

SKRIPSI

HUBUNGAN STRES DAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI DUSUN JUWONO, KALURAHAN TRIHARJO, KECAMATAN PANDAK, KABUPATEN BANTUL

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Keperawatan



Oleh:

WIJIANI

KP2101510

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA
YOGYAKARTA
2025**

**HUBUNGAN STRES DAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI DUSUN
JUWONO, KALURAHAN TRIHARJO, KECAMATAN PANDAK,
KABUPATEN BANTUL**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Keperawatan



Oleh:

WIJIANI

KP2101510

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA
YOGYAKARTA
2025**



SKRIPSI

HUBUNGAN STRES DAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI DUSUN JUWONO, KALURAHAN TRIHARJO, KECAMATAN PANDAK, KABUPATEN BANTUL

Disusun Oleh :

Wijiani

KP.21.01.510

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal ...12 Juni 2025

Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji

Anida, S.Kep., Ns., M.Sc
Pembimbing Utama / Penguji I

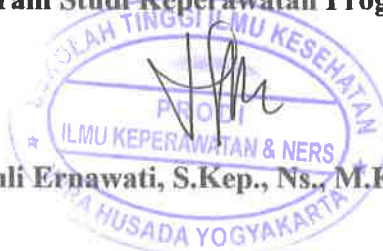
Dr. drh. Sitti Rahmah Umniyati, SU
Pembimbing Pendamping / Penguji II

Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep

Skrripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan

Yogyakarta, ...09... Juli2025

Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana



Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep.





PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Wijiani

NIM : KP.21.01.510

Program Studi : Keperawatan Program Sarjana

Judul Penelitian : Hubungan Stres dan Hipertensi Pada Lansia di Dusun Juwono, Kalurahan Triharjo, Kecamatan Pandak, Kabupaten Bantul

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya dalam bentuk skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di STIKES Wira Husada maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan Dosen Pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh atas karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 23 Juli 2025

Yang n: 1,



Wijiani

NIM: KP.21.01.510



HALAMAN MOTTO

“Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

(Q.S Al-Baqarah: 286)

“Hidup bukan saling mendahului, bermimpilah sendiri-sendiri”

(Baskara-Hindia)

“It's fine to fake it until you make it, until you do, until it true”

(Taylor Swift)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Terima kasih atas segala motivasi, dukungan, serta doa yang diberikan oleh berbagai pihak selama proses penyusunan Skripsi ini. Dengan penuh rasa syukur dan hormat, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Allah SWT, atas Rahmat, petunjuk, dan kemudahan-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini sesuai dengan waktu yang direncanakan.
2. Kedua orang tua penulis Bapak Kutut Supardiono dan Ibu Basiah atas doa yang tidak pernah berhenti dan dukungan serta motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini.
3. Untuk kakak sepupu penulis, Indah Fathikasari, Catur Febriani, dan Tri Utami yang selalu memberikan semangat serta motivasi selama penyusunan Skripsi ini.
4. Untuk rekan-rekan mahasiswa terkhususnya Nurwidayati dan Yunita Nindi Setianingsih yang selalu memberikan motivasi, dukungan, dan bantuan selama penyusunan Skripsi.
5. Untuk seseorang yang tidak dapat penulis sebutkan namanya, terima kasih atas motivasi yang telah diberikan secara tidak langsung, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini.
6. Semua pihak yang terlibat dalam proses penyusunan Skripsi. Terima kasih atas dukungannya.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah Yang Maha Esa atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga skripsi dengan judul “Hubungan Stres dan Hipertensi Pada Lansia di Dusun Juwono, Kalurahan Triharjo, Kecamatan Pandak, Kabupaten Bantul” dapat disusun dengan baik. Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini, tidak lepas dari bantuan, bimbingan, serta dukungan dari berbagai pihak, untuk itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Dra. Ning Rintiswati, M.Kes., selaku Ketua STIKES Wira Husada Yogyakarta
2. Ibu Fatmah, S.S.T., selaku Kepala Puskesmas Pandak II yang telah memberikan izin dan dukungan dalam pelaksanaan penelitian di Dusun Juwono, Kalurahan Triharjo, Wilayah Kerja Puskesmas Pandak II, Kabupaten Bantul.
3. Bapak Sukijan, selaku Dukuh Dusun Juwono, Kalurahan Triharjo, Kecamatan Pandak, Kabupaten Bantul, yang telah memberikan izin dan dukungan selama pelaksanaan pengambilan data penelitian.
4. Ibu Dr. drh. Sitti Rahmah Umniyati, SU., selaku dosen pembimbing utama yang telah meluangkan waktu dan memberikan bimbingan kepada penulis dalam penulisan Skripsi ini.
5. Ibu Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana STIKES Wira Husada Yogyakarta dan dosen pembimbing pendamping yang telah memberikan bimbingan dan saran dalam proses penyempurnaan Skripsi ini.
6. Ibu Anida, S.Kep., Ns., M.Sc., selaku dosen penguji yang telah memberikan saran dan evaluasi yang membangun selama seminar hasil penelitian
7. Bapak Ibu dosen Program Studi Keperawatan Program Sarjana STIKES Wira Husada Yogyakarta yang telah memberikan motivasi dan dukungan kepada penulis.

Skripsi ini masih jauh dari sempurna dan masih memerlukan masukan serta saran untuk menjadi lebih baik. Semoga Skripsi ini dapat memberikan manfaat, tidak hanya bagi peneliti, tetapi bagi akademis, dan masyarakat.

Penulis mengucapkan terima kasih atas perhatian dan kerja sama semua pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan Skripsi ini.

