

**GAMBARAN TINGKAT STRES PADA LANSIA  
YANG MENDERITA HIPERTENSI  
DI GANDU SENDANG TIRTO  
BERBAH SLEMAN  
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



Disusun Oleh :  
**HANTRINI HILMI**  
201010201085

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2014**

**GAMBARAN TINGKAT STRES PADA LANSIA  
YANG MENDERITA HIPERTENSI  
DI GANDU SENDANG TIRTO  
BERBAH SLEMAN  
YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan Pada  
Program Pendidikan Ners-Program Studi Ilmu Keperawatan  
Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah  
Yogyakarta



**Disusun Oleh :  
HANTRINI HILMI  
201010201085**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2014**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**GAMBARAN TINGKAT STRES PADA LANSIA YANG  
MENDERITA HIPETENSI DI GANDU SENDANG  
TIRTO BERBAH SLEMAN YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**

**Disusun Oleh :  
HANTRINI HILMI  
201010201085**

Telah Disetujui Oleh Pembimbing  
Pada tanggal :

Oleh

Dosen Pembimbing :

  
Drs. Kimantoro, SKM., M.Kes.

# GAMBARAN TINGKAT STRES PADA LANSIA YANG MENDERITA HIPERTENSI DI GANDU SENDANG TIRTO BERBAH SLEMAN YOGYAKARTA<sup>1</sup>

Hantrini Hilmi<sup>2</sup>, Kirnantoro<sup>3</sup>

## INTISARI

**Tujuan penelitian:** Untuk mengetahui gambaran tingkat stress pada lansia yang menderita hipertensi di Gandu Sendang Tirto Berbah Sleman Yogyakarta.

**Metode penelitian:** penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, dengan pendekatan *cross sectional*, sampel dalam penelitian ini adalah penduduk Dusun Gadingan Sendang Ttirto Berbah Sleman Yogyakarta dengan kriteria berusia 60-74 tahun yang berjumlah 53 orang. teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner, analisis data menggunakan *run test*.

**Hasil penelitian:** Tingkat stress mayoritas berada pada tingkat stress sedang yaitu 27 orang (50,9%) responden, tingkat stress paling sedikit berada pada kategori tingkat stress ringan yaitu 3 orang (5,7%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat stress masyarakat Dusun Gandu Sendang Tirto Berbah Sleman Yogyakarta 2014 dalam kategori sedang.

Kata kunci : Tingkat Stres, Hipertensi, lansia

Daftar pustaka : 20 buku (2004-2011), 2 jurnal, 3 internet

Halaman : xiii, 48 halaman, 6 tabel, 1 gambar, 10 lampiran

---

<sup>1</sup> Judul skripsi

<sup>2</sup> Mahasiswa program Studi Ilmu Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

<sup>3</sup> Dosen POLTEKES Kementerian kesehatan Republik Indonesia Yogyakarta

# PROFILE OF STRESS LEVELS IN THE ELDERLY WITH HYPERTENSION AT GANDU SENDANG TIRTO BREBAH SLEMAN YOGYAKARTA<sup>1</sup>

Hantrini Hilmi<sup>2</sup>, Kirnantoro<sup>3</sup>

## ABSTRACT

**Objective of Research:** This research is aimed at identifying the profile of stress levels in the elderly with hypertension at Gandu, Sendang Tirto, Brebah, Sleman, Yogyakarta.

**Methods of Research:** This research belongs to a descriptive research with cross sectional approach. The samples of this study were residents of Gandu Hamlet, Sendang Tirto, Brebah, Sleman, Yogyakarta consisting of 53 people aged 60-74 years old. The sampling technique was purposive sampling. Data were collected using questionnaires and analyzed data using the run test.

**Results of Research:** The most stress level was at moderate stress levels in 27 respondents (50.9%), while the least stress level was at the mild stress level in 3 respondents (5.7%). The research results indicated that the stress level of people at Gandu Hamlet, Sendang Tirto, Brebah, Sleman, Yogyakarta in 2014 belonged to moderate category.

