

**HUBUNGAN TINGKAT STRESS DENGAN HIPERTENSI
PADA LANSIA: *LITERATURE REVIEW***

NASKAH PUBLIKASI



**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2020**

HUBUNGAN TINGKAT STRESS DENGAN HIPERTENSI PADA LANSIA: *LITERATURE REVIEW*

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Guna Melengkapi Sebagai Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan
pada Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
di Universitas 'Aisyiyah
Yogyakarta



Disusun oleh :
M. SYAH HARIS SANDY
201510201238

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2020**

HUBUNGAN TINGKAT STRESS DENGAN HIPERTENSI PADA LANSIA: *LITERATUR REVIEW*¹

M. Syah Haris Sandy², Vita Purnamasari³

^{2,3}Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Jalan Siliwangi No. 63, Nogotirto, Gamping,
Seleman, Yogyakarta

²Ubex55@gmail.com, ³vitapurnamasari@unisayogya.ac.id

ABSTRAK

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang sering dialami bagi masyarakat di dunia, bukan hanya di negara maju tetapi negara berkembang. Data Survei Indikator Kesehatan Nasional (Sirkesnas) tahun 2016 menunjukkan peningkatan prevalensi hipertensi di Indonesia pada penduduk usia 18 tahun ke atas sebesar 32,4%. Faktor umum yang sering menyebabkan hal ini adalah stress. Pada saat stress tubuh akan mengeluarkan hormon adrenalin yang menyebabkan jantung bekerja lebih aktif mengakibatkan tekanan darah dalam tubuh meningkat. Untuk mengetahui hubungan tingkat stress terhadap hipertensi pada lansia. *Literature review* ini menganalisis isi jurnal. Terdapat 5 jurnal subyek dengan kata kunci: hubungan tingkat stress, dan hipertensi. Berdasarkan *literature review* hasil analisis kelima jurnal didapatkan hasil terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stress dengan hipertensi. Berdasarkan hasil *literature review* menunjukkan adanya hubungan antara tingkat stress dengan hipertensi. Stress menjadi salah satu faktor yang paling berperan dalam terjadinya hipertensi. Stress yang terjadi dapat memicu hormon adrenalin dan hormon hidrokortison, yang membuat jantung bekerja secara abnormal dan menyebabkan hipertensi. Diharapkan penderita dapat memahami pentingnya membatasi stress untuk menjaga kestabilan tekanan darah serta pentingnya waspada dan pencegahan dini terhadap hipertensi agar tidak terjadi sesuatu yang tidak diharapkan.

Kata kunci : Stress, Hipertensi, Lansia
Daftar pustaka : 42 buah
Daftar isi : 2 tabel, 2 gambar, 1 lampiran

¹Judul Skripsi

²Mahasiswa PSIK Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

³Dosen PSIK Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVELS AND HYPERTENSION IN THE ELDERLY: A LITERATURE REVIEW ¹

M. Syah Haris Sandi², Vita Purnamasari³

^{2,3}Nursing Study Program, Faculty of Health Sciences, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Jl. Siliwangi
(West Ring Road) No. 63, Seleman, Yogyakarta, 55292, Indonesia

²Ubex55@gmail.com, ³vitapurnamasari@unisayogya.ac.id

ABSTRACT

Background: Hypertension is a common health problem that affects people all over the world, not only in developed countries but also in developing countries. Data from the 2016 National Health Indicators Survey (Sirkesnas) revealed a 32.4% increase in the prevalence of hypertension in the population aged 18 and over in Indonesia. Stress is a common factor that contributes to hypertension. When stressed, the body releases the hormone adrenaline, which causes the heart to work harder, resulting in higher blood pressure. Objective: This study aims to determine the relationship between stress levels and hypertension in the elderly. Method: This literature review analyzed the contents of journals. There were 5 subject journals with keywords: stress level relationship, and hypertension. Result: The results of the literature review based on the results of the analysis of the five journals found that there was a significant relationship between stress levels and hypertension. Conclusion: Based on the results of a literature review, there is a relationship between stress levels and hypertension. One of the most important factors in the development of hypertension is stress. Stress can cause the adrenaline and hydrocortisone hormones to be released, causing the heart to work abnormally and resulting in hypertension. Suggestion: Patients are expected to understand the importance of limiting stress in order to maintain blood pressure stability, as well as the importance of being alert and early detection of hypertension in case something unexpected occurs.

