

BAB IV

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan tanggal 20 Mei s/d 29 Mei 2019, dengan jumlah responden sebanyak 55 lansia di Puskesmas Kampa. Data yang diambil pada penelitian ini yaitu tingkat stres (variabel independen) yang berhubungan dengan tekanan darah pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Kampa (variabel dependen) yang diukur menggunakan kuisioner dan tensimeter. Dari penyebaran kuisioner dan pengukuran tekanan darah, didapat hasil sebagai berikut:

A. Analisa Univariat

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 4.1: Distribusi Frekuensi Lansia Berdasarkan Usia di Wilayah Kerja Puskesmas Kampa Tahun 2019

No	Usia (Tahun)	Frekuensi	Persentase (%)
1	60-74	44	80
2	75-90	11	20
	Total	55	100

Sumber: Penyebaran Kuisioner

Dari table 4.1 di atas dapat dilihat bahwa lansia yang berobat ke Puskesmas Kampa sebagian besar pada rentang umur 60-74 tahun yaitu 44 orang (80%).

2. Karakteristi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4.2: Distribusi Frekuensi Lansia Berdasarkan Jenis Kelamin di Wilayah Kerja Puskesmas Kampa Tahun 2019

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
1	Laki-Laki	12	21.8
2	Perempuan	43	78.2
Total		55	100

Sumber:Penyebaran Kuisisioner

Dari table 4.2 di atas dapat dilihat lansia yang berobat ke Puskesmas Kampa sebagian besar berjenis kelamin perempuan yaitu 43 orang (78.2%).

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Tabel 4.3: Distribusi Frekuensi Lansia Berdasarkan Pekerjaan di Wilayah Kerja Puskesmas Kampa Tahun 2019

No	Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Pegawai Swasta	5	9.1
2	Pedagang	7	12.7
3	Petani	6	10.9
4	Ibu Rumah Tangga	23	41.8
5	Pensiunan PNS	14	25.5
Total		55	100

Sumber:Penyebaran Kuisisioner

Dari table 4.3 di atas dapat dilihat bahwa lansia yang berobat ke Puskesmas Kampa yang terbanyak adalah dari kalangan ibu rumah tangga yaitu 23 orang (41.8%).

4. Tingkat Stres Pada Responden

Tabel 4.4: Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kampa Tahun 2019

No	Tingkat Stres	Frekuensi	Persentase (%)
1	Ringan	17	30.9
2	Sedang	25	45.5
3	Berat	13	23.6
	Total	55	100

Sumber:Penyebaran Kuisioner

Dari table 4.4 di atas didapat bahwa tingkat stres pada lansia yang berobat ke Puskesmas Kampa yang terbanyak berada pada rentang tingkat stres sedang yaitu 25 orang (45.5%).

5. Frekuensi Tekanan Darah Pada Responden

Tabel 4.5 : Distribusi Frekuensi Tekanan Darah Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kampa Tahun 2019

No	Tekanan Darah	Frekuensi	Persentase (%)
1	Normal	21	38.2
2	Tidak Normal	34	61.8
	Total	55	100

Sumber: Pengukuran Tekanan Darah

Dari table 4.5 di atas didapat bahwa frekuensi tekanan darah pada lansia yang berobat ke Puskesmas Kampa sebagian besar berada pada kategori tidak normal yaitu 34 orang (61.8%).

B. Analisa Bivariat

Tabel 4.6: Hasil Analisa Hubungan Stres Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kampa Tahun 2019

No	Tingkat Stres	Tekanan Darah				Total		P Value	OR
		Normal		Tidak Normal		N	%		
		N	%	N	%				
1	Ringan	13	76.5	4	23.5	17	100	0,000	4.12
2	Sedang	5	20	20	80	25	100		
3	Berat	3	23.1	10	76.9	13	100		
Total		21	38.2	34	61.8	55	100		

Dari tabel 4.6 di atas diketahui hasil tabulasi silang (*crosstabs*) antara stres terhadap tekanan darah pada lansia menunjukkan bahwa dari 17 responden (100%) dengan tingkat stres ringan, 4 diantaranya (23.5%) memiliki tekanan darah tidak normal, dari 25 responden (100%) dengan tingkat stres sedang, 5 diantaranya (20%) memiliki tekanan darah normal, dan dari 13 responden (100%) dengan tingkat stres berat, 3 diantaranya (23.1%) memiliki tekanan darah normal.