Key words: Stress Levels, Hypertension, The Elderly

Bibliography: 20 books (2004-2011), 2 journals, 3 internet articles

Pages: xiii, 48 pages, 6 tables, 1 figure, 10 appendices

---

<sup>1</sup> Title of Bachelor Thesis

<sup>1</sup> Student, Department of Nursing Science STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

<sup>1</sup> Faculty Member, POLTEKES Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Yogyakarta

## PENDAHULUAN

Tingginya insidensi stres di Indonesia juga merupakan alasan mengapa stres harus diprioritaskan penanganannya sebab pada tahun 2008 tercatat sekitar 40% dari total penduduk Indonesia mengalami gangguan mental atau stres. Tingginya tingkat stres umumnya diakibatkan oleh tekanan ekonomi 13,33% penduduk Indonesia dengan pengeluaran perbulan dibawah Rp 211.726,00 (Depkes, 2009).

Sebagai akibat dari ketidakmampuan tersebut, ada beberapa penyakit fisik yang ditemukan dari stres itu sendiri yang mana penyakit ini dibidang cukup berefek terhadap kelangsungan kehidupan manusia. Dampak stres sistemik karena hampir seluruh tubuh dapat terganggu akibat dari stres. Berikut ini beberapa penyakit yang ditimbulkan dari dampak stress terhadap sistem organ tubuh: sistem pernafasan (gastrointestinal), sistem pernafasan (respirasi), sistem integument (kulit), sistem muskulo skeletal (pergerakan), sistem metabolik, sistem kardiovaskuler

Stres merupakan suatu yang tidak terpisahkan dari kehidupan manusia, stres seperti merupakan bagian dari kehidupan itu sendiri. Semua manusia bisa mengalami stres. Looker dan Gregson (2004) mengemukakan pendapat bahwa stres yang dialami individu dapat berpengaruh positif dan negatif. Pengaruh positif yaitu mendorong individu untuk membangkitkan kesadaran dan menghasilkan pengalaman baru, sedangkan pengaruh negative yaitu menimbulkan perasaan-perasaan cemas, khawatir, gelisah, frustrasi, tidak percaya diri, marah atau depresi.

Hipertensi bila tidak ditangani secara baik dalam jangka waktu yang panjang maka akan berdampak pada timbulnya penyakit lain. Komplikasi penyakit hipertensi sangat berbahaya bagi tubuh kita dan mempersulit proses kesembuhan hipertensi. komplikasinya meliputi kerusakan pada otak, pada jantung, pada ginjal, dan kerusakan pada mata atau mengalami kebutaan permanen. (Sukmono, 2009).

Berdasarkan data tahun 2006 penduduk lansia di Indonesia sebesar 19 juta jiwa dengan usia harapan hidup 66,2 tahun, tahun 2020 jumlah lansia diperkirakan sebesar 28,8 juta jiwa dengan usia harapan hidup 71,1 tahun (Menkokesra, 2007)

Di Indonesia banyak penderita hipertensi diperkirakan sebanyak 15 juta orang. Prevalensi 6-15% pada orang dewasa, 50% diantaranya tidak menyadari sebagai penderita hipertensi sehingga mereka cenderung untuk menjadi hipertensi berat karena mereka tidak menghindari dan mengetahui faktor risikonya, dan 90% merupakan hipertensi esensial. (Amiruddin, 2007).

Hipertensi bila tidak ditangani secara baik dalam jangka waktu yang panjang maka akan berdampak pada timbulnya penyakit lain. Komplikasi penyakit hipertensi sangat berbahaya bagi tubuh kita dan mempersulit proses kesembuhan hipertensi. komplikasinya meliputi kerusakan pada otak, pada jantung, pada ginjal, dan kerusakan pada mata atau mengalami kebutaan permanen. (Sukmono, 2009).