Keywords : Stress, Hypertension, Elderly
References : 42 Sources
Pages : 2 Tables, 2 Pictures, 1 Appendix

¹Title

²Student of Nursing Program, Faculty of Health Sciences, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

³Lecturer of Nursing Program, Faculty of Health Sciences, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

PENDAHULUAN

Lanjut usia atau lansia adalah individu yang berusia di atas 60 tahun dan pada umumnya memiliki tanda-tanda penurunan fungsi-fungsi biologis, psikologis, sosial dan ekonomi (Mubarak dkk, 2014). Lanjut usia mempunyai risiko tinggi terhadap penyakit-penyakit *degeneratif* misalnya penyakit jantung koroner (PJK), *gout* (reumatik), diabetes melitus, kanker dan salah satu penyakit yang sering dijumpai lansia adalah hipertensi (Martono & Darmojo, 2011). Seseorang yang terus bertambah usianya akan mengalami perubahan alami pada jantung dan pembuluh darah, yang akan berpengaruh terhadap tekanan darah sehingga bertambahnya usia akan beresiko mengalami terjadinya hipertensi. Tekanan darah sistolik akan terus meningkat sampai usia 80 tahun dan tekanan darah diastolik akan terus meningkat sampai usia 55-60 tahun (Triyanto, 2014).

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang sering dialami bagi masyarakat di dunia, bukan hanya di negara maju tetapi negara berkembang. Hipertensi didefinisikan oleh *Joint National Comite on Detection, Evaluation and Treatment of High Blood Plessure* (JNC) VII yaitu meningkatnya tekanan darah lebih dari normal dengan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan meningkatnya tekanan darah diastolik lebih dari 85 mmHg. Tanda gejala hipertensi dengan meningkatnya tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama (persisten) dapat menimbulkan kerusakan pada ginjal (gagal ginjal), jantung (penyakit jantung koroner) dan otak (menyebabkan stroke) bila tidak dideteksi secara dini dan mendapat pengobatan yang memadai.

Penyakit hipertensi dapat menyebabkan berbagai komplikasi. Hipertensi mencetuskan timbulnya plak aterosklerotik di arteriserebral dan arteriol, yang dapat menyebabkan oklusi arteri, cedera iskemik dan stroke sebagai komplikasi jangka panjang (Yonata, 2016). Komplikasi hipertensi menyebabkan sekitar 9,4 kematian di seluruh dunia setiap tahunnya. Hipertensi menyebabkan setidaknya 45% kematian karena penyakit jantung dan 51% kematian karena penyakit stroke. Kematian yang disebabkan oleh penyakit kardiovaskuler, terutama penyakit jantung koroner dan stroke diperkirakan akan terus meningkat mencapai 23,3 juta kematian pada tahun 2030 (Infodatin Jantung, 2014).

Data Organisasi Kesehatan Dunia (*World Health Organization/WHO*) 2015 menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi. Artinya, 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis menderita hipertensi. Jumlah penderita hipertensi di dunia terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi dan setiap tahunnya ada 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi (Kemenkes RI, 2018). Data Survei Indikator Kesehatan Nasional (Sirkesnas) tahun 2016 menunjukkan peningkatan prevalensi hipertensi di Indonesia pada penduduk usia 18 tahun ke atas sebesar 32,4% (Kemenkes RI, 2020).

