

## ABSTRAK

### HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI DESA JELBUDAN KECAMATAN DASUK

Oleh : Uswatun Hasanah

Stres yaitu suatu kondisi yang tidak menyenangkan dimana individu melihat adanya ketentuan dalam satu situasi sebagai beban atau diluar batas kemampuan mereka untuk memenuhi ketentuan tersebut. Stres juga dapat memanifestasikan berbagai respon, termasuk respon fisiologis, kongnitif, emosional, dan prilaku. Tekanan darah tinggi atau hipertensi sering disebut sebagai *silent killer*. Prevalensi hipertensi meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Salah satu penyebab meningkatnya tekanan darah atau hipertensi pada lansia adalah stres. Stres juga dapat menjadi pemicu, penyebab dan akibat terjadinya hipertensi pada lansia.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan tekanan darah pada lansia hipertensi. Desain penelitian ini kolerasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian yaitu seluruh lansia yang mengalami tekanan darah dan hipertensi sebanyak 131 lansia, dengan jumlah sampel sebanyak 56 lansia. Teknik sampling *simple random sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisa data menggunakan *uji sperman rank*.

Berdasarkan hasil penelitian di dapatkan tingkat stres dengan tekanan darah pada lansia hipertensi sebagian besar stres sedang. Hasil analisa data didapatkan *p value* 0,009 dengan nilai  $p < 0,05$ . Artinya H0 ditolak H1 diterima, yang berarti ada hubungan tingkat stres dengan tekanan darah pada lansia hipertensi di Desa Jelbudan Kecamatan Dasuk. Hal yang dapat dilakukan oleh lansia adalah dengan melakukan aktivitas fisik (olahraga) secara teratur, mengurangi bahkan menghentikan perilaku merokok serta mengendalikan stres, dan keluarga memberikan dukungan kepada lansia untuk mengontrol stres dan selalu memantau lansia dalam memeriksa tekanan darah secara rutin di posyandu lansia.

**Kata kunci** : Stres, Tekanan Darah, Lansia, Hipertensi

## ABSTRACT

### ***rELATIONSHIP oF sTRES lEVEL wITH bLOOD pRESSURE iN hYPERTENSION eLDERLY iN dESA jELBUDAN kECAMATAN dASUK***

**By : Uswatun Hasanah**

*Stress is an unpleasant condition in which individuals perceive a provision in a situation as a burden or beyond their ability to meet these requirements. Stress can also manifest a variety of responses, including physiological, cognitive, emotional, and behavioral responses. High blood pressure or hypertension is often referred to as the silent killer. The prevalence of hypertension increases with age. One of the causes of increased blood pressure or hypertension in the elderly is stress. Stress can also be a trigger, cause and effect of hypertension in the elderly.*

*This study aims to determine the relationship between stress levels and blood pressure in the elderly with hypertension. The design of this research is correlational with a cross sectional approach. The population in the study were all elderly people who had blood pressure and hypertension as many as 131 elderly, with a total sample of 56 elderly. The sampling technique is simple random sampling. Collecting data using a questionnaire. Data analysis using sperman rank test.*

*Based on the results of the study, it was found that the level of stress with blood pressure in the elderly with hypertension was mostly moderate stress. The results of data analysis obtained value 0.009 with a value of  $<0.05$ . This means that  $H_0$  is rejected,  $H_1$  is accepted, which means that there is a relationship between stress levels and blood pressure in hypertensive elderly in desa Jelbudan kecamatan Dasuk. Things that can be done by the elderly are to do physical activity (exercise) regularly, reduce and even stop smoking behavior and control stress, and families provide support to the elderly to control stress and always monitor the elderly in checking blood pressure regularly at the posyandu for the elderly.*

**Keywords:** *Stres, Blood Pressure, Elderly, Hypertension*