Yogyakarta, 22 Juni 2025

(Wijiani)

HUBUNGAN STRES DAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI DUSUN JUWONO, KALURAHAN TRIHARJO, KECAMATAN PANDAK, KABUPATEN BANTUL

Wijiani¹, Sitti Rahmah Umniyati², Yuli Ernawati³

INTISARI

Latar belakang : Masa lanjut usia identik dengan penurunan fungsi tubuh dan perubahan psikososial yang sering kali memicu stres. Jika tidak dikelola dengan baik, stres dapat berdampak pada tekanan darah dan memicu hipertensi. Hipertensi sendiri merupakan masalah kesehatan umum pada lansia yang berisiko menimbulkan komplikasi serius.

Tujuan penelitian : Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan stres dan hipertensi pada lansia di Dusun Juwono, Kalurahan Triharjo, Kabupaten Bantul.

Metode : Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Sampel penelitian sebanyak 50 lansia penderita hipertensi diperoleh melalui teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner stres yang diadopsi dari penelitian Pratiwi (2014) serta telah dimodifikasi oleh peneliti dengan jumlah item 20 pertanyaan yang terdiri dari 13 pertanyaan *favourable* dan 7 pertanyaan *unfavourable* agar lebih sesuai dengan karakteristik responden dalam penelitian ini. Adapun alat *tensimeter digital* digunakan untuk mengukur tekanan darah. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Chi-Square*.

Hasil : Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas lansia di Dusun Juwono, Kalurahan Triharjo, Kecamatan Pandak, Kabupaten Bantul mengalami stres berat, dan memiliki tekanan darah kategori hipertensi tingkat 2 dan tingkat 3. Hasil analisis statistik menunjukkan hubungan bermakna antara stres dan hipertensi dengan nilai $p < 0,05$. Nilai koefisien kontingensi sebesar 0,79 yang berarti menunjukkan hubungan yang kuat antara kedua variabel.

Kesimpulan : Stres yang lebih tinggi berhubungan erat dengan peningkatan hipertensi pada lansia. Oleh karena itu, manajemen stres perlu menjadi bagian dari upaya penanggulangan hipertensi pada kelompok usia lanjut.

Kata kunci : Lansia, Stres, Hipertensi

¹ Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana STIKES Wira Husada Yogyakarta

² Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

³ Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS AND HYPERTENSION IN THE ELDERLY IN JUWONO HAMLET, TRIHARJO VILLAGE, PANDAK SUB-DISTRICT, BANTUL REGENCY

Wijiani¹, Sitti Rahmah Umniyati², Yuli Ernawati³

ABSTRACT

Background:

Old age is typically associated with a decline in bodily functions and psychosocial changes that often trigger stress. If not managed properly, stress can affect blood pressure and lead to hypertension. Hypertension is a common health issue among the elderly and poses a risk of serious complications.

Objective:

This study was conducted to examine the relationship between stress and hypertension among the elderly in Dusun Juwono, Triharjo Village, Bantul Regency.

Method:

This research employed a quantitative approach with a cross-sectional design. The study involved 50 elderly individuals with hypertension, selected through total sampling. Data were collected using a stress questionnaire adapted from a study by Pratiwi (2014) and modified by the researcher to consist of 20 items, including 13 favourable and 7 unfavourable questions, to better fit the characteristics of the respondents in this study. A digital sphygmomanometer was used to measure blood pressure. Data analysis was performed using the Chi-Square test.

Results:

The results showed that most elderly individuals in Dusun Juwono, Triharjo Village, Pandak Subdistrict, Bantul Regency experienced severe stress and had blood pressure in the category of stage 2 and stage 3 hypertension. Statistical analysis revealed a significant relationship between stress and hypertension with a p-value of <0.05. The contingency coefficient value was 0.79, indicating a strong relationship between the two variables.

Conclusion:

Higher levels of stress are strongly associated with increased hypertension among the elderly. Therefore, stress management should be an essential component of efforts to address hypertension in the elderly population.

Keywords: Elderly, Stress, Hypertension

¹ Undergraduate Student, Nursing Program, STIKES Wira Husada Yogyakarta

² Lecturer, STIKES Wira Husada Yogyakarta

³ Lecturer, STIKES Wira Husada Yogyakarta

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iii
HALAMAN MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
INTISARI.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	8
F. Keaslian Penelitian.....	9
BAB II.....	14
TINJAUAN PUSTAKA	14
A. Landasan Teori.....	14
B. Kerangka Teori.....	28

C. Kerangka Konsep.....	29
D. Hipotesis.....	30
BAB III	31
METODOLOGI PENELITIAN.....	31
A. Jenis Penelitian.....	31
B. Waktu dan Tempat Penelitian	31
C. Populasi dan Sampel	31
D. Variabel Penelitian.....	32
E. Definisi Operasional	34
F. Alat / Instrumen Penelitian.....	36
G. Uji Validitas dan Reliabilitas (Uji Kesahihan dan Keandalan).....	40
H. Analisis Data	42
I. Jalannya Pelaksanaan Penelitian	47
J. Etika Penelitian	51
BAB IV	53
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	53
A. Hasil	53
B. Pembahasan.....	62
C. Keterbatasan Penelitian.....	70
BAB V.....	72
KESIMPULAN DAN SARAN.....	72
A. Kesimpulan	72
B. Saran.....	72
DAFTAR PUSTAKA	74
LAMPIRAN.....	79

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	9
Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi Menurut (Kemenkes RI, 2023)	27
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	34
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Kuesioner Stres Pada Lansia	37
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di Dusun Juwono, Kalurahan Triharjo, Kecamatan Pandak, Kabupaten Bantul	55
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Stres Lansia di Dusun Juwono, Kalurahan Triharjo, Kecamatan Pandak, Kabupaten Bantul	59
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Hipertensi Lansia di Dusun Juwono, Kalurahan Triharjo, Kecamatan Pandak, Kabupaten Bantul	60
Tabel 4. 4 Hubungan Stres dan Hipertensi Pada Lansia di Dusun Juwono, Kalurahan Triharjo, Kecamatan Pandak, Kabupaten Bantul	61