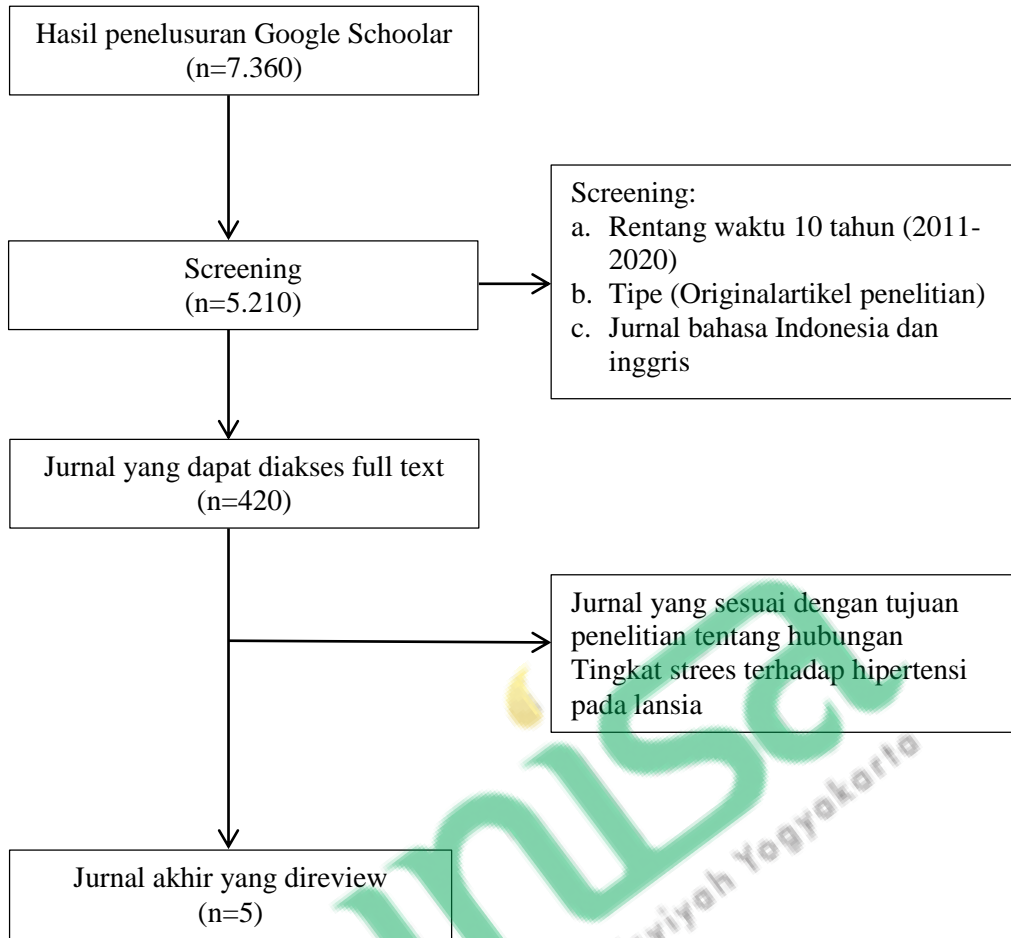
Penderita penyakit hipertensi setiap tahunnya terus mengalami peningkatan, termasuk di Indonesia. Untuk mengendalikannya, Pemerintah melaksanakan Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga (PIS-PK) dan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas). Germas dilakukan dengan melakukan aktifitas fisik, menerapkan perilaku hidup sehat, konsumsi pangan sehat dan bergizi, melakukan pencegahan dan deteksi dini penyakit, meningkatkan kualitas lingkungan menjadi lebih baik, dan meningkatkan edukasi hidup sehat. Kementerian Kesehatan mengimbau seluruh masyarakat agar melakukan deteksi dini

hipertensi secara teratur. Selain itu juga menerapkan pola hidup sehat dengan perilaku CERDIK (Cek kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktifitas fisik, Diet sehat dan seimbang, Istirahat yang cukup, dan Kelola stres) (Kemenkes, 2018).