Ayat al-quran yang terkait dalam penelitian ini adalah surat al-baqarah ayat 55 yang artinya dan (ingatlah) ketika kamu berkata, "Hai Musa, kami tidak akan beriman kepadamu sebelum kami melihat Allah dengan terang, karena itu kamu disambar halilintar supaya kamu bersyukur.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di puskesmas gandu Sendang Tirto Berbah Sleman Yogyakarta tahun 2013 tercatat jumlah hipertensi sebanyak 490 orang. Dari hasil wawancara terdapat sekitar 70 orang yang menderita hipertensi. Jumlah penduduk di gandu Sendang Tirto Berbah Sleman Yogyakarta

tercatat sebanyak 1464 orang, dengan jumlah penduduk laki-laki sebanyak 693 orang dan jumlah penduduk wanita sebanyak 771 orang. Dari hasil studi pendahuluan di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai gambaran tingkat stres pada lansia yang menderita hipertensi di Gandu Sendang Tirto Berbah Sleman Yogyakarta.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian *deskriptif*, menurut Sugyiono (2007) penelitian deskriptif adalah penelitian yang berfungsi untuk mendeskripsikan atau memberi gambaran terhadap objek yang diteliti melalui data sampel atau populasi sebagaimana adanya. Pendekatan waktu yang digunakan adalah *cross sectional* yaitu suatu pengambilan data yang dilakukan pada waktu yang sama dengan subjek yang berbeda (Arikunto, 2006)

Populasi dalam penelitian ini menggunakan kriteria inklusi antara lain seluruh lansia yang tinggal di Gandu Sendang Tirto Berbah Sleman Yogyakarta, lansia yang berusia 60-74 tahun, lansia yang menderita hipertensi yang berjumlah 70 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling* diperoleh sampel sebanyak 53 orang.

Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner untuk mengetahui tingkat stress. Jawaban ditulis pada kolom jawaban yang tersedia. Jenis kuesioner adalah pertanyaan tertutup pada setiap pertanyaan sudah disediakan jawaban sehingga responden tinggal memilih jawaban yang sudah tersedia.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan menggunakan Run Test (Sugyiono, 2010)

## HASIL PENELITIAN

Penelitian ini di Dusun Gandu Desa Sendangtirto kecamatan Berbah, Kabupaten Sleman yang terdiri dari 8 RT yaitu : RT. 01, 02, 03, 04, 05, 06, 07, dan 08. Penelitian ini dilakukan pada 8 RT yaitu : RT 1,2,3,4,5,6,7, dan 8. Dalam RW 06, 07 dan 08. Lokasi penelitian ini terletak di Kecamatan Berbah. Kecamatan Berbah berada disebelah selatan dari ibu Kota Bantul. Di Kecamatan Berbah terdapat empat desa yaitu : desa Tegaltirto, Sendangtirto, Kalitirto, Tanjungtirto. Di Dusun Gandu, Sendangtirto, Berbah, Sleman, Yogyakarta tahun 2013 tercatat jumlah penduduk sebanyak 1536 orang, jumlah penduduk yang berusia 60-74 tahun sebanyak 120 orang, sedangkan jumlah penduduk yang berusia 60-75 tahun pada masing-masing RW sebanyak berapa 40 orang.

Responden dalam penelitian ini adalah yang tinggal di Dusun Gandu, Desa Sendangtirto, Kecamatan Berbah, Kabupaten Sleman dengan rentang usia 60-74 tahun berjumlah 120 orang.

Karakteristik responden dalam penelitian ini berdasarkan jenis kelamin, usia, pendidikan dan pekerjaan responden, dan status pernikahan.

Tabel 4.1 Distribusi frekwensi usia responden Gandu Sendang Tirto Berbah Sleman Yogyakarta

Kelompok Umur	Frekuensi	Persentase (%)
60-64	27	50,9
65-69	15	28,3
70-74	11	20,8
<b>Total</b>	<b>53</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 4.1 sebagian besar responden berusia 60-64 tahun sebanyak 27 orang (50,9%) sedangkan yang paling sedikit usia 70-74 tahun sebanyak 11 orang (20.8%).

Tabel 4.2 Distribusi frekuensi jenis kelamin responden di Dusun Gnadu Sendang Tirto Berbah Sleman Yogyakarta

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Perempuan	38	71,7
Laki-laki	15	28,3
<b>Total</b>	<b>53</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 4.2 sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 38 orang (71.9%) sedangkan yang paling sedikit berjenis kelamin laki-laki sebanyak 15 orang (20.8%).