Hasil analisa statistik diperoleh nilai signifikan $p\ value = 0.000$ ($p\ value \leq \alpha 0.05$). Hal ini dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres terhadap tekanan darah pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Kampa dengan nilai $OR = 4.12$ dapat disimpulkan bahwa lansia yang mengalami stres khususnya stres sedang beresiko 4.12 kali lipat memicu tekanan darah tidak normal dari pada lansia mengalami stres ringan.

BAB V

PEMBAHASAN

A. Pembahasan Hasil Penelitian

Dari hasil penelitian hubungan stres terhadap tekanan darah pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Kampa, didapat bahwa dari 17 responden yang mengalami stres ringan, 4 diantaranya memiliki tekanan darah yang tidak normal. Pada dasarnya stres ringan tidak merusak aspek fisiologi tubuh, sehingga tidak akan berpengaruh pada tekanan darah. Menurut asumsi peneliti, naiknya tekanan darah pada lansia ini bukan hanya disebabkan oleh stres, jenis kelamin juga dapat meningkatkan risiko terjadinya hipertensi. Hal ini didukung dengan hasil penelitian yang didapat dimana karakteristik lansia yang berobat ke Puskesmas Kampa berdasarkan jenis kelamin yang terbanyak adalah wanita. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Hafiz dkk (2016) dimana dalam hasil penelitiannya didapat lansia yang berjenis kelamin wanita lebih banyak mengalami tekanan darah tinggi dibanding pria.

Pada usia 55 tahun ke atas, wanita lebih beresiko terkena tekanan darah tinggi akibat proses menopause (Depkes RI, 2002, dalam Manuntung, 2018). Pada proses menopause, terjadi penurunan produksi hormone estrogen secara drastis. Menurunnya kadar hormon estrogen dan progesterone di dalam tubuh

menyebabkan kelenjar hipotalamus dan kelenjar pituitary berusaha untuk mengoreksi keadaan ini dengan menaikkan produksi FSH dan LH. Akibat dari produksi FSH dan LH yang berlebihan di dalam tubuh menyebabkan terganggunya metabolisme tubuh. Berkurangnya hormone estrogen di dalam tubuh juga menimbulkan kecenderungan menurunnya kadar HDL (*High Density Lipoprotein*) dan meningkatnya kadar LDL (*Low Density Lipoprotein*) dan kolesterol total dalam darah yang dapat menaikkan risiko terjadinya hipertensi, penyakit jantung coroner dan stroke (Wirakusumah, 2004).

Dari hasil penelitian diketahui bahwa total lansia yang mengalami stres sedang sebanyak 25 responden dimana 5 diantaranya memiliki tekanan darah normal. Menurut asumsi peneliti, lansia yang mengalami stres sedang namun memiliki tekanan darah normal disebabkan karena walaupun fungsi kognitif lansia tersebut mengalami penurunan, namun penurunan fungsi tersebut masih bisa dikontrol sehingga menekan terjadinya stres dan dapat menurunkan terjadinya kenaikan tekanan darah akibat stres tersebut. Hal ini didukung dari hasil penelitian yaitu lansia yang berobat ke puskesmas kampa sebagian besar berusia antara 60-74 tahun (*elderly*).

Hal ini sejalan dengan penelitian Zulsita (2011), dimana dalam hasil penelitiannya didapat bahwa penurunan fungsi kognitif pada kelompok umur 75-90 tahun (*old*) lebih tinggi dari pada kelompok umur 60-74 tahun (*elderly*). Penurunan kognitif pada manusia terjadi saat memasuki usia 50 tahun (Wirarno, 2015). Suatu penelitian yang mengukur kognitif pada lansia menunjukkan skor

di bawah cut off skrining adalah sebesar 16% pada kelompok umur 65-69, 21% pada 70-74, 30% pada 75-79, dan 44% pada 80+. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan positif antara usia dan penurunan fungsi kognitif (Scanlan et al, 2007).