Hipertensi sebagai sebuah penyakit kronis dipengaruhi oleh berbagai faktor-faktor resiko terjadinya hipertensi terbagi dalam faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi dan faktor risiko yang dapat dimodifikasi. Faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi seperti keturunan, jenis kelamin/ras dan usia. Sedangkan faktor risiko yang dapat dimodifikasi yaitu obesitas, kurang berolahraga atau aktivitas, merokok, alkoholisme, pola makan, dan stress (Yogiantoro, 2009). Kondisi stres yang membuat tubuh menghasilkan hormon adrenalin lebih banyak, membuat jantung berkerja lebih kuat dan cepat. Apabila terjadi dalam jangka waktu yang lama maka akan timbul rangkaian reaksi dari organ tubuh lain. Perubahan fungsional tekanan darah yang disebabkan oleh kondisi stres dapat menyebabkan hipertropi kardiovaskuler bila berulang secara intermiten. Begitupula stres yang dialami penderita hipertensi, maka akan mempengaruhi peningkatan tekanan darahnya yang cenderung menetap atau bahkan dapat bertambah tinggi sehingga menyebabkan kondisi hipertensinya menjadi lebih berat (Lawson *et al*, 2010).

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti termotivasi untuk melakukan literature review tentang hubungan tingkat stress dengan hipertensi pada lansia. Metode penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan metode literatur review. Pencarian jurnal dilakukan pada database *Google Scholar* menggunakan kata kunci “tingkat stress”, “hipertensi” untuk jurnal dalam bahasa Indonesia dan kata kunci “*Stress level*”, “*hypertension*” untuk jurnal berbahasa Inggris.

Penelitian ini mengkaji permasalahan melalui jurnal-jurnal penelitian nasional dan internasional yang berasal dari laporan hasil-hasil penelitian. Masalah penelitian ini adalah hubungan tingkat stress dengan hipertensi pada lansia. Hasil dari analisa data selanjutnya akan diketahui PICO (*population, intervention, comparation, outcome*). Dalam penelitian yang menggunakan metode *Systematic Literature Review* (SLR), ada beberapa tahapan yang harus dilakukan sehingga hasil dari studi literatur tersebut dapat diakui kredibilitasnya. Adapun tahapan-tahapan tersebut digambarkan pada diagram berikut



Gambar 3.1.
Diagram Prisma

HASIL DAN PEMBAHASAN

No.	Judul-Penulis	Sampel	Metoda	Hasil
1	Situmorang, Fanny Damayanti dan Wulandari, Imanuel Sri Mei (2020). Hubungan tingkat stress dengan kejadian hipertensi pada anggota prolanis di wilayah kerja puskesmas Parompong	40 anggota prolanis yang hadir pada saat penelitian, dapat membaca dan menulis serta bersedia menjadi responden	<i>Cross sectional study</i>	Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stress dengan kejadian hipertensi pada anggota Prolanis di Wilayah Kerja Puskesmas Parongpong. Semakin tinggi tingkat stress akan memicu peningkatan tekanan darah baik systolic maupun diastolik.
2	Sari, et al (2018). Hubungan tingkat stress dengan hipertensi pada pasien rawat jalan di puskesmas Sidomulyo rawat inap kota Pekanbaru	40 semua pasien dengan riwayat hipertensi yang datang ke Puskesmas Sidomulyo Rawat Inap Kota Pekanbaru	<i>Cross sectional</i>	Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan tingkat stress terhadap hipertensi. Berdasarkan hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji korelasi <i>Spearman</i> didapatkan hasil nilai <i>p-value</i> = 0,000 (<i>p-value</i> < 0,05), nilai koefisien korelasi (<i>r</i> = 0,696) dan arahnya positif
3	Mahyuni, et al., (2020). Hubungan Faktor Stress Psikososial dengan Hipertensi Pada Lansia di Panti Tresna Werdha Natar Lampung Selatan	85 populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang ada di panti Tresna Werdha Natar Lampung	Kuantitatif Analitik korelasional <i>Cross sectional</i>	Hasil penelitian ini terdapat hubungan bahwa stress dapat memicu hipertensi, dalam penelitian ini terdapat 81% responden mengalami stres akibat kehilangan pasangan, stress yang di alami akan menyebabkan jantung akan berdetak (memompa) lebih cepat dari biasanya sehingga mengakibatkan tekanan darah dalam tubuh meningkat.
4	Herawati et al., (2018). Aktivitas fisik dan stress sebagai fakto resiko terjadinya hipertensi pada lansia pada usian 45 tahun keatas	40 (sampel berusia di atas 45 tahun) seluruh penduduk di Puskesmas kejaksaan kota Cirebon	Deskriptif Analitik <i>Cross sectional</i>	Berdasarkan analisis hubungan antara stres dengan kejadian hipertensi di peroleh nilai $P = 0,001$ ($\alpha < 0,05$) artinya ada hubungan antara stres dengan kejadian hipertensi pada usia 45 tahun ke atas. sedangkan obesitas ($p=0,117$), konsumsi alkohol($p = 1,000$), kebiasaan minum kopi($p = 0,750$), kebiasaan merokok ($p = 1,000$) tidak terdapat hubungan yang bermakna dengan kejadian hipertensi.
5	Seke. P. A., et al, (2016). Hubungan kejadian stress dengan penyakit hipertensi pada lansia di Balai Penyantunan Lanjut Usia Senjah Cerah Kecamatan Mapanget Kota Manado	50 seluruh lansia yang tinggal dibalai penyantunan lanjut usia senjah cerah manado	<i>Cross sectional</i>	Terdapat hubungan antara kejadian stress terhadap hipertensi dikarnakarnakan Lansia cenderung sering terkena hipertensi hal ini disebabkan oleh kekakuan pada pembuluh darah arteri yang dapat mengakibatkan tekanan darah cenderung meningkat.