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	28
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep	29

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Alur Penelitian.....	80
Lampiran 2 Permohonan Izin Studi Pendahuluan Dinas Kesehatan Bantul	81
Lampiran 3 Surat Izin Studi Pendahuluan dari Dinas Kesehatan Bantul.....	82
Lampiran 4 Permohonan Izin Studi Pendahuluan Puskesmas Pandak II.....	83
Lampiran 5 Permohonan Izin Studi Pendahuluan Dukuh Juwono	84
Lampiran 6 Surat Keterangan Kelaikan Etik	85
Lampiran 7 Turnitin	86
Lampiran 8 Hasil Uji Kalibrasi Instrumen Tensimeter Digital.....	88
Lampiran 9 Permohonan Izin Uji Validitas dan Reliabilitas	94
Lampiran 10 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Stres	95
Lampiran 11 Permohonan Izin Penelitian.....	106
Lampiran 12 Implementation Of Agreement	107
Lampiran 13 Surat Permohonan Menjadi Responden	109
Lampiran 14 Informed Consent	110
Lampiran 15 Surat Pengantar Penelitian.....	111
Lampiran 16 Surat Persetujuan Menjadi Asisten.....	114
Lampiran 17 Jadwal Pelaksanaan Penelitian	115
Lampiran 18 Data Hipertensi	116
Lampiran 19 Lembar Kuesioner	119
Lampiran 20 Kisi-Kisi Kuesioner Stres Pada Lansia.....	123
Lampiran 21 Lembar Observasi Hipertensi	125
Lampiran 22 Hasil Olah Data SPSS.....	126
Lampiran 23 Dokumentasi Penelitian	131

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia (lansia) merupakan penduduk dengan umur 60-74 tahun (Badan Pusat Statistik, 2023). Setiap tahun jumlah lansia meningkat, populasi lansia di Indonesia pada tahun 2023 mencapai 11,75% (Badan Pusat Statistik Kota Pagar Alam, 2024). Lansia merupakan siklus hidup yang dialami setiap manusia berkaitan dengan proses penuaan ditandai dengan penurunan fungsi tubuh seperti adanya berambut putih, bergigi ompong, berkulit keriput, berjalan bungkuk, menjalani pengobatan rutin akibat penyakit tidak menular (PTM), hilangnya jaringan aktif tubuh dalam otot tubuh, dan kemunduran psikologis secara gradual. Kondisi penurunan fungsi tubuh tersebut bisa menyebabkan masalah psikososial bagi lansia dan dapat disimpulkan bahwa perubahan yang dialami lansia berpotensi berkembang menjadi permasalahan lain yang kerap disertai dengan pergeseran konsep diri, ketika lansia mengalami penurunan dalam konsep diri maka hal ini dapat menyebabkan peningkatan stres (*Hermina Hospitals*, 2021).

Stres ialah respon psikologis dan fisiologis tubuh terhadap rangsangan emosional yang disebabkan oleh faktor lingkungan serta pengalaman di kehidupan individu. Stres pada lansia bisa menimbulkan gejala yang mengganggu kesehatan yaitu, sulit tidur, mudah marah, perubahan nafsu makan, mudah sakit, sulit konsentrasi, peningkatan detak jantung, dan berkeringat berlebihan (*Siloam Hospitals*, 2024). Stres lansia dapat muncul akibat berbagai faktor seperti keterbatasan fisik, kehilangan pasangan hidup, ketidakmampuan dalam melakukan aktivitas yang dulu dapat dilakukan secara mandiri, serta berkurangnya interaksi sosial dengan lingkungan sosial (Fitriana *et al.*, 2021). Lansia yang mengalami stres berkepanjangan cenderung memiliki peningkatan kadar hormon stres

contohnya adrenalin dan kortisol yang berkontribusi terhadap penyempitan pembuluh darah (vasokonstriksi), serta peningkatan denyut jantung (Tinah & Siregar, 2023).

Stres dapat dikategorikan menjadi akut dan kronis. Stres akut berlangsung dalam durasi yang singkat sebagai respon terhadap situasi mendesak atau berbahaya, seperti perubahan kondisi kesehatan yang tiba-tiba atau kehilangan anggota keluarga. Sebaliknya, stres kronis terjadi dalam waktu yang lama dan dapat disebabkan oleh faktor ekonomi, isolasi sosial, serta keterbatasan fisik yang semakin memburuk (WHO, 2024).

Pada penelitian sebelumnya oleh Tyas & Zulfikar (2021) didapatkan hasil yakni terdapat keterkaitan signifikan antara tingkat stres serta tekanan darah pada lansia. Faktor-faktor yang dapat memicu stres pada lansia meliputi ketidakpuasan terhadap aktivitas sehari-hari, peran sebagai orang tua serta kurangnya komunikasi mengenai masalah pribadi dengan keluarga. Hasil penelitian Tyas & Zulfikar menunjukkan bahwa tingkat stres sebesar 40,3% dapat memicu peningkatan tekanan darah secara intermiten melalui aktivitas saraf simpatik. Hidayati *et al.* (2022) menemukan adanya keterkaitan signifikan antara stres dengan peningkatan tekanan darah serta sebanyak 47,6% responden mengalami stres kriteria tinggi, salah satu faktor yang berkontribusi terhadap stres adalah status pekerjaan, terutama dalam situasi kompleks, tuntutan yang melebihi kapasitas individu, dan serta ketidakjelasan kondisi. Hal ini memperlihatkan bahwa semakin besar tingkat stres, semakin besar kemungkinan terjadinya peningkatan tekanan darah. Hasil penelitian Hidayati tersebut mengungkapkan bahwa 85,7% responden mengalami kenaikan tekanan darah akibat stres.

