan, dan ketegangan emosional.

	Lansia dengan penyakit kronis menunjukkan stres dan depresi, yang ditunjukkan dengan kesedihan, keputusasaan, pesimisme, perasaan gagal, ketidakpuasan dalam hidup, perasaan lebih buruk dari orang lain, penilaian tubuh yang buruk dan ketidakberdayaan.
--	--

PEMBAHASAN

Hipertensi bisa diartikan tekanan darah yang berkelanjutan dengan tekanan sistolik di atas 140 mmHg dan tekanan diastolik di atas 90 mmHg. Ini terjadi ketika arteriol menyempit, arteriol menyempit, yang drarahya sulit mengalir, dan pada tindig arteri tekanannya meningkat, membuat meningkatnya tekanan darah. Pada penderita hipertensi, melalui saraf simpatis stress bisa terjadi. Saraf yang meningkat dapat meningkatkan tekanan darah, yang menyebabkan stres yang terus-menerus. Hipertensi juga meningkatkan beban kerja pada jantung dan arteri, yang jika terus-menerus dapat merusak jantung dan pembuluh darah. Juga dipercaya bahwa gangguan tekanan darah pada lansia disebabkan oleh stres seseorang. Stres dapat meningkatkan tekanan darah. Hormon adrenalin meningkat saat kita stres dan bisa meningkatkan tekanan darah karena jantungnya memompa dengan cepat.. Meski tekanan darah tinggi bukan bagian normal dari penuaan, angka kejadian tekanan darah tinggi pada lansia masih tinggi (Kehler, *et al*, 2019; Eka, dan Mukono, 2017; Narega, *et al*, 2017; Lucelia, *et al*, 2017; Lidia, *et al*, 2018; Aamanda, *et al*, 2017). Dengan menggunakan uji *Chi-square* didapatkan hasil hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi dengan *p-value* 0.002 ($p < 0.05$) (Sari, *et al*, 2018; Situmorang, *et al*, 2020; Setyawan, 2017; Maimuna, 2019)

Berdasarkan fakta dari review jurnal diatas, yaitu hasil penelitian (Eka, dan Mukono, 2017) menjelaskan bahwa Tekanan darah dikategorikan dalam kelompok hipertensi apabila tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg dan tekanan darah dikategorikan dalam kelompok tidak hipertensi apabila tekanan darah $< 140/90$ mmHg. Penelitian (Situmorang., *et al*, 2020), menjelaskan bahwa Stres terjadi karena adanya tekanan dari lingkungan terhadap seseorang sehingga merangsang reaksi tubuh dan psikis. Stres juga mampu memicu peningkatan tekanan darah pada penderita hipertensi. Penelitian (Maimuna, 2019) menjelaskan bahwa, Banyak lansia yang menderita stres setelah terdiagnosa hipertensi. Stres adalah respons tubuh terhadap situasi yang menyebabkan stres, perubahan, dan ketegangan emosional. Lansia dengan penyakit kronis menunjukkan stres dan depresi yang ditandai dengan kesedihan, keputusasaan, pesimisme, perasaan gagal, ketidakpuasan dalam hidup, perasaan lebih buruk dari orang lain, penilaian tubuh yang buruk dan ketidakberdayaan.

Berdasarkan fenomena yang terjadi, hipertensi menyerang lansia diakibatkan oleh perubahan fisik yang terjadi seiring bertambahnya usia lansia. Hipertensi pada lansia terjadi karena perubahan pada sistem kardiovaskuler pada lansia. Tekanan darah di kategorikan sebagai hipertensi apabila $\geq 140/90$ mmHg. Semakin tinggi tekanan darah maka ndikasi stress pada seseorang akan semakin meningkat, karena stress yang terlalu berlebihan akan mengakibatkan hipertensi. Banyak lansia yang menderita stres setelah terdiagnosa hipertensi. Stress merupakan reaksi tubuh kepada konsisi yang menyebabkan stres, perubahan, dan ketegangan emosional. Penyakit kronis pada lansia menunjukkan stres dan depresi yang ditandai dengan perasaan sedih, putus asa, pesimisme, perasaan gagal, ketidakpuasan dalam hidup, perasaan lebih buruk dari orang lain, evaluasi tubuh yang rendah, dan perasaan tidak berdaya. Perubahan tekanan darah yang terjadi pada lansia dapat menyebabkan stres, reaksi tubuh yang

menyebabkan terjadinya tekanan ialah stress dan hipertensi merupakan salah satu penyebab stres pada lansia.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan 10 jurnal yang sudah direview oleh penulis dalam bab sebelumnya, hingga bisa ditarik kesimpulan bahwa Hipertensi pada lansia terjadi karena perubahan pada sistem kardiovaskuler pada lansia. Tekanan darah di kategorikan sebagai hipertensi apabila $\geq 140/90$ mmHg. Hipertensi menambah beban kerja jantung dan arteri yang bila berlanjut dapat menimbulkan kerusakan jantung dan pembuluh darah. Penyakit tekanan darah pada lansia juga diperkirakan karena tingkat stres yang dialami seseorang, stres dapat meningkatkan tekanan darah. Stres juga mampu memicu peningkatan tekanan darah pada penderita hipertensi. Saat stress hormone adrenalin akan meningkat dan tekanan darahnya juga meningkat karena jantung memompa dengan cepat.

