

## TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA PASIEN HIPERTENSI

Ade Tedi Irawan<sup>1</sup>, Hera Hijriani<sup>1</sup>, Devi Sarah Familiahaq<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Departemen Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas YPIB Majalengka, Indonesia

### Informasi Artikel

Diterima : 02 November 2023  
Direvisi : 10 Desember 2023  
Terbit Online : 31 Desember 2023

### Kata kunci:

kecemasan, Hipertensi, Kualitas Hidup, Lansia

### Penanggung Jawab

Phone: (+62)81321052114  
E-mail:  
[adetedi.irawan2@gmail.com](mailto:adetedi.irawan2@gmail.com)

### Abstrak

Tekanan darah tinggi atau hipertensi ialah peningkatan tekanan darah melebihi batas normal dimana tekanan sistolik diatas 140 mmHg serta tekanan diastolik diatas 90 mmHg. Lanjut usia secara umum adalah seseorang dapat dikatakan lanjut usia apabila usianya telah mencapai 65 tahun keatas. Kualitas hidup (*Quality of Life*) merupakan suatu penilaian individu terkait kondisi kesehatan yang sedang dialami. Kecemasan (*Anxiety*) Adalah perasaan takut yang tidak jelas penyebabnya dan tidak didukung oleh situasi yang ada. Tujuan penelitian ini Untuk mengetahui Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Hidup Lansia Pasien Hipertensi Di UPTD Wilayah Kerja Puskesmas Ligung Kabupaten Majalengka. Metode penelitian menggunakan Kuantitatif. Intrumen penelitian kuesioner dengan teknik menggunakan wawancara. Uji analisa data menggunakan Chil-Square. Populasi pasien hipertensi di Desa ligung sebanyak 8.259 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *cross sectional* dengan banyak sampel 100. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, diperoleh *p-value* = 0,000 yang artinya *p-value* <  $\alpha$  (0,05), maka ada hubungan antara kecemasan dengan kualitas hidup lansia pasien hipertensi. Petugas kesehatan sebaiknya Memberikan motivasi kepada lansia untuk menjaga pola hidup sehat supaya kualitas hidupnya jauh lebih baik dan terhindar dari kecemasan.

## PENDAHULUAN

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan

diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Handayani et al., 2022). Menurut hasil survei Perhimpunan Gerontologi Medik Indonesia (Parmegi), sebanyak 37,8% lansia menderita penyakit hipertensi. Persentase itu merupakan yang tertinggi dibandingkan penyakit lansia lainnya. Sebanyak 24,6% penduduk lanjut usia (lansia) di

Indonesia memiliki riwayat sakit. Digambarkan dari hasil survei Perhimpunan Gerontologi Medik Indonesia (Parmegi) yang dilakukan terhadap 816 responden lansia di Indonesia. Dari hasil survei tersebut di dapatkan data sebanyak 37,8% lansia penderita penyakit hipertensi. (Hermawan, 2018)

Prevalensi hipertensi di Provinsi Jawa Barat berdasarkan data pada tahun 2019 s.d. 2021. Berdasarkan laporan Open Data Jabar nilai rata-rata tiap tahunnya mencapai 4.184.500,67 orang. Berdasarkan jumlah penderita hipertensi pada tahun 2021 sebanyak 4.607.116 orang dan mengalami kenaikan sebesar 10.39%. (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2022)

Berdasarkan laporan kasus hipertensi di Dinas Kesehatan (Dinkes) Kabupaten Majalengka tahun 2019 menunjukkan bahwa terdapat penderita hipertensi berjumlah 60110 orang, pada tahun 2020 penderita hipertensi berjumlah 146231 orang, dan pada tahun 2021 penderita hipertensi berjumlah 127852. Berdasarkan data Pelayanan Kesehatan Penderita Hipertensi di UPTD Wilayah Kerja Puskesmas Ligung Kabupaten Majalengka sebanyak 8.259. (Majalengka, 2022).