Hasil kedua penelitian sebelumnya menyatakan bahwa stres bisa meningkatkan tekanan darah. Faktor yang mempengaruhi stres pada lansia meliputi ketidakpuasan hidup, kurangnya peran sosial, dan status pekerjaan. Semakin tinggi stres, semakin besar kemungkinan tekanan darah meningkat. Jika stres tidak ditangani dengan baik, maka akan berdampak pada kesehatan mental, gaya hidup lansia, serta kondisi medis yang lebih

serius seperti hipertensi. Berdasarkan teori adaptasi Callista Roy *cit* Laily & Nursanti (2024) kemampuan lansia dalam mengelola stres menjadi faktor untuk menjaga kestabilan tekanan darah. Pendekatan holistik yang dapat dilakukan adalah memberikan edukasi mencakup aspek fisik seperti gaya hidup, aspek psikologis berfokus pada kondisi emosional dan mental lansia, aspek sosial seperti dukungan keluarga dan interaksi sosial (Widayanti, 2023).

Terkait dengan penelitian tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian lanjutan dengan memperhatikan faktor lain seperti apakah lansia mempunyai kecemasan, kegelisahan, ketakutan, dan kurangnya dukungan keluarga yang dapat menyebabkan stres serta menyebabkan tingginya tekanan darah. Hipertensi ialah penyakit yang paling banyak dialami lansia.

Hipertensi ialah kondisi dimana tekanan darah melebihi normal dengan angka sistolik berada >140 mmHg serta angka diastolik berada >90 mmHg yang diukur menggunakan alat pengukuran tekanan darah yaitu tensimeter atau *sphygmomanometer* (Kemenkes RI, 2021). Meskipun gejala hipertensi tidak terjadi secara langsung tetapi gejala hipertensi mirip dengan penyakit lainnya yaitu, sakit kepala atau kepala terasa berat, penglihatan kabur, mudah lelah, dan jantung berdebar, kondisi tersebut apabila tak bergegas ditangani dapat menyebabkan terjadinya komplikasi pada sistem kardiovaskular, saraf, serta ginjal yang berdampak pada kualitas hidup lansia (Putri *et al.*, 2022).

Faktor penyebab hipertensi pada lansia dapat berasal dari aspek biologis dan psikologis (Kamila & Salim, 2018). Faktor biologis meliputi umur, jenis kelamin, keturunan, konsumsi garam berlebih, kurangnya aktivitas fisik, serta obesitas. Sementara itu faktor psikologis seperti stres, kecemasan, serta depresi juga berkontribusi dalam peningkatan tekanan darah (Lumintang *et al.*, 2023). Perubahan ini menyebabkan lansia mengalami ketidaknyamanan emosional yang dapat berdampak pada kesehatan fisik mereka (Kamila & Salim, 2018).

Menurut WHO prevalensi hipertensi secara global mencapai 33% yang berarti 1 diantara 3 orang di dunia mengalami hipertensi dan akan bertambah setiap tahunnya (WHO, 2023). Hipertensi yang ada di Indonesia menduduki peringkat ke-5 dunia, berdasarkan hasil pengukuran, prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 30,8% jiwa dan berdasarkan diagnosis dokter mencapai 8,6% jiwa (Kemenkes RI, 2023). Di Indonesia lansia berusia 60-74 tahun memiliki prevalensi hipertensi sebesar 63,2% (Hidayati *et al.*, 2023). Pemerintah Indonesia telah berupaya dalam mencegah dan menangani penyakit tidak menular, termasuk hipertensi. Hal ini dibuktikan dengan target global pengendalian serta pencegahan PTM tahun 2025 yang tertera dalam UU RI No. 36 Tahun 2009 tentang kesehatan. Usaha tersebut mencakup pendekatan preventif, promotif, kuratif, serta rehabilitatif yang ditujukan bagi seseorang maupun masyarakat. Selain itu pemerintah juga menggalakkan program promosi kesehatan yang mendorong gaya hidup sehat seperti olahraga, diet rendah garam, dan teknik relaksasi untuk mengurangi stres. Melalui Jaminan Kesehatan Nasional (JKN) pemerintah juga memberikan obat-obatan hipertensi dan akses layanan kesehatan yang terjangkau bagi lansia. Dalam Undang-Undang No. 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia juga menegaskan hak lansia untuk hidup sehat dan produktif. Berbagai kebijakan tersebut menunjukkan komitmen pemerintahan dalam menangani permasalahan hipertensi pada lansia (Badan Pusat Pembinaan Hukum Indonesia, 2024).

Adapun data hipertensi di Daerah Istimewa Yogyakarta pada 2023 menunjukkan bahwa urutan hipertensi tertinggi ada di Kabupaten Bantul dengan jumlah 43.306 jiwa (Dinas Kesehatan DIY, 2023). Sedangkan data hipertensi dari 27 Puskesmas di Kabupaten Bantul menunjukkan bahwa urutan hipertensi tertinggi terdapat di Wilayah Kerja Puskesmas Pandak II dengan jumlah 401 jiwa (Dinas Kesehatan Bantul, 2023). Wilayah kerja Puskesmas II meliputi Kalurahan Triharjo, Kalurahan Caturharjo, Kalurahan Gilangharjo, dan Kalurahan Wijirejo. Lansia yang mengalami hipertensi tertinggi berada di Kalurahan Triharjo dan Caturharjo berturut-