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Situmorang. F.D, et al (2018) menggunakan jenis penelitian *Cross sectional study*, yang merupakan penelitian observasional yang bersifat analitik, sedangkan teknik pengambilan sampling menggunakan metode total sampling yang dilakukan pada anggota prolanis (program pengelolaan Penyakit kronis) yang berusia 45 tahun sehingga didapatkan jumlah responden aktif sebanyak 40 orang dalam kegiatan prolanis dan diharuskan dapat membaca dan menulis. Didapatkan hasil bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada anggota prolanis di wilayah kerja puskesmas parongpong yang dipengaruhi oleh aktivitas kerja yang padat dan lingkungan kerja yang dapat mengganggu konsentrasi para pekerja sehingga akan dapat menimbulkan stres yang dapat memicu terjadinya hipertensi.

Hal ini terjadi dikarenakan pada saat seseorang mengalami stres maka kelenjar pituitary yang ada di otak akan mentranfer kelenjar endokrin masuk ke dalam peredaran darah yang dapat memicu aktifnya hormon yang lain seperti hormon ardenalin dan hormon hidrokortison yang berguna untuk menyesuaikan perubahan yang terjadi sehingga jantung akan berdetak secara abnormal dan memicu terjadinya peningkatan sistol dan diastol serta dapat meningkatkan aliran darah kedalam bagian-bagian otot sehingga dapat juga disimpulkan stres akan memicu terjadinya hipertensi.

Sedangkan menurut penelitian dari Sari. T.W, at al (2018), berdasarkan dari hasil penelitian yang dilakukan dengan menggunakan jenis penelitian observasional yang bersifat analitik, dengan menggunakan *cross sectional study*, populasi pada penelitian ini adalah semua pasien dengan riwayat hipertensi yang datang ke Puskesmas Sidomulyo Rawat Inap Kota Pekanbaru yang berjumlah 512 pasien, populasi terjangkau adalah semua pasien rawat jalan dengan riwayat hipertensi, metode pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *Accidental Sampling*.

