

TINGKAT KECEMASAN LANSIA DENGAN HIPERTENSI BERDASARKAN PENGETAHUAN DI WILAYAH PUSKESMAS SIMPUR

Tiara Lani ^{1*}

¹Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Stikes Intan Martapura, Indonesia

Email : tiaralani.stikesintan@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Hipertensi lebih sering terjadi pada usia lanjut hal ini dikarenakan perubahan fisiologis ataupun psikologisnya, penyakit ini juga menimbulkan rasa cemas pada penderitanya, hal ini dikarenakan kecemasan seseorang dipengaruhi oleh masalah kesehatan yang dialaminya. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan lansia dengan hipertensi terhadap pengetahuan. **Metode:** penelitian ini menggunakan desain penelitian observasional deskriptif dengan pendekatan cross sectional. Populasi responden dalam penelitian ini adalah lansia penderita hipertensi di wilayah Puskesmas Simpung Kalimantan Selatan, dengan sampel penelitian berjumlah 61 responden dengan metode simple random sampling. **Hasil:** pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa responden dengan pengetahuan baik memiliki tingkat kecemasan yang sedang, hal ini dapat dimaknai bahwa penderita hipertensi memiliki pengetahuan yang baik maka secara tidak langsung akan membatasi perilaku yang dapat memperberat kondisinya, tidak hanya itu penderita juga akan bersikap sesuai dengan pengetahuan yang di milikinya untuk menjaga kesehatan tubuhnya. **Kesimpulan:** Penelitian ini dapat kesimpulan bahwa lansia dengan hipertensi di wilayah puskesmas simpur memiliki pengetahuan baik dengan tingkat kecemasan yang sedang. **Saran:** diharapkan kepada masyarakat dan tenaga kesehatan wilayah simpur dapat lebih memperhatikan faktor psikis pada lansia yang dapat mempengaruhi atau memperburuk kesehatan fisik.

Kata Kunci: kecemasan, hipertensi, lansia

ABSTRACT

Introduction: Hypertension is more common in elderly, this happens because of physiological or psychological changes, hypertension also causes anxiety in the sufferer, this because a person's anxiety is influenced by the health problems they are experiencing. Objective: This study aims to determine the level of anxiety of the elderly with hypertension on knowledge. Method: This research used descriptive observational research design with cross sectional. Population of respondents in this study were elderly people with hypertension in Simpung Public Health Center, South Kalimantan. We took 61 respondents as samples with a simple random sampling method. The research was carried out from April to June 2021. Results: It was found that respondents with good knowledge had moderate levels of anxiety, this can be interpreted that people with hypertension have good knowledge, will indirectly limit behavior that can aggravate their condition, not only that, the patient will also act according to the knowledge he has to maintain his body's health. Conclusion: The elderly with hypertension in Simpung Public Health Center area have good knowledge with moderate levels anxiety. Suggestion: The community and health workers can pay more attention to psychological factors in the elderly that can affect or worsen physical health.

keywords: anxiety, hypertension, the elderly

Cite this as : Lani, T. (2021). Tingkat Kecemasan Lansia Dengan Hipertensi Berdasarkan Pengetahuan di Wilayah Puskesmas Simpung. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 9(2), 97-100.

PENDAHULUAN

Kecemasan merupakan keadaan perasaan keprihatinan, rasa gelisah, ketidaktentuan, atau takut dari kenyataan atau persepsi ancaman sumber aktual yang tidak diketahui atau dikenal (Stuart & Sundeens, 2015), kecemasan dengan intensitas yang wajar dapat dianggap memiliki nilai positif sebagai motivasi. Tetapi, apabila intensitasnya sangat kuat dan bersifat negative, justru malah akan menimbulkan kerugian dan dapat mengganggu keadaan fisik dan psikis individu yang bersangkutan (Stuart, 2013). Kecemasan dapat dikatakan memiliki kemiripan dengan rasa takut seseorang tetapi tidak spesifik, sedangkan ketakutan biasanya berespon terhadap ancaman langsung, sedangkan kecemasan ditandai dengan kekhawatiran tentang bahaya tidak terduga yang terletak di masa depan. Kecemasan merupakan keadaan emosional negatif yang ditandai dengan adanya firasat dan ketegangan, jantung berdetak kencang dan berkeringat (DF Annisa, 2016). Tingkat kecemasan seseorang dapat dipengaruhi oleh masalah kesehatan yang dialaminya, salah satu masalah kesehatan yang sering muncul pada lansia adalah penyakit hipertensi.