turut 353 lansia dan 276 lansia (*Unpublished data* Puskesmas Pandak II, 2024). Sehubungan dengan hal tersebut penelitian akan dilakukan di Kalurahan Triharjo. Mengingat ada 10 dusun di Kalurahan Triharjo, maka akan diambil 1 dusun yang lokasinya paling dekat dengan Puskesmas Pandak II yaitu di Dusun Juwono walaupun kasus hipertensinya pada urutan ke dua dengan jumlah 41 lansia (*Unpublished data* Puskesmas Pandak II, 2024). Data lain diperoleh dari kader adalah 9 lansia dengan hipertensi, sehingga jumlah lansia di Dusun Juwono dengan hipertensi adalah 50 lansia. Data ini lebih tinggi dari Dusun Ngabean yang jumlahnya 48 lansia. Selain itu data statistik Puskesmas Pandak II ternyata terdapat peningkatan kasus hipertensi di Dusun Juwono dalam 3 bulan terakhir, bulan oktober sebanyak 40%, bulan november 52%, serta bulan desember 64%, sedangkan di Dusun Ngabean dalam 3 bulan terakhir mengalami penurunan kasus hipertensi yaitu pada bulan oktober sebanyak 79%, bulan november 77,1%, dan bulan desember 54,2% (*Unpublished data* Puskesmas Pandak II, 2024). Hal tersebut juga dibuktikan dengan belum adanya kelas hipertensi pada Dusun Juwono sehingga akan berdampak pada peningkatan hipertensi lansia di Dusun Juwono untuk bulan berikutnya, sedangkan di Dusun Ngabean sudah terdapat kelas hipertensi.

Hasil wawancara yang dilakukan peneliti di tanggal 4 Januari 2025 dengan izin resmi dari Dukuh Dusun didapatkan hasil 10 lansia penderita hipertensi di Dusun Juwono sebelum didiagnosis hipertensi 3 dari 10 lansia merasa sehat serta masih bisa beraktivitas seperti biasa, namun seiring waktu berdasarkan wawancara lansia tersebut sering merasa lelah, mudah marah, sulit tidur, sering merasa cemas tanpa alasan yang jelas, adapun 7 lansia lainnya sering gelisah terutama saat menghadapi masalah keluarga, serta terkadang merasa jantung berdebar lebih kencang dari biasanya. Setelah terdiagnosis hipertensi 10 lansia tersebut merasa kondisi kesehatannya semakin menurun ditandai dengan sering mengalami pusing, kepala terasa berat, dan gampang lelah, serta mengeluhkan gelisah, mudah marah saat anak atau pasangannya susah diberi nasihat dan merasa khawatir

akibat dari tindakannya. Adapun 3 lansia dari 10 lansia merasa khawatir di rumah sendiri karena anaknya bekerja dan salah satu lansia merasa sedih karena anaknya sedang sakit. Cara mengatasi keluhan tersebut lansia biasanya beristirahat, tidur, mengisi waktu luang dengan menonton televisi, dan berkebun. Berdasarkan hasil wawancara, dari 10 lansia tersebut, 8 lansia rutin mengikuti posyandu lansia dan terdapat 2 lansia yang kadang-kadang mengikuti posyandu lansia dan tidak rutin meminum obat hipertensi. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan guna mengkaji hubungan antara stres dan hipertensi pada lansia, sehingga dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan intervensi keperawatan untuk lansia.

Sehubungan dengan latar belakang yang telah diuraikan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Stres dan Hipertensi Pada Lansia di Dusun Juwono, Kalurahan Triharjo, Kecamatan Pandak, Kabupaten Bantul”.

B. Rumusan Masalah

Sehubungan dengan uraian latar belakang tersebut rumusan masalah pada penelitian ini ialah “Adakah hubungan stres dan hipertensi pada lansia di Dusun Juwono, Kalurahan Triharjo, Wilayah Kerja Puskesmas Pandak II, Kabupaten Bantul DIY?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan stres dan hipertensi pada lansia di Dusun Juwono, Kalurahan Triharjo, Wilayah Kerja Puskesmas Pandak II, Kabupaten Bantul DIY.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini ialah:

- a. Untuk mengetahui stres pada lansia di Dusun Juwono, Kalurahan Triharjo, Wilayah Kerja Puskesmas Pandak II, Kabupaten Bantul DIY.

- b. Untuk mengetahui hipertensi pada lansia di Dusun Juwono, Kalurahan Triharjo, Wilayah Kerja Puskesmas Pandak II, Kabupaten Bantul DIY.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan berkontribusi dalam pengembangan ilmu keperawatan gerontik, mengingat meningkatnya populasi lansia dan pentingnya pemahaman yang lebih mendalam dalam bidang ini.
- b. Penelitian ini bisa menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya seperti memperluas pemahaman tentang hubungan stres dan hipertensi pada lansia dan diharapkan bisa berkontribusi yang signifikan dalam mengembangkan referensi serta pengetahuan tentang bagaimana hubungan stres dan hipertensi pada lansia.
- c. Informasi dalam penelitian yang telah dilakukan peneliti bisa dijadikan pedoman guna mengoptimalkan intervensi khususnya dalam mengelola hipertensi pada lansia.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Institusi Pendidikan:

Hasil penelitian ini bisa dipakai untuk referensi mahasiswa Stikes Wira Husada dalam proses pembelajaran dan untuk melaksanakan penelitian tentang hubungan stres dan hipertensi pada lansia.

- b. Bagi Masyarakat:

Hasil penelitian ini bisa dijadikan sebagai sumber informasi dan pengetahuan tentang stres dengan hipertensi untuk masyarakat.

- c. Bagi Peneliti

Manfaat penelitian ini adalah peneliti bisa memahami lebih dalam tentang bagaimana stres mempengaruhi hipertensi pada lansia. Penelitian ini juga dapat melatih keterampilan peneliti dalam merancang studi, mengumpulkan data, dan menganalisis hasil menggunakan pendekatan ilmiah.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini adalah:

1. Materi

Ruang lingkup materi dalam penelitian ini adalah keperawatan gerontik.