Tabel 4.3 Distribusi frekuensi pekerjaan responden di Dusun Gandu Sendang Tirto Berbah Sleman Yogyakarta

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase
IRT	33	62,3
PNS	4	7,5
Swasta	3	5,7
Wiraswasta	2	3,8
Buruh	1	1,9
Tani	10	18,9
<b>TOTAL</b>	<b>53</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 4.3 sebagian besar responden bekerja sebagai IRT sebanyak 33 orang (62.3%) sedangkan yang paling sedikit bekerja sebagai buruh sebanyak 1 orang (1.9%).

Tabel 4.4 Distribusi frekwensi pendidikan responden di Dusun Gandu Sendang Tirto Berbah Sleman Yogyakarta

Pendidikan	Frekuensi	Persentase
SD	42	79,2
SMP	5	9,4
SMA	2	3,8
S1	4	7,5
<b>Total</b>	<b>53</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 4.4 sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan SD sebanyak 42 orang (79.2%) sedangkan yang paling sedikit berada pada tingkat pendidikan SMA sebanyak 2 orang (3.8%).

Tabel 4.5 Distribusi frekwensi status pernikahan responden di Dusun Gandu Senang Tirto Berbah Sleman Yogyakarta

Status Pernikahan	Frekuensi	Persentase (%)
Menikah	40	75,5
Janda	11	20,8
Duda	2	3,8
<b>Total</b>	<b>53</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 4.5 sebagian besar responden menikah sebanyak 40 orang (75.5%) sedangkan yang paling sedikit berada pada status duda sebanyak 2 orang (3.8%).

## HASIL PENELITIAN

### ANALISIS RUN TEST

Tabel 4.6 Distribusi frekwensi kategori tingkat stres responden di Dusun Gandu Sendang Tirto Berbah Sleman Yogyakarta

<b>Tingkatan</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase (%)</b>
Ringan	3	5,7
Sedang	27	50,9
Berat	23	43,4
<b>Total</b>	<b>53</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 4.6 kategori tingkat stress responden berada pada tingkat stres sedang sebanyak 27 orang (50.9%) sedangkan yang paling sedikit berada pada tingkat stres ringan sebanyak 3 orang (5.7%).

Tabel 4.7 Distribusi frekwensi tingkat stress berdasarkan jenis kelamin di Dusun Gandu Sendang Tirto Berbah Sleman Yogyakarta.

	<b>Tingkat stres</b>			<b>frekuensi</b>	<b>Persentase(%)</b>
	Ringan	Sedang	Berat		
<b>Laki-laki</b>	3	7	5	15	28.3
<b>Perempuan</b>	0	20	18	38	71.7

Berdasarkan tabel 4.7 tingkat stres berdasarkan jenis kelamin sebagian besar tingkat stres jenis kelamin laki-laki berada pada tingkat stres sedang sebanyak 7 orang dan yang paling sedikit berada pada tingkat stres ringan sebanyak 3 orang dan untuk jenis kelamin perempuan sebagian besar pada tingkat stres sedang sebanyak 20 orang.

Tabel 4.8 Distribusi frekwensi tingkat stress berdasarkan pendidikan di Gandu Sendang Tirto Berbah Sleman Yogyakarta.

	<b>Tingkat stres</b>			<b>frekuensi</b>	<b>Persentase(%)</b>
	Ringan	Sedang	Berat		
<b>SD</b>	1	21	20	42	79.2
<b>SMP</b>	1	3	1	5	9.4
<b>SMA</b>	1	1	0	2	3.7
<b>S1</b>	0	2	2	4	7.5

Berdasarkan tabel 4.8 tingkat stres berdasarkan tingkat pendidikan yang paling tinggi tingkat stres berada pada tingkat pendidikan SD dan yang paling rendah berada pada Tingkat pendidikan SMA.

Tabel 4.9 Distribusi frekuensi tingkat stres berdasarkan pekerjaan di Gandu Sendang Tirto Berbah Sleman Yogyakarta.

	<b>Tingkat stres</b>			<b>frekuensi</b>	<b>Persentase(%)</b>
	Ringan	Sedang	Berat		
<b>IRT</b>	0	17	16	33	62.3
<b>PNS</b>	2	3	2	4	7.5
<b>Swasta</b>	1	2	0	3	5.7
<b>Wiraswasta</b>	0	1	1	2	3.8
<b>Buruh</b>	1	0	0	1	1
<b>Tani</b>	1	5	4	10	18.9

Berdasarkan tabel 4.9 tingkat stress berdasarkan pekerjaan paling tinggi pada IRT danyang paling rendah berada pada buruh.