Saran

1. Bagi peneliti selanjutnya
Diharapkan untuk melakukan penelitian lebih dalam lagi tentang faktor-faktor yang mengakibatkan kejadian stress pada lansia
2. Bagi Tenaga Kesehatan
Diharapkan hasil *literature review* ini mampu dijadikan salah satu acuan agar memberikan penyuluhan bagi lansia agar derajat kesehatan tercapai
3. Bagi Lansia
Sebaiknya lansia lebih memperhatikan kesehatan dan enjauhi hal-hal yang berdampak buruk bagi kesehatannya

KEPUSTAKAAN

Amanda, *et al*. (2017). *Hubungan kualitas tidur dengan tingkat kekambuhan hipertensi pada lansia dikelurahan*

- tlogomas kota malang. Nursing News*
Volume 2, Nomor 3, 2017.
- Dewi S. & Familia. (2010). *Hidup Bahagia Bersama Hipertensi*. Jakarta : A plus Book
- Hartanti R.D. (2016). Hubungan Antara Tingkat Stress dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Wonopringgo Pekalongan, *jurnal Research Coloquium*. Program Studi Ners STIKes Muhammadiyah Pekajangan.
- Hawari, Dadang. (2011). *Manajemen Stress Cemas dan Depresi*. Jakarta : FKUI
- Hendra & Mukono. (2017). *The Correlation between Blood Lead Level with Hypertension of Painting Cars Worker in Surabaya*. *Jurnal Kesehatan Lingkungan* Vol. 9, No. 1 Januari 2017: 66–74.
- Kehler, et al. (2019). *Determining Whether Hypertensive Status and Stress Level Are Associated With Inflammatory Markers*. *biological research for Nursing*. Article reuse guidelines: sagepub.com/journals-permissions.
- Lestari T. (2015). *Kumpulan Teori untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Lidia R., Musafaah dan Hafifah I. (2018). *Hubungan Tingkat Stress dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Rawat Inap Cempaka*. *Jurnal keperawatan*. Halaman 1-7
- Lidia, et al. (2018). *Hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di puskesmas rawat inap cempaka*. *Jurnal Keperawatan* : 1-7.
- Lolong, Jill. (2016). Hubungan Kejadian Stress dengan Penyakit Hipertensi pada Lansia di Balai Penyantunan Lanjut Usia Senjah Cerah Kecamatan Mapenget Kota Manado. *E-journal Keperawatan (e-Kp)*. Volume 4 nomor 2. Agustus 2016. Universitas Sam Ratulangi Manado
- Lovibond, SH., dan Lovibond , P.F. (1995). *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales*. The Psychology Foundation of Australia Inc.
- Lucelia, et al. (2016). *Anthropometric, functional capacity, and oxidative stres change in brazilian community-living elderly subjects*. P.L. Moreira et al. / *Archives of Gerontology and Geriatrics* 66 (2016) 140–146.
- Maimuna S. (2019). *Hubungan tingkat stres dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi dipos lansia amanah desa bero trucuk kabupaten klaten*. *Jurnal keperawatan*.
- Manurung, Nixon. (2016). *Terapi Reminiscence*. Jakarta : CV Trans Info Media.
- Narega, et al. (2017). *Elevation of oxidative stress and decline in endogenous antioxidant defense in elderly individuals with hypertension*. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*. 2017 Jul, Vol-11(7): BC09-BC12.
- Padilla. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Potter A., & Perry AG. (2015). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses, dan Praktik*. 4th ed. EGC : Jakarta.
- Ramdani, H.T., Rilla E. V., Yuningsih W. (2017). Hubungan Tingkat Stress dengan Kejadian Hipertensi pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Aisyah*. volume 4. Nomor 2. Halaman 37-45.
- Rizki E. (2017). *Hubungan antara Kejadian stress dengan Kejadian Hipertensi pada Dewasa Awal di Dusun Bendo Desa Trimurti*

Srandakan Bantul Yogyakarta. Jurnal Keperawatan.

Sari, *et al.* (2018). *The correlation between stress levels and hypertension of outpatient patient in sidomulya health center pekanbaru city. Collaborative Medical Journal (CMJ)* , Vol 1 No 3. Halaman 55-65.

Seke P.A., Bidjuni H.J., dan Lolong J. (2016). Hubungan Kejadian Stress dengan Penyakit Hipertensi pada Lansia di Balai Penyantunan Lanjut Usia Senjah Cerah Kecamatan Mapenget Kota Manado. *E-Journal Keperawatan*. Volume 4. Nomor 2. Halaman 1-5.

Setyawan. (2017). *Relationship between stress level and anxiety with hypertension incidence to elderly on islamic center samarinda. JURNAL ILMU KESEHATAN* , VOL. 5 NO. 1, hal. 67-75.

Situmorang, *et al.* (2020). Hubungan tingkat stres dengan hipertensi pada anggota prolanis diwilayah kerja puskesmas parangpong. *Klabat journal of nursing*. Vol. 2, No. 1. Halaman 11 – 18.

Yanita, S. (2017). *Berdamai dengan Hipertensi*. Jakarta : Bumi Medika

Yekti & Ari W. (2016). *Cara Jitu Mengatasi Asam Urat*. Yogyakarta : Ralpa Publishing.

Yosep, Iyus., Sutini, Titin. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa (Advance Mental Health Nursing)*. Bandung : Refika Aditama.