2. Responden/Subyek Penelitian

Responden/subyek dalam penelitian ini ialah lansia berumur 60-74 tahun yang menderita hipertensi di Dusun Juwono, Kalurahan Triharjo, Wilayah Kerja Puskesmas Pandak II, Kabupaten Bantul DIY.

3. Waktu

Penelitian ini dilaksanakan pada periode bulan September 2024 hingga bulan Juli 2025

4. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Dusun Juwono, Kalurahan Triharjo, Wilayah Kerja Puskesmas Pandak II, Kabupaten Bantul DIY.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1
Keaslian Penelitian

Peneliti	Judul Penelitian	Hasil Penelitian Jurnal	Persamaan	Perbedaan
(Hermawan, 2021)	Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi di Desa Bulangan Kecamatan Pagantenan Kabupaten Pamekasan	Hasil penelitian menunjukan tingkat stres pada lansia hipertensi di Desa Bulangan Haji kecamatan Pegantenan kabupaten Pamekasan sebagian besar mengalami stres sedang sebanyak 27 orang (51,9%). Kualitas hidup pada lansia hipertensi di Desa Bulangan Haji kecamatan Pegantenan kabupaten Pamekasan sebagian besar memiliki kualitas hidup kurang sebanyak 33 orang	1. Penelitian sebelumnya dan penelitian ini sama-sama menggunakan responden lansia yang mengalami hipertensi. 2. Penelitian sebelumnya dan penelitian ini sama-sama menggunakan metode	Analisis data dalam penelitian sebelumnya dilakukan menggunakan uji statistik lambda. Sedangkan penelitian ini menggunakan uji <i>Chi Square</i>

Peneliti	Judul Penelitian	Hasil Penelitian Jurnal	Persamaan	Perbedaan
		(63,5%). Hasil penelitian tersebut didapatkan bahwa ada hubungan tingkat stres dengan kualitas hidup lansia hipertensi di Desa Bulangan Haji kecamatan Pegantenan kabupaten Pamekasan dengan nilai pvalue 0,019 kurang dari nilai $\alpha < 0,05$.	deskriptif analitik dengan desain <i>cross-sectional</i> .	
(Pebriyani <i>et al.</i> , 2022)	Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Angka Kejadian Hipertensi Pada Usia Produktif Di Puskesmas Kedaton Bandar Lampung.	Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden memiliki tingkat stres sedang sebanyak 30 orang (44.1%). Sebagian besar responden mengalami hipertensi tahap 1 sebanyak 34 orang (50.0%). Adanya hubungan yang signifikan	Peneliti sebelumnya dan penelitian ini sama-sama meneliti dengan responden hipertensi. Kedua penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif, jenis penelitian pada	Penelitian sebelumnya dilakukan pada responden usia produktif, sedangkan penelitian ini pada responden lanjut usia (lansia).

Peneliti	Judul Penelitian	Hasil Penelitian Jurnal	Persamaan	Perbedaan
		antara tingkat stres dengan hipertensi dengan diperoleh nilai p-value = 0.005	Kedua penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan desain <i>cross-sectional</i>	
(Delavera <i>et al.</i> , 2021)	Hubungan Kondisi Psikologis Stres dengan Hipertensi pada Penduduk Usia Di atas 15 Tahun di Indonesia	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan antara kondisi psikologis stres dengan kejadian hipertensi pada penduduk usia ≥ 15 tahun di Indonesia (p=0,05) setelah dikontrol oleh variabel IMT dan konsumsi <i>fast food</i> .	Penelitian sebelumnya dan penelitian ini dilakukan pada responden dengan hipertensi.	Penelitian sebelumnya menggunakan analisis data sekunder <i>Indonesian Family Life Survey 5</i> (IFLS 5) tahun 2014 dengan desain <i>cross sectional</i> . Analisis univariat dilakukan dengan statistik deskriptif, analisis bivariat dilakukan dengan <i>crosstab</i> dan analisis multivariat dengan regresi logistik. Sedangkan penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Jenis penelitian ini

Peneliti	Judul Penelitian	Hasil Penelitian Jurnal	Persamaan	Perbedaan
				adalah deskriptif analitik dengan desain <i>cross-sectional</i> . Analisis data menggunakan analisis bivariat dengan uji <i>Chi Square</i> .
(Sugiarti et al., 2021)	<i>Scoping Review:</i> Hubungan Stres Kerja dengan Hipertensi pada Tenaga Kesehatan	Hasil penelitian ini pada pencarian kata kunci yang ditemukan pada kelima <i>database</i> dicatat pada diagram prisma sebanyak 2.925 artikel dan terdapat 10 artikel yang sesuai untuk <i>direview</i> . Diperoleh hasil bahwa stres kerja berhubungan dengan hipertensi pada tenaga kesehatan. Kondisi tersebut	Variabel pada kedua penelitian ini sama yaitu hubungan stres dengan hipertensi	Jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti sebelumnya adalah <i>coping review</i> . Pada penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif analitik dengan desain <i>cross-sectional</i> ..

Peneliti	Judul Penelitian	Hasil Penelitian Jurnal	Persamaan	Perbedaan
		terjadi karena disfungsi hipotalamus-hipofisis-adrenal dan sistem saraf autonom telah terbukti menjadi sistem pengaturan utama yang terlibat dalam proses terjadinya hipertensi		

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti tentang “Hubungan Stres dan Hipertensi Pada Lansia di Dusun Juwono, Kalurahan Triharjo, Kecamatan Pandak, Kabupaten Bantul dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Stres responden lansia di Dusun Juwono berada dalam kategori berat sebanyak 19 (38,0%) dari total 50 responden.
2. Hipertensi responden lansia di Dusun Juwono berada dalam kategori hipertensi tingkat 2 dan hipertensi tingkat 3 dengan jumlah masing-masing kategori 17 (34,0%).
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara stres dan hipertensi pada lansia di Dusun Juwono dengan hasil uji *Chi-Square* yang menunjukkan nilai signifikansi *p-value* 0,000 dengan ($p < 0,05$).