Tabel 4.10 Distribusi frekuensi tingkat stres berdasarkan status pernikahan di Gandu Sendang Tirto Berbah Sleman Yogyakarta.

	Tingkat stres			frekuensi	Persentase(%)
	Ringan	Sedang	Berat		
<b>Menikah</b>	3	22	15	40	75.5
<b>Janda</b>	0	4	7	11	20.8
<b>Duda</b>	0	1	1	2	3.8

Berdasarkan tabel 4.10 tingkat stres berdasarkan status pernikahan sebagian besar pada menikah dan yang paling sedikit berada pada duda.

## PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran tingkat stres pada lansia yang menderita hipertensi di Gandu Sendangtirto Berbah Sleman Yogyakarta.

Menurut Palmer (2007) tekanan darah adalah gaya (dorongan) kedinding arteri saat darah dipompa keluar dari jantung keseluruhan tubuh. Tekanan darah terjadi karena darah dalam pembuluh darah terus dopompa oleh jantung. Tekanan darah akan berbeda pada waktu jantung kuncup (tekanan sistolik) dan waktu jantung mengembang (tekanan diastolik). Tekanan darah pada waktu kuncup lebih tinggi dari pada jantung mengembang.

Menurut Rasnum (2004) stress adalah respon tubuh yang tidak spesifik terhadap setiap kebutuhan tubuh yang terganggu, suatu fenomena universal yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan tidak dapat dihindari setiap orang mengalaminya, stress dapat member dampak secara total pada individu yaitu terhadap fisik, intelektual, sosial dan sepiritual, stress dapat mengancam keseimbangan fisiologis.

Hasil penelitian menunjukan bahwa sebanyak 3 orang (5,7%) mempunyai tingkat stres ringan, 27 orang (50,9%) mengalami tingkat stres sedang dan 23 orang (43,4%) mempunyai tingkat stres berat. Hal ini menunjukan bahwa masyarakat Gandu Sendang Tirto Berbah Sleman Yogyakarta memiliki tingkat stres ringan, sedang, dan berat. Dari 53 responden tingkat stres sedang paling banyak dialami oleh responden sebanyak 27 orang (50,9%).

Berdasarkan hasil analisis deskriptif diketahui bahwa tingkat stres sedang banyak berjenis kelamin perempuan 52,6%, pendidikan tamat SD 79,2%, bekerja sebagai ibu rumah tangga 62,3%, 75,5%. Hal ini menunjukan tingkat pendidikan responden sebagian besar tamat SD dan bekerja sebagai ibu rumah tangga berpandangan bahwa stres merupakan hal yang biasa dialami dalam kehidupan sehari-hari padahal stress yang tidak diatasi bisa menimbulkan berbagai dampak seperti sistem pernafasan, kardiovaskuler, sistem integument.

Menurut Hidayat (2006) ada beberapa faktor yang menimbulkan stres yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal itu bisa dari diri kita sendiri sedangkan faktor eksternal bisa bersumber dari keluarga, masyarakat, dan lingkungan. Adapun faktor stres yang dihadapi lanjut usia menurut Stocklager (2008) adalah kehilangan dukungan sosial, pensiunan, kehilangan pasangan, kematian anak usia dewasa, pengasingan keluarga, dan perubahan cirri tubuh.

Menurut Ranum (2004) sumber stres dapat berasal dari dalam tubuh dan luar tubuh, sumber stres dapat berupa Biologik/Fisilogik, kimia, Psikologik, sosial dan spiritual, terjadinya stres karena stressor tersebut dirasakan dan dipersepsikan oleh individu sebagai ancaman sehingga menimbulkan kecemasan yang merupakan tanda umum awal dari gangguan kesehatan fisik dan psikologis.