Walaupun lansia mengalami penurunan kognitif yang menyebabkan kesulitan dalam mengingat sesuatu dan memecahkan suatu masalah yang dapat memicu terjadinya stres, namun dengan mengasah otak seperti memperbanyak membaca, bermain teka teki serta berolahraga secara teratur, dapat menjaga fungsi kognitif di usia tua sehingga dapat mengontrol stres yang dialami dan mencegah terjadinya peningkatan tekanan darah (Dokter Sehat, 2018).

Dari hasil penelitian didapat bahwa dari 13 lansia yang mengalami stress berat, 3 diantaranya memiliki tekanan darah normal. Menurut asumsi peneliti, lansia yang mengalami stress berat namun dapat mengontrol tekanan darahnya kemungkinan dikarenakan lansia tersebut banyak memiliki waktu luang dimana dari hasil penelitian didapat bahwa lansia yang berobat ke Puskesmas Kampa terbanyak berasal dari kalangan ibu rumah tangga. Banyaknya waktu luang yang dimiliki oleh lansia ini dimanfaatkan untuk melakukan aktivitas atau kegiatan-kegiatan yang bersifat positif yaitu mengisi waktu kosong dengan berzikir dan berdoa, ataupun berkumpul di suatu pengajian yang diadakan di masjid tempat tinggal mereka.

Hal ini sejalan dengan penelitian Kolibu dan Angela (2018), dimana sebagian besar lansia yang tidak bekerja tidak mengalami hipertensi. Seseorang

yang mengisi waktu luangnya dengan menemukan kegiatan atau kebiasaan yang positif seperti berolahraga, memperbanyak berzikir dan beryukur, serta mengikuti kegiatan-kegiatan di lingkungan tempat tinggal dapat mengurangi beban psikologis yang dialami oleh seseorang (Rajab dkk, 2018),

Dukungan sosial yang didapat lansia juga sangat berperan penting dalam mengatasi stres pada lansia. Dengan adanya dukungan sosial dari keluarga, dapat membantu dalam meringankan beban yang dipendam pada diri seseorang. Dukungan sosial yang tinggi akan mempercepat pemecahan masalah yang dihadapi seseorang, sehingga beban pikiran yang selama ini dipendam berkurang dan mengurangi dampak stres terhadap fisiologi tubuh terutama kenaikan tekanan darah (Pudjiastuti & Utomo, 2003).

Hasil analisa statistik yang diperoleh yaitu $p\text{ value} = 0.000$ ($p\text{ value} < \alpha$ (0.05)), yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres khususnya stres sedang terhadap tekanan darah pada lansia dimana lansia yang mengalami stres beresiko 4.12 kali lipat memicu kenaikan pada tekanan darah.

Untuk menanggulangi stres sehingga tidak menimbulkan kenaikan tekanan darah pada lansia, sebaiknya lansia melakukan manajemen stres yang dialami yaitu dengan cara melakukan gaya hidup yang sehat seperti berolahraga, istirahat secukupnya, menyesuaikan diri dengan lingkungan, bersosialisasi dengan tetangga, menceritakan masalah yang dihadapi pada orang yang dipercaya seperti keluarga dan teman sejawat, pertahankan selera humor, dan memanfaatkan

waktu luang dengan melakukan aktivitas atau kegiatan yang positif serta berpartisipasi dalam aktivitas kelompok (Tamher dan Noorkasiani, 2009).