Kualitas hidup lansia bisa didapatkan dari kesejahteraan hidup lansia, emosi, fisik, pekerjaan, kognitif dan kehidupan sosial. Menurut *World Health*

*Organization Quality of Life (WHOQOL)*, kualitas hidup merupakan kondisi fungsional lansia yang meliputi kesehatan fisik yaitu aktivitas sehari-hari, ketergantungan kepada bantuan medis, kebutuhan istirahat, kegelisahan tidur, penyakit, energi dan kelelahan, mobilitas, aktivitas sehari-hari, kapasitas pekerjaan, kesehatan psikologis yaitu perasaan positif, penampilan dan gambaran jasmani, perasaan negatif, berfikir, belajar, konsentrasi, mengingat, self esteem dan kepercayaan individu, hubungan sosial lansia yaitu dukungan sosial, hubungan pribadi, serta aktivitas seksual, dan kondisi lingkungan yaitu lingkungan rumah, kebebasan, keselamatan fisik, aktivitas di lingkungan, kendaraan, keamanan, sumber keuangan, kesehatan dan kepedulian sosial. (Azizah & Hartanti, 2016)

Gangguan psikologis merupakan faktor penyebab terjadinya penyakit hipertensi, yang mengakibatkan timbulnya kecemasan berlebihan. Kecemasan merupakan salah satu gangguan kejiwaan yang menjadi masalah serius di seluruh dunia. Menurut data dari Riskesdas tahun 2018 menyatakan bahwa lansia yang mengalami kecemasan menyebabkan terjadinya peningkatan tekanan darah. Kecemasan adalah kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar yang

berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Keadaan emosi ini tidak memiliki obyek yang spesifik. Gangguan kecemasan dan depresi di derita oleh 40 juta populasi orang dewasa di Amerika dan diprediksi 20% dari populasi dunia menderita kecemasan (Gandhi, 2022).

## METODE

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan *cross sectional*. sampel lansia hipertensi sebanyak 100 responden, dengan *simple random sampling* instrument kuisioner proses pengambilan data dengan wawancara diolah secara komputerisasi menggunakan aplikasi statistic untuk mendapatkan hasil penelitian secara univariat yaitu tabel distribusi frekuensi dan bivariat yaitu uji chi-square.

## HASIL

Hasil penelitian ini akan diuraikan dalam bentuk tabel dan narasi sebagai berikut :

### Analisis Univariat

**Tabel 1** Frekuensi Variabel Kualitas Hidup pada Lansia

No.	Kualitas Hidup	F	%
1.	Rendah	7	7
2.	Sedang	22	22
3.	Tinggi	71	71
Jumlah		100	100

Sebagian kecil responden (7,0%) lansia di UPTD Wilayah Kerja Puskesmas Ligung Kabupaten Majalengka tahun 2023 yang memiliki kualitas hidup rendah.

**Tabel 2** Frekuensi Variabel Tingkat Kecemasan pada Lansia

No.	Tingkat Kecemasan	F	%
1.	Berat	6	6
2.	Sedang	44	44
3.	Ringan	32	32
4.	Tidak Cemas	18	18
Jumlah		100	100

Sebagian kecil responden (6,0%) lansia di UPTD Wilayah Kerja Puskesmas Ligung Kabupaten Majalengka tahun 2023 yang memiliki cemas berat.

## Analisis Bivariat

Tabel 3 Distribusi Proporsi Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Hidup Lansia Pasien Hipertensi

No	Tingkat Kecemasan	Kualitas Hidup			Jumlah
		Rendah	Sedang	Tinggi	
1	Berat	3	2	1	6
2	Sedang	2	2	40	44
3	Ringan	2	3	27	32
4	Tidak Cemas	0	15	3	18
Jumlah		7	22	71	100
<i>P value</i>		0.000			

Diperoleh  $p\text{ value} = 0,000$  yang artinya  $p\text{ value} < \alpha (0,05)$  sehingga hipotesis nol ditolak. Dengan demikian maka ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas hidup lansia pasien hipertensi.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas hidup lansia pasien hipertensi di UPTD Wilayah Kerja Puskesmas Ligung Kabupaten Majalengka tahun 2023 ( $p\text{ value} = 0,000$ ). Adanya hubungan hal ini dikarenakan semakin baiknya kualitas hidup lansia maka lansia tersebut akan terhindar dari berbagai kecemasan yang melanda hidupnya tersebut. Hal ini juga bisa dicegah dengan dirinya sendiri supaya bisa menerapkan pola hidup yang lebih sehat lagi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Azizah & Hartanti, 2016) dengan judul "Hubungan Antar Tingkat Stress Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Wonopringgo Pekalongan" dengan hasil terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas hidup dengan tingkat kecemasan ( $p\text{ value} = 0,001$ ). Juga hasil penelitian dari (Evitasari et al., 2021) dengan judul "Pengaruh Kecemasan Terhadap Hipertensi Lansia Pada Masa Pandemi Covid-19 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas DPT Argapura Kabupaten Majalengka Tahun 2021" dengan hasil yang sama persis dengan penelitian ini ( $p\text{ value} = 0,000$ ). Hipertensi merupakan salah satu jenis penyakit kardiovaskuler yang masih menjadi masalah utama di Dunia. Salah satu faktor terjadinya hipertensi adalah kecemasan. Kecemasan disebabkan karena berbagai keadaan seperti khawatir, gelisah, takut, tidak tenang disertai dengan berbagai keluhan fisik dan gangguan Kesehatan. Kecemasan yang berlebihan akan mempengaruhi terhadap kualitas hidup penderita hipertensi. Kualitas hidup memiliki pengaruh dalam aspek sosial terhadap tingkat kecemasan secara signifikan. Lansia mempunyai usia yang rentan akan berbagai penyakit yang mudah masuk pada tubuh mereka, kualitas hidup pun kadang tidak pernah mereka perhatikan. Kecemasan salah