Menurut Suratini (2006) hipertensi adalah suatu gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi, yang dibawa oleh darah terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkannya. Tubuh akan bereaksi lapar, yang mengakibatkan jantung harus bekerja lebih keras untuk memenuhi kebutuhan tersebut. Bila kondisi tersebut berlangsung lama dan menetap, timbulah gejala yang disebut sebagai penyakit tekanan darah tinggi

Adrenalin yang meningkat dalam darah berdasarkan asam lemak bebas juga meningkat dan ini merupakan persediaan sumber energi ekstra, bila mana peningkatan ini tidak disertai dengan dengan kegiatan fisik (olahraga,dll). Energi ekstra ini tidak akan dibakar habis tetapi akan diubah dihati menjadi lemak kolesteroldan triglisis dan yang kemudian beredar dalam darah dan menimbun didinding pembuluh darah , termasuk didinding pembuluh darah jantung koroner sehingga timbul penyakit tekanan darah tinggi atau hipertensi

Menurut Palmer (2006) membagi hipertensi menjadi dua jenis yaitu: hipertensi primer dan hipertensi skunder. Hipertensi primer (esensial) merupakan jenis hipertensi yang terjadi pada sebagian besar kasus tekanan darah tinggi sebesar 95%. Penyebabnya tidak diketahui, walaupun dikaitkan dengan kombinasi faktor gaya hidup seperti kurang gerak dan stres. Hipertensi skunder merupakan jenis hipertensi yang lebih jarang terjadi, hanya 5% dari seluruh tekanan darah tinggi. tekanan darah tinggi tipe ini disebabkan oleh kondisi medis lain (misalnya penyakit ginjal) atau reaksi terhadap obat-obatan tertentu.

Dalam kehidupan modern yang semakin kompleks, manusia cenderung mengalami stres apabila ia kurang mampu mengadaptasikan keinginan-keinginan dengan kenyataan-kenyataan yang dimiliki, baik kenyataan yang ada didalam maupun diluar dirinya. Gaya hidup dan persaingan hidup menjadi semakin tinggi, hal ini disebabkan karena tuntutan akan kebutuhan hidup yang semakin meningkat, seperti pemenuhan kebutuhan ekonomi, sandang, pangan, papan, pemenuhan kebutuhan kasih sayang, rasa aman dan aktualisasi diri. Dapat berakibat tingginya tingkat stres dikalangan masyarakat, jika individu kurang atau tidak mampu dalam menggunakan mekanisme koping dan gagal dalam beradaptasi maka individu akan mengalami berbagai penyakit baik fisik maupun mental.

Menurut Gunwan (2007) ada beberapa faktor yang sering menyebabkan terjadinya hipertensi. faktor-faktor tersebut antara lain: faktor keturunan, ciri perseorangan, kebiasaan hidup, konsumsi garam yang tinggi, kegemukan atau makan berlebihan, stres atau gangguan jiwa dan pola makan.

Faktor keturunan memiliki kemungkinan lebih besar untuk mendapatkan hipertensi jika orang tuanya adalah penderita hipertensi. ciri perseorangan yang mempengaruhi timbulnya hipertensi adalah umur, jenis kelamin, dan ras. Selain itu faktor faktor kebiasaan hidup yang sering mengkonsumsi garam yang tinggi dapat menyebabkan hipertensi. Stres atau ketegangan jiwa dapat merangsang kelenjar anak ginjal melepaskan hormon adrenalin dan memicu jantung berdenyut lebih cepat serta lebih kuat, sehingga tekanan darah akan meningkat.

Segala macam bentuk stres pada dasarnya disebabkan oleh kekurangan pengertian manusia akan keterbatasan-keterbatasannya sendiri. Ketidakmampuan untuk melawan keterbatasan inilah yang akan menimbulkan frustrasi, konflik, gelisah dan rasa bersalah yang merupakan tipe-tipe dasar dari stres. Akibat dari stres terhadap seseorang dapat bermacam-macam dan hal ini tergantung pada kekuatan konsep dirinya yang akhirnya menentukan besar kecilnya toleransi orang tersebut terhadap stres.