Hasil dalam penelitian ini terdapat adanya hubungan antara stres dengan kejadian hipertensi pada pasien rawat jalan di Puskesmas Sidomulyo dan rawat inap di Kota Pekanbaru, hal ini disebabkan oleh emosi-emosi yang dapat menimbulkan terjadinya stres yang hebat yang akan memicu terjadinya reaksi somatik yang langsung berhubungan dengan peredaran darah sehingga akan mengakibatkan detak jantung berdetak secara abnormal yang akan mengganggu peredaran darah sehingga frekuensi nadi meningkat, pernafasan terganggu, dan aritmia, selain itu terjadi pelepasan hormon adrenalin sebagai akibat stres berat yang akan menyebabkan tekanan darah naik dan mengakibatkan meningkatnya kekentalan darah yang akan membuat darah mudah mengalami pembekuan.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Maryuni. S, et al. (2020), menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain analitik korelasional dan pendekatan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah *cross sectional* pada populasi sebanyak 85 lansia, teknik pengambilan sampling dengan menggunakan *perposive sampling* didapatkan hasil sample sebanyak 85 responden, data di dapatkan dengan menggunakan alat pengukur tekanan darah *sphygnomanometer* air raksa dan auskultasi arti dengan menggunakan stetoskop.

Sedangkan untuk mengetahui data stres karena faktor psikososial dilakukan dengan menggunakan kuesioner, sehingga penelitian ini mendapatkan hasil bahwa ada hubungan faktor stres psikososial dengan hipertensi pada lansia di Panti Tresna Werdha Natar Lampung pada tahun 2018, pemicu yang paling dominan adalah penyakit fisik, hal ini disebabkan karena

ketika hipertensi pada lanjut usia terjadi, akan mengakibatkan penurunan renin serta meningkatkan sensitivitas terhadap asupan natrium, elastisitas pembuluh darah perifer akan menurun dan perubahan aterosklerosis akibat proses menua. Dilihat juga dari perilaku yang lebih spesifik yang menyebabkan hipertensi ini adalah obesitas, kurang olahraga, kebiasaan merokok, konsumsi garam yang berlebihan dan lain sebagainya.

Menurut Herawati. C, et al (2020), dari hasil penelitian yang dilakukan pada populasi penduduk yang berjumlah 2635 orang yang berusia 45 tahun keatas, jumlah sampel dalam penelitian ini 54 orang yang diambil dengan teknik *proporsional random sampling*, sedangkan cara pengambilan data dilakukan dengan wawancara, analisis statistik menggunakan uji *Chi-Square*. Sehingga didapatkan hasil ada hubungan yang signifikan antara stres dengan kejadian hipertensi pada 45 tahun keatas, namun tidak ada hubungan yang signifikan antara obesitas, konsumsi alkohol, minum kopi, merokok dengan kejadian hipertensi pada usia 45 tahun keatas. Hubungan stres dengan kejadian hipertensi dapat terjadi pada penelitian ini karena kejadian stres dapat menyebabkan resistansi pembuluh darah perifer dan menstimulasi terjadinya aktivitas sistem saraf simpatis yang akan memicu terjadinya hipertensi.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Seke. P.A, et al, (2016) Dengan menggunakan desain penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*, populasi dalam penelitian ini seluruh lansia yang tinggal di balai penyantunan lanjut usia senjah cerah manado, dengan didapatkan jumlah sample 50 orang dengan metode total sampling, pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner dan lembar observasi. sehingga didapatkan hasil terdapat hubungan antara kejadian stres dengan penyakit hipertensi pada lansia di Balai Penyantunan Lanjut Usia Senjah Cerah Kecamatan Mapanget Kota Manado. Lansia cenderung sering terkena hipertensi hal ini disebabkan oleh kekakuan pada pembuluh darah arteri yang dapat mengakibatkan tekanan darah cenderung meningkat.