B. Saran

1. Bagi STKES Wira Husada Yogyakarta

Penelitian ini diharapkan tidak hanya menjadi referensi bagi civitas pendidikan khususnya STIKES Wira Husada Yogyakarta, tetapi juga dapat dijadikan dasar untuk menyusun modul atau materi edukasi tentang manajemen stres bagi lansia. Modul ini bisa digunakan dalam program pengabdian masyarakat serta pelatihan bagi mahasiswa keperawatan agar mereka mampu memberikan edukasi langsung kepada masyarakat.

2. Bagi Lansia

Lansia di Dusun Juwono diharapkan dapat mengelola stres agar tekanan darah tetap terkendali. Pengelolaan stres dapat dilakukan melalui kegiatan ringan dan mudah dipraktikkan, seperti latihan pernapasan dalam, senam pagi, berkebun, atau mengikuti kegiatan sosial bersama warga. Lansia juga disarankan untuk menghindari pikiran negatif dan memperbanyak aktivitas

positif yang menyenangkan. Mengingat sebagian besar lansia berpendidikan SD dan tidak bekerja, edukasi perlu disampaikan secara sederhana menggunakan bahasa sehari-hari, gambar, dan praktik langsung agar mudah dipahami dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

3. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan bagi peneliti tentang hubungan stres dan hipertensi di Dusun Juwono, Kalurahan Triharjo, Kecamatan Pandak, Kabupaten Bantul serta dijadikan acuan dalam membuat intervensi berbasis komunitas. Peneliti juga dapat menggunakan hasil ini sebagai referensi untuk merancang program intervensi stres yang dapat langsung diuji.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan intervensi stres pada lansia dengan metode yang aplikatif. Salah satu metode yang dapat digunakan adalah pendidikan kesehatan melalui pendekatan behavioristik, seperti edukasi kelompok, pelatihan relaksasi napas dalam, meditasi ringan, serta senam lansia yang terstruktur dan terjadwal. Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk menggunakan metode kuasi eksperimen agar dapat mengukur efektivitas program secara langsung. Selain itu, penting pula menyusun instrumen pengukuran stres yang lebih spesifik serta mengkaji faktor lingkungan dan sosial yang mungkin berperan dalam munculnya hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Alini, T. (2021). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Hamil Tentang Pemanfaatan Buku KIA. *Jurnal Ilmiah Maksitek*, 6(3), 18–25.
- Badan Pusat Pembinaan Hukum Indonesia. (2024). *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia*. Sekretariat Negara.
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2023*. Badan Pusat Statistik.
- Badan Pusat Statistik Kota Pagar Alam. (2024). *Statistik lansia*. Badan Pusat Statistik Kota Pagar Alam. <https://pagaralamkota.bps.go.id/id/news/2024/02/01/259/-tambahmelek--statistik-lansia-.html>
- Dahlan, M. S. (2011). *STATISTIK UNTUK KEDOKTERAN DAN KESEHATAN : Deskriptif, Bivariat, dan Multivariat Dilengkapi Aplikasi dengan Menggunakan SPSS* (5th ed.). Salemba Medika.
- Delavera, A., Siregar, K. N., Jazid, R., & Eryando, T. (2021). Hubungan Kondisi Psikologis Stress dengan Hipertensi pada Penduduk Usia Diatas 15 Tahun di Indonesia. *Jurnal Bikfokes*, 1(3), 148–159.
- Dinas Kesehatan Bantul. (2023). *Profil Kesehatan Kabupaten Bantul*. Dinas Kesehatan Bantul.
- Dinas Kesehatan DIY. (2023). *Buku Data 2023*. Dinas Kesehatan DIY.
- Dinas Kesehatan Kota Surakarta. (2024). *Keluarga Sayang Lansia, Keluarga Bahagia*. Dinas Kesehatan Surakarta.
- Ernawati, Y., Mila, M., & Anida, A. (2017). Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Dusun Miri Desa Sriharjo Imogiri Bantul Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(1), 719–727. <https://doi.org/10.47317/jkm.v10i1.79>
- Fitriana, E., Sari, R. P., & Wibisono. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kesepian pada Lansia. *Nusantara Hasana Journal*, 1(5), 97–104.
- Harnawati, R. A. (2023). Penerapan Manajemen Stres Untuk Mengelola Stres Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Panca Bhakti Lampung*, 11(2), 117–122. <https://doi.org/10.47218/jkpbl.v11i2.237>