Hasil penelitian menunjukan bawa tingkat stres pada lansia yang menderita hipertensi yaitu: tingkat stres ringan sebanyak 3 orang (5,7%), tingkat stres sedang sebanyak 27 orang (50,9%) dan tingkat stres berat sebanyak 23 orang (43,4%). Hasil ini dapat diartikan bahwa gambaran tingkat stres pada lansia yang menderita hipertensi memiliki tingkat stres yang beragam ada yang tingkat stres ringan, sedang, dan berat. Menurut Gunawan (2007) salah satu yang menyebabkan hipertensi adalah stres. Stres merupakan suatu bentuk tanggapan seseorang, baik secara fisik maupun mental, terhadap suatu perubahan dilingkungannya yang dirasakan mengganggu dan mengakibatkan dirinya terancam. Stres dalam hubungannya dengan fisik dijelaskan bahwa stres emosional mempengaruhi otak, yang kemudian melalui sistem neurohumoral menyebabkan gejala fisik yang dipengaruhi langsung oleh hormon adrenalin dan sistem saraf otonom.

Menurut Hery (2010) hipertensi dapat berdampak fatal jika tidak dikendalikan, apalagi kondisi ini sering kali tidak menimbulkan gejala pada penderitanya sehingga tidak disadari sampai terjadi kerusakan fatal pada organ tubuh. Hipertensi dapat menimbulkan gangguan pada otak sehingga terjadi stroke, menyebabkan gagal jantung, menyebabkan penyakit ginjal, dan sebagainya.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

1. Penduduk di Dusun Gandu Sedang Tirto Berbah Sleman sebagian besar mengalami stress
2. Tingkat stress yang dialami oleh masyarakat di Dusun Gandu Sedang Tirto Berbah Sleman Yogyakarta dengan berbagai kategori seperti ringan. Hasil penelitian menunjukan tingkat stres ringan sebanyak 3 orang (5.7%), tingkat sedang sebanyak 27 orang (50,9), dan tingkat berat sebanyak 23 orang (43,4%) dalam penelitian ini sebagian responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 38 orang (71,7%), berumur 60-64 tahun sebesar 27 orang (50,9%), pendidikan SD sebanyak 42 orang (79,2%), bekerja sebagian besar sebagai ibu rumah tangga sebanyak 33 orang (62,3%) dan yang mempunyai status menikah sebanyak 40 orang (75,5%).

### **Saran**

1. Bagi Masyarakat  
Diharapkan penduduk yang memiliki penyakit hipertensi agar menjaga diri dan menyikapi dengan positif berbagai faktor yang menimbulkan stress dengan cara berfikir positif, menjaga emosi sehingga terhindar dari stres.
2. Bagi Peneliti  
Diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan variabel lain yang bisa dihubungkan dengan hipertensi sehingga akan lebih jelas faktor yang

mempengaruhi hipertensi. selain itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk menambah metode pengumpulan data dengan menggunakan observasi.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Amirudin, R. 2007. Hipertensi dan Faktor Resikonya dalam Kajian Epidemiologi dalam <http://Rridwanamirudin.wordpress.com>, diakses tanggal 12 Desember 2007.
- Elita, E. 2008. Memahami Tekanan Darah Tinggi dalam <http://www.elitha-eri.net>, diakses tanggal 27 Mei 2010
- Gunawan, L. 2007. Hipertensi Tekanan Darah Tinggi. kanisus. Yogyakarta
- Hery. S. 2010. *20 Tanaman Obat Terpopuler Penurun Hipertensi*, Yogyakarta, Andi Offset.
- Hidayat, A. 2007. Metode Penelitian Keperawatan Dengan Tehnik Analisa Data; edisi 1, alemba, Jakarta.
- Perry, 2009. Fundamental of Kperawatan Buku 1 Edisi 7, Jakarta, Salemba Medika.
- Rasnum, 2004. Stress Koping dan Adaptasi Teori dan Pohon Masalah keperawatan, Jakarta, Sagung Seto.
- Suratini, L. 2006. Hipertensi, cetakan ketiga. Gramedia Pustaka Utama: Jakarta
- Sugiyono, 2008. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D, Bandung, CV Alfabeta.
- Sugiyono. 2006. Statistik Untuk Penelitian. Bandung. Alfabeta
- Yosep, 2010. Keperawatan Jiwa, Edisi Refisi, Jakarta, Refika Aditama.