SIMPULAN DAN SARAN

a. Simpulan

Berdasarkan hasil literature review terhadap jurnal dan artikel dengan tema hubungan tingkat stress dengan hipertensi pada lansia, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan tingkat stress terhadap hipertensi. Hal tersebut terjadi dikarenakan seseorang yang mengalami stress akan memicu hormon adrenalin dan hormon hidrokortison sehingga terjadi reaksi somatik melalui aktivitas saraf simpatis yang mengakibatkan jantung berdetak secara abnormal. Kejadian stress yang berlangsung lama akan memicu tubuh untuk melakukan penyesuaian terhadap tekanan darah yang intermittern atau tidak menentu yang mengakibatkan terjadinya hipertensi.

b. Saran

Berdasarkan hasil pembahasan dan analisa jurnal. Maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi profesi keperawatan

Hasil pembahasan ini dapat dijadikan sebagai referensi berkaitan dengan hubungan tingkat stress terhadap hipertensi. Diharapkan adanya jurnal lebih lanjut tentang riset dan pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dengan kejadian hipertensi yang ada di masyarakat.

2. Bagi penderita hipertensi

Diharapkan penderita hipertensi dapat memahami pentingnya membatasi stress untuk menjaga kestabilan tekanan darah serta pentingnya waspada dan pencegahan dini terhadap hipertensi agar tidak terjadi sesuatu yang tidak diharapkan.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan dapat melakukan penelitian dengan menghubungkan kejadian hipertensi dengan variable lain yang belum diteliti dan menambah jumlah jurnal pada penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Herawati, C. (2020). Aktivitas Fisik Dan Strees Sebagai Faktor Resiko Terjadinya Hipertensi Pada Usia 45 Tahun Keatas. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Stikes Cendekia Utama Kudus*, Vol. 7, No.2, February 2020.
- Kemendes RI. (2018). Aksi Pemerintah Mengurangi Penderita Hipertensi. Dari <https://jpp.go.id/humaniora/kesehatan/321819-aksi-pemerintah-mengurangi-penderita-hipertensi#>. Diakses 13 Januari 2020.
- Kemendes RI. (2020). SIRKESNAS Tahun 2016. Dari <http://labdata.litbang.depkes.go.id/riset-badan-litbangkes/menu-risikesnas/menu-rikus/422-sirk-2016>. Diakses 13 Januari 2020.
- Lawson, RW., Arthur, J., BarskyVictor, RG., Kaplan, NM. (2010). *Systemic Hypertension: Mechanisms and Diagnosis*. Philadelphia: Saunders Elsevier.
- Maryuni, S. at al.(2020). Hubungan Faktor Stress Psikososial dengan Hipertensi Pada Lansia di Pantl Tresna Werdha Natar Lampung Selatan Tahun 2018.*Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*, vol I, No. 1, Maret 2020.
- Martono, H.H., dan Darmojo, R.B. (2011). *Geriatric (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut)*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Mubarak, W. I., Chayatin, N., & Santoso, A. B. (2014). *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Komunitas Konsep dan Aplikasi*. Buku 2. Jakarta: Salemba Medika.
- Priyoto. 2014. *Konsep Manajemen Stress*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Sari, T.W., Sari, D.K., Kurniawan, M.B., Syah, I.H., Yerli, N., Qulbi, S. (2018). Hubungan Tingkat Stres dengan Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan Dipuskesmas Sidomulyo Rawat Inap Kota Pekanbaru. *Collaborative Medical Journal (CMJ)* Vol 1 No 3.
- Seke, P.A. (2016). Hubungan Kejadian Strees Dengan Penyakit Hipertensi Pada Lansia Di Balai Penyantunan Usia Lanjut Cerah Kecamatan Mapanget Kota Manado. *Jurnal keperawatan*, Vol 4 No 2, Agustus 2016.
- Situmorang, F.D. (2020). Hubungan Tingkat Stress Dengan Kejadian Hipertensi Pada Anggota Prolanis Di Wilayah Kerja Puskesmas Parongpong. *Jurnal Universitas Klabat*, Vol. 2 No.1 April 2020.
- Triyanto, E. (2014). *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Yogyakarta Graha Ilmu.
- Yogiantoro, M. (2009). *Faktor Resiko Hipertensi dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular*. Jakarta : PT . Gramedia.

WHO. (2018). *Global Health Estimates 2016: Deaths by Cause, Age, Sex, by Country and by Region, 2000-2016*. Geneva: World Health Organization.