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pada hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar lansia yang berobat ke Puskesmas Kampa memiliki tingkat stres sedang sebanyak 25 responden.
2. Sebagian besar lansia yang berobat ke Puskesmas Kampa memiliki tekanan darah tidak normal sebanyak 34 responden.
3. Terdapat hubungan stres khususnya stres sedang terhadap tekanan darah pada lansia di wilayah Puskesmas Kampa dengan nilai signifikan $p\ value=$ 0.000 dan nilai OR = 4.12 dimana lansia yang mengalami stres sedang beresiko 4.12 kali lipat memiliki tekanan darah tidak normal dibanding dengan lansia yang mengalami stres ringan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi responden (Lansia)

Bagi lansia khususnya yang berobat di wilayah kerja Puskesmas Kampa diharapkan dapat menghindari faktor risiko kenaikan tekanan darah

khususnya stres dengan melakukan manajemen stres dengan cara merubah gaya hidup menjadi lebih baik, berinteraksi dengan lingkungan sekitar, curhat pada keluarga, mencari aktivitas atau hobi baru yang bermanfaat seperti perbanyak berzikir serta mengikuti pengajian, dan lain-lain.

2. Puskesmas Kampa

Bagi petugas kesehatan diharapkan dapat memberikan penyuluhan kepada lansia terkait stres, gejala stres, penyebab stres, dan dampak stres bagi tubuh yang salah satunya yaitu peningkatan tekanan darah, dan cara menanggulangi stres.

3. Penelitian Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melanjutkan penelitian dengan meneliti faktor-faktor penyebab stres pada lansia dan diharapkan hasil yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Alodokter. (2019). *Hipotensi*. <https://www.alodokter.com/hipotensi>. 04 Juli 2019.
- Baradero, Mary, Mary Wilfrid Dayrit dan Yakobus Siswadi. (2005). *Klien Gangguan Kardiovaskular: Seri Asuhan Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Bhat,R.M., Sameer,M.K., Ganaraja,B. (2011). *Eustress in Education: Analysis of the Perceived Stress Score (PSS) and Blood Pressure (BP) during Examinations in Medical Students. J. Clinical and Diagnostic Research, 5(7):331-1335*.
- Black, Joyce.M, Jane Hokanson Hawks. (2009). *Keperawatan Medikal Bedah: Manajemen Klinis Untuk Hasil yang Diharapkan*. Edisi 2. Singapore: ELSEVIER.
- Cohen, Sheldon. (1994). *Perceived Stress Scale*. www.mindgarden.com. 11 Mei 2019.
- Dalimartha, Setiawan, Basuri T. Purnama, Nora Sutarina, Mahendra dan Rahmat Darmawan. (2008). *Care Your Self: Hipertensi*. Jakarta: Penebar Plus.
- DiGiulio, Mary, Donna Jacson dan Jim Keogh. (2007). *Medical Surgical Nursing*. New York: The MCGraw-Hill Companies, inC
- Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar. (2018). *Profil Kesehatan Kabupaten Kampar Tahun 2018*.
- Disabled World. (2017). *Blood Pressure Chart: Low, Normal, High Reading by Age*. <https://www.disabled-world.com/calculators-ccharts/bloodpressurechart.php>. 14 Mei 2019.
- DokterSehat. (2018). *Adakah Cara Mencegah Penurunan Fungsi Kognitif*. <https://doktersehat.com/>. 06 Juli 2019.
- Efendi, Ferry dan Makhfudli. (2009). *Keperawatan Kesehatan Komunitas Teori dan Praktik Dalam Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Fitrah, Muh, dan Luthfiyah. (2017). *Metodologi Penelitian; Penelitian Kualitatif, Tindakan Kelas & Studi Kasus*. Sukabumi: CV Jejak.