satu hal wajar untuk semua orang, namun kecemasan akan menjadi masalah pada lansia karena rasa cemas yang berlebih. Mereka kadang tidak sadar dengan apa yang sedang terjadi dan apa yang sedang mereka alami. (Irawani & Nuryawati, 2019)

Upaya untuk meningkatkan hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi yaitu dengan menjaga kesehatan dan pola hidup yang sehat. Karena pada dasarnya dalam hidup kita harus seimbang, begitu juga dengan kesehatan. Semua rasa sakit ada obatnya tapi lebih baik kita menghindari rasa sakit itu dengan menjaga kesehatan fisik dan kesehatan mental kita

## **KESIMPULAN**

Sebagian kecil responden 7 orang (7,0%) lansia yang memiliki kualitas hidup rendah, Sebagian kecil responden 6 orang (6,0%) lansia yang memiliki cemas berat, Dan Ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas hidup lansia pasien hipertensi. Oleh sebab itu dapat disimpulkan Bukan hanya kesehatan fisik saja tapi kesehatan mental pun sangat penting.

## **UCAPAN TERIMAKASIH**

Ucapan terimakasih Kami kepada seluruh pihak yang sudah membantu, terutama

puskesmas Ligung yang sangat mendukung penelitian ini.

## **REFERENSI**

- Azizah, R., & Hartanti, R. D. (2016). Hubungan Antara Tingkat Stress Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Wonopringgo Pekalongan. *Jurnal University Reseach Coloquium*, 261–278.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. (2022). Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. In *Diskes Jabarprov*.
- Evitasari, D., Amalia, M., & Pikna, Y. M. (2021). Kecemasan pada Masa Pandemi Covid-19 Meningkatkan Tekanan Darah Lansia. *Jurnal Kesehatan Perintis (Perintis's Health Journal)*, 8(2), 116–120. <https://doi.org/10.33653/jkp.v8i2.676>
- Gandhi, S. (2022). *Textbook of Mental Health and Psychiatric Nursing: Principles and Practice*. Elsevier Health Sciences. <https://books.google.co.id/books?id=stN-EAAAQBAJ>
- Handayani, H., Falah, M., Mulyanti, S., Setiawan, A., Solihatin, Y., Sri Rachmawati, A., Suhartini, T., Nurlina, F., Ariyani, H., Kardina, E., Ilmu Kesehatan, F., & Muhammadiyah Tasikmalaya, U. (2022). Pemeriksaan Tekanan Darah

- Dan Penyuluhan Kesehatan Tentang Hipertensi Di Masjid Ahmad Dahlan Gunung Tujuh Kelurahan Sukarindik Kecamatan Bungur Sari Kota Tasikmalaya. *Balarea: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 1–4. <https://journal.umtas.ac.id/index.php/balarea/article/view/2494>
- Hermawan, M. B. A. (2018). *Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi Di Desa Bulangan Haji Kecamatan Pagantenan Kabupaten Pamekasan*.
- Irawani, A. T., & Nuryawati, L. S. (2019). Gambaran Fungsi Kognitif Pada Lanjut Usia Di Uptd Puskesmas Majalengka Kecamatan Majalengka Wetan Kabupaten Majalengka. *Kesehatan*, 8(7), 129–133.
- Majalengka, P. D. (2022). profil kesehatan. *Usia Harapan Hidup*, 022, 21–22.
- Maryam, S. (2020.). *Menengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Penerbit Salemba. <https://books.google.co.id/books?id=jxpDEZ27dnwC>