- Hermawan, M. B. A. (2021). Hubungan antara Tingkat Stres dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi di Desa Bulangan Haji Kecamatan Pagantenan Kabupaten Pamekasan. In *Naskah Publikasi*. STIKES Ngudia Husada Madura.
- Herminal Hospitals. (2021). *Status Gizi bagi Lansia*. Herminal, Yogyakarta. <https://herminahospitals.com/id/articles/status-gizi-bagi-lansia>
- Hidayati, A., Purwanto, N. H., & Siswantoro, E. (2022). Hubungan Stres Dengan Peningkatan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan*, 37–44.
- Hidayati, N., Juanita, & Rahmawati. (2023). Asuhan Keperawatan Pada Lansia Dengan Hipertensi Nursing Care in Elderly with Hypertension: A Case Study. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 2, 8–16.
- Humas UNSERA. (2024). *Variabel dalam Penelitian: Jenis-jenis & Cara Menentukannya*. <https://unsera.ac.id/2024/09/19/variabel-dalam-penelitian-jenis-jenis-cara-menentukannya/>
- Kamila, L., & Salim, M. (2018). Hubungan Kadar Kolesterol Total Dan Hipertensi Dengan Kejadian Penyakit Jantung Koroner DI RSUD dr. Soedarso Pontianak. *Jurnal Laboratorium Khatulistiwa*, 1(2), 99–103. <https://doi.org/10.30602/jlk.v1i2.144>
- Kemkes RI. (2021). *Mengenal Penyakit Hipertensi*. Kemkes RI. <https://upk.kemkes.go.id/new/mengenal-penyakit-hipertensi#:~:text=Secara pengertian%2C Hipertensi adalah suatu,atau sama dengan 90 mmHg.>
- Kemkes RI. (2023). *Bagaimana Cara Mengendalikan Penyakit Hipertensi?* Kemkes RI. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2004/bagaimana-cara-mengendalikan-penyakit-hipertensi
- Kemkes RI. (2023). *Survey Kesehatan Indonesia (SKI)*. Kemkes RI.
- Kemkes RI. (2024). *Apa Itu Stres: Gejala, Penyebab, Pencegahan dan Pengobatan*. Kemkes RI. <https://ayosehat.kemkes.go.id/apa-itu-stres>
- Kemkes RI. (2024). *Buku Pedoman Pengendalian Hipertensi di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama*. Kemkes RI.
- Kemkes RI. (2025). *Bagaimana Cara Membaca Tensi Darah yang Benar?* Kemkes RI. <https://www.klikdokter.com/info-sehat/jantung/cari-tahu-arti-angka-tekanan-darah-anda?srsId=AfmBOop5Qh-tkgKT0nCXRPlZ6gyE1WEZoXX5ygh5tEjuPJSuhl34DqAU>
- Kim, H. L. (2023). Arterial stiffness and hypertension. *Journal Of Kim Clinical Hypertension*, 29(1), 29–31. <https://doi.org/10.1186/s40885-023-00258-1>

- Kusumo, M. P. (2020). *Buku Lansia*. Lembaga Penelitian, Publikasi, dan Pengabdian Masyarakat (LP3M) UMY. <https://id1lib.org/book/17513624/1d56ea>
- Laily, D., & Nursanti, I. (2024). Model Konsep Teori Adaptasi Callista Roy Pada Asuhan Keperawatan dengan Anorexia Nervosa Conceptual Model of Callista Roy's Adaptation Theory in Nursing Care with Anorexia Nervosa. *Nusantara Hasana Journal*, 3(8), Page.
- Lumintang, Y. F., Natalia, A., & Mariana, D. (2023). Gambaran Aspek Psikologis pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Ranomuut Kota Manado. *Mapalus Nursing Science Journal*, 1(1), 64–72. <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/caring/article/view/46779>
- Meivira, A., Dewi, N. M. A. R., & Puspitasari, C. E. (2022). Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Penggunaan dan Penyimpanan Antibiotika di Kecamatan Ampenan. *Archives Pharmacia*, 4(1), 10–18.
- Mertania, V. (2018). *Hubungan Kualitas Produk Dengan Kepuasan Konsumen (Studi Kasus Restoran Pawon Bogor)*. Universitas Pakuan Bogor.
- Mujiadi, & Rachmah, S. (2022). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. STIKES Majapahit Mojokerto.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta.
- Nurhikmawati, Afifah, Ki., Syahrudin, F. I., Aspar, A., & Lestari, I. (2024). Karakteristik Pasien Hipertensi dengan Gangguan Kardiovaskular. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 4(7), 513–520. <https://doi.org/10.33096/fmj.v4i7.479>
- P2PTM. (2024). *Penyakit Hipertensi*. Kemenkes RI. <https://p2ptm.kemkes.go.id/informasi-p2ptm/penyakit-hipertensi>
- Pebriyani, U., Triswanti, N., Prawira, W. F., & Pramesti, W. (2022). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Angka Kejadian Hipertensi Pada Usia Produktif Di Puskesmas Kedaton Bandar Lampung. *Journal Of Medula*, 12(2), 261–267.
- Pires, A. M., Oqui, M., Soares, V., Xavier, B. O. F., & Mahyuv, T. (2022). Relations Between Stress Level With Recurrence Of Hypertension Disease To Patients Aged 40-60 Years Old In Community Health Center Level II Municipality Lospalos, Timor Leste. *Journal of Applied Nursing and Health*, 4(2), 319–329. <https://doi.org/10.55018/janh.v4i2.118>
- Pratiwi, R. L. (2014). *Hubungan Tingkat Stres dengan Insomnia Pada Lansia di Panti Wredha Budhi Dharma, Yogyakarta* [STIKES Madani Yogyakarta]. <http://repository.stikesmadani.ac.id/hubungan-tingkat-stres-dengan-insomnia-pada-lanjut-usia-di%02panti-wredha-budhi-dharma-yogyakarta.ph>

- Puskesmas Cebongan Salatiga. (2024). *Kesehatan Jiwa pada Lansia*. Puskesmas Cebongan Salatiga. <https://puskesmas-cebongan.salatiga.go.id/kesehatan-jiwa-pada-lansia/>
- Putri, M., Ludiana, & Ayubbana, S. (2022). Penerapan Pemberian Relaksasi Otot Progresif Terhadap Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Yosomulyo Kota Metro Tahun 2021. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(2), 246–254.
- Salsabillah, M., Sabandi, A., Gistituati, N., & Kadri, H. Al. (2022). Budaya Organisasi Sekolah Menengah Kejuruan