Hipertensi atau yang lebih sering dikenal dengan tekanan darah tinggi merupakan kondisi seseorang dengan hasil tekanan darah sistolik ≥ 120 mmHg dan diastolik ≥ 90 mmHg, Penyakit Hipertensi merupakan pemicu terjadinya stroke dan jantung coroner yang dapat menyebabkan kematian (Novian, 2015). Penderita hipertensi lebih banyak didapatkan pada lansia yang mana pada usia tersebut banyak terjadi perubahan-perubahan fisiologis ataupun psikologis, perubahan tersebut berpotensi terhadap kesehatan fisiknya (Annisa & Ifdil, 2016). Berdasarkan data Riskesdas pada tahun 2018, Di Indonesia penyakit hipertensi merupakan masalah kesehatan dengan prevalensi yang tinggi yaitu sebesar 34,1% dan Prevalensi hipertensi tertinggi di Negara Indonesia adalah Provinsi Kalimantan Selatan sebesar 36,6% atau 163.533 jiwa (Riskesdas, 2018).

Hasil studi pendahuluan yang diperoleh peneliti dari hasil wawancara didapatkan lansia memiliki pengetahuan yang kurang terkait penyakit hipertensi, kebiasaan dari masyarakat yang menyukai makanan dengan rasa yang gurih dan makanan-makanan yang bersantan menjadikan tekanan darah tidak normal atau tinggi, sehingga tingkat kecemasan lansia meningkat dan menjadi beban pikiran, hasil studi pendahuluan ini dilakukan peneliti terhadap 10

lansia di wilayah Puskesmas Martapura 2 Kabupaten Banjar. Dilihat dari tingginya angka kejadian penyakit hipertensi di wilayah Kalimantan Selatan dan kurangnya pengetahuan lansia terhadap penyakit hipertensi maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait tingkat kecemasan lansia dengan hipertensi berdasarkan pengetahuan yang dimiliki lansia.

METODE

Metode penelitian ini menggunakan desain penelitian *observasional deskriptif* dengan pendekatan *cross sectional* yaitu metode yang digunakan untuk memperoleh fakta-fakta yang menggambarkan secara sistematis, Mendeskripsikan karakteristik tingkat kecemasan lansia dengan hipertensi berdasarkan pengetahuan dengan menggunakan kuesioner yang telah di uji reabilitasnya, Populasi responden dalam penelitian ini adalah lansia penderita hipertensi di wilayah Puskesmas Simpur Kalimantan Selatan, dengan sampel penelitian berjumlah 61 responden dengan metode *simple random sampling*. Penelitian dilaksanakan pada bulan April sampai dengan bulan Juni tahun 2021.

HASIL

Karakteristik Demografi

Tabel. 1 Distribusi Jenis Kelamin, Usia, Pekerjaan dan Pendidikan Terakhir Lansia

Karakteristik Demografi		N	%
Jenis Kelamin	Laki-Laki	25	41
	Perempuan	36	59
Usia	40 - 50 tahun	10	16
	51 - 60 tahun	29	48
	61 - 70 tahun	11	18
	≥ 71	11	18
Pekerjaan	Petani	20	33
	Ibu Rumah Tangga (IRT)	13	21
	PNS	3	5
	Wiraswasta	25	41
Pendidikan Terakhir	SD	5	8
	SMP	26	43
	SMA/SMK	27	44
	Perguruan Tinggi	3	5

Sumber : Data primer yang sudah diolah (2021)

Tabel 1 menunjukkan karakteristik demografi jenis kelamin lansia sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 36 responden atau 59%, karakteristik usia sebagian besar berusia 51-60 tahun

dengan jumlah 29 responden atau 48%, karakteristik pekerjaan sebagian besar responden adalah petani dengan jumlah 20 responden atau sebesar 33%, dan karakteristik pendidikan sebagian besar berpendidikan SMA/SMK dengan jumlah 27 responden atau sebesar 44%.