- Hafiz, Muhammad, Wayan Weta dan Ni Luh Ketut Ayu Ratnawati. (2016). *Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Kelompok Umur Lanjut Usia di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Petang I Kabupaten Badung Tahun 2016*. E-Jurnal Media, 5(7), hal 1-23.
- Hartono, LA. (2007). *Stres & Stroke*. Yogyakarta: KANISIUS.
- Hidayat, A. Aziz Alimur. (2012). *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Edisi 2. Jakarta: Salemba Medika.
- Kolibu, Febi dan Angela Kalesaran. (2018). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Terjadinya Hipertensi pada Masyarakat Desa Tempok Selatan Kecamatan Tompaso Kabupaten Minahasa*. Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi. 7(1), hal 25-30.
- Manuntung, Alfeus. (2018). *Terapi Perilaku Kognitif pada Pasien Hipertensi*. Malang: Wineka Media.
- Maryam, R. Siti Dkk. (2008). *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Muhith, Abdul dan Sandu Siyoto. (2016). *Pendidikan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Penerbit ANDI.
- Muttaqin, Arif. (2009). *Pengantar Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular*. Jakarta: Salemba Medika.
- Notoadmodjo, Soekidjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Novitaningtyas, Tri. (2014). *Hubungan Karakteristik dan Ktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Lansia di Kelurahan MakamHaji Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo*. Skripsi. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta. <http://eprints.ums.ac.id/29084/>
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.

- Pramana, Kadek Devi, Okatiranti dan Tita Puspita Ningrum. (2016). *Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kejadian Hipertensi Di Panti Sosial Tresna Werdha Senjarawi Bandung*. 4(2). Hal 116-128.
- Priyoto. (2016). *Hubungan Depresi dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Unit Pelaksanaan Teknis Pelayanan Sosial Lanjut Usia Kecamatan Selosari Kabupaten Magetan*. STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun. <http://jurnal.bhmm.ac.id/index.php/jurkes/article/view/25>. 23 April 2019.
- Pudjiastutu, Sri Surini dan Budi Utomo. (2003). *Fisioterapi pada Lansia*. Jakarta: EGC.
- Rajab, Wahyudin, Yudhia Ffratidhina, dan Fauziah. (2018). *Konsep Dasar Keterampilan Kebidanan*. Malang: WINEKA MEDIA.
- Rasmun. (2004). *Pengertian Stres, Sumber Stress dan Sifat Stresor. Dalam: Stres, Koping, dan Adaptasi Edisike-1*. Jakarta: Sagung Seto.
- Riskesda. (2018). Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar. [www .depkes.go.id /resources](http://www.depkkes.go.id/resources). 24 Maret 2019.
- Rizky, Evita. (2017). *Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi Pada Dewasa Awal di Dusun Bendo Desa Trimurti Srandakan Bantul Yogyakarta*. Skripsi. Yogyakarta: Universitas Alma Ata Yogyakarta.
- Scanlan, J.M., Binkin, N., Michieletto, F., Lessig, M., Zuhr, E., and Borson, S.(2007). *Cognitive Impairmen, Chronic Disease Burden, and Functional Disability: A Population Study of Older Italians*. The American Journal of Geriatric Psychiatry, 2007; 15, 8; 716. [https:// www.ncbi.nlm.nih.gov/ pubmed/ 17567931](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17567931)
- Tamher, S, dan Noorkasiani. (2009). *Kesehatan Lanjut Usia dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Udjianti, Wajan Juni. (2010). *Keperawatan Kardiovaskular*. Jakarta: Salemba Medika.
- Wikipedia. (2019). *Tekanan Darah*. https://id.wikipedia.org/wiki/Tekanan_darah. 01 April 2019. 15:30 WIB.

- Wirakusumah, Emma S. (2004). *Sehat, Cantik, Dan Bahagia di Massa Menopause*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Wirarno, Wida Wirarno, dan Driando Ahnan Winarno. (2015). *Telomer: Membalik Proses Penuaan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- World Health Organization. (2011). *World Health Report 2011 South East Asia*. <https://www.who.int/>. 27 Maret 2019.
- _____. (2013). *A Global Brief on Hypertension*. <https://www.who.int/> 24 Maret 2019.
- Yosep, Iyus. (2011). *Keperawatan Jiwa (Edisi Revisi)*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Zulsita, Arni. (2011). *Gambaran Kognitif Pada Lansia di RSUP H. Adam Malik Medan dan Puskesmas Petisah Medan*. Skripsi. Medan: Univesitas Sumatera Utara.