Tingkat Kecemasan Lansia Dengan Hipertensi Berdasarkan Pengetahuan

Tabel. 2 Tingkat Kecemasan Lansia Berdasarkan Jenis Kelamin di Wilayah Kerja Puskesmas Simpur

Jenis Kelamin	Tingkat Kecemasan					
	Berat		Sedang		Ringan	
	N	%	N	%	N	%
Laki-laki	22	36	9	15	30	49
Perempuan	39	64	13	21	9	15

Tabel 2 menunjukkan bahwa jenis kelamin perempuan dengan tingkat kecemasan berat sebanyak 39 responden atau sebesar 64% dan tingkat jenis kelamin laki-laki dengan tingkat kecemasan ringan sebanyak 30 responden atau 49%.

Tabel 3. Tingkat Kecemasan Lansia Berdasarkan Pengetahuan di Wilayah Kerja Puskesmas Simpur

Pengetahuan	Tingkat Kecemasan					
	Berat		Sedang		Ringan	
	N	%	N	%	N	%
Baik	13	21	41	67	7	12
Cukup	31	51	9	15	21	34
Kurang	17	28	11	18	33	54

Tabel 3 menunjukkan bahwa tingkat kecemasan sedang dengan pengetahuan baik sebanyak 41 responden atau sebesar 67% dan tingkat kecemasan ringan dengan pengetahuan baik sebanyak 7 responden atau 12%.

PEMBAHASAN

Pada penelitian ini didapatkan bahwa responden lansia dengan hipertensi didapatkan lebih banyak berjenis kelamin perempuan dari pada jenis kelamin laki-laki, perempuan lebih berisiko mengalami peningkatan tekanan darah tinggi setelah menopause yaitu usia diatas 45 tahun, perempuan yang belum menopause dilindungi oleh hormon estrogen yang berperan dalam meningkatkan kadar *High Density Lipoprotein* (HDL) yang mana hormone estrogen menurun setelah terjadi menopause (D. Purwati, 2014). Selain itu pada perempuan juga cenderung memiliki gaya hidup yang kurang sehat diantaranya mengkonsumsi makanan dalam jumlah

<http://jurnalstikesintanmartapura.com/index.php/jikis>

Tiara Lani, Tingkat Kecemasan Lansia Dengan Hipertensi yang berlebih, tingkat stress yang tinggi, dan jenis pekerjaan yang menyebabkan kurangnya pergerakan (Arief, 2008).

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa tingkat kecemasan lansia berdasarkan pengetahuan bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik memiliki tingkat kecemasan yang sedang, hal ini dapat dimaknai bahwa lansia yang memiliki pengetahuan yang baik terkait pengaturan asupan makanan, sehingga lansia dengan pengetahuan baik dapat mengatur pola makan dan gaya hidup sesuai kondisi lansia tersebut, hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Kusumawati, 2014) bahwa dapat disimpulkan hasil yang signifikan ada hubungan antara pengetahuan penderita hipertensi dengan pola makan sehari-hari, dan pengetahuan seseorang mempengaruhi tindakan yang berkaitan dengan peningkatan tekanan darah pada penderitanya. Pengetahuan didapatkan dari pengalaman dan informasi yang didapatkan seseorang untuk mempengaruhi sikap, tindakan dan perilaku orang tersebut, jika penderita hipertensi memiliki pengetahuan yang baik maka secara tidak langsung akan membatasi perilaku yang dapat memperberat kondisi penderita tersebut, tidak hanya itu penderita juga akan bersikap sesuai dengan pengetahuan yang ia miliki untuk menjaga kesehatan tubuhnya. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian dari (AR Tarigan, 2018) bahwa pengetahuan tentang hipertensi diet, hipertensi asupan makanan dan sikap penderita hipertensi terhadap hipertensi diet memiliki pengaruh yang signifikan.

KESIMPULAN

Tingkat kecemasan lansia dengan hipertensi dalam penelitian ini dapat kesimpulan bahwa lansia dengan hipertensi di wilayah puskesmas simpur memiliki pengetahuan baik dengan tingkat kecemasan yang sedang, dan tingkat kecemasan yang berat pada lansia yang memiliki pengetahuan yang cukup dan kurang, hal ini dapat dikaitkan dengan kebiasaan masyarakat Kalimantan selatan khususnya wilayah simpur dan sekitarnya yang menyukai makanan gurih dan bersantan sehingga lansia tidak dapat mengontrol tekanan darahnya dengan baik atau tidak dapat mengatur pola makan yang sehat untuk penderita hipertensi. Mengingat banyaknya jumlah penduduk lanjut usia tidak hanya di wilayah Kalimantan selatan tetapi di Negara Indonesia maka permasalahan yang muncul baik fisik atau psikologis seperti kecemasan, yang merupakan kondisi yang dapat mempengaruhi

kesehatan fisik lansia dengan persoalan hidup pada lansia, pada lansia tidak hanya kecemasan tetapi banyak persoalan psikologis yang dihadapinya seperti perasaan kesepian, perasaan tidak berharga dan emosi yang meningkat pada usia lanjut. Dengan demikian diharapkan lansia dapat menjadi perhatian tidak hanya fisik tetapi juga psikologisnya.

SARAN

Dari hasil penelitian tingkat kecemasan lansia dengan hipertensi berdasarkan pengetahuan diharapkan kepada masyarakat dan tenaga kesehatan wilayah simpur dapat melaksanakan dan mengontrol tekanan darah secara rutin, yang paling penting adalah dengan lebih memperhatikan faktor psikis pada lansia yang dapat mempengaruhi atau memperburuk kesehatan fisik.

DAFTAR PUSTAKA

- Annisa and Ifdil. 2016. Konsep Kecemasan (*Anxiety*) Pada Lanjut Usia (Lansia). *Jurnal Konselor Universitas Padang*, 5(2), 93-99.
- Arief, 2008. Promosi Kesehatan.
- AR Tarigan, [Z Lubis](#) and S Syarifah. 2018. Pengaruh Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Terhadap Diet Hipertensi di Desa Hulu Kecamatan Pancur Batu Tahun 2016. *Jurnal kesehatan*, Vol 11 No 1. P-ISSN : 2086-2555
- Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Republik Indonesia, 2018. Laporan Nasional Rischesda 2018.
- Dinkes, 2017. Profil Data Kesehatan Kabupaten Hulu Sungai Selatan tahun 2017. Dinas Kesehatan Kabupaten Hulu Sungai Selatan Kandangan.
- Kusumawati, D. 2014. Hubungan Pengetahuan dan Dukungan Keluarga Dalam Pengaturan Diet Hipertensi Dengan Kepatuhan Diet Penderita Hipertensi Diwilayah Kerja Puskesmas Mojopanggung Banyuwangi. TESIS. Program Studi Magister Kedokteran Keluarga, Program Pascasarjana, Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Nursalam. 2017. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. (P. P. Lestari, Ed.) (4th ed.). Jakarta: Salemba Medika.
- Notoatmodjo dan Soekidjo. 2014. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta
- Novian, A. 2015. Faktor yang Berhubungan dengan Pasien Hipertensi. Universitas Negeri Semarang
- RD Purwati, [H Bidjuni](#), dan A Babakal. 2014. Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap

Pengetahuan Perilaku Klien Hipertensi di Puskesmas Bahu Manado. *Jurnal Keperawatan*. ejournal.unsrat.ac.id

Sundeen and Stuart. 2015. Buku Saku Keperawatan Jiwa. Jakarta: EGC.

Stuart, G. W. 2013. Buku Saku Keperawatan Jiwa. Jakarta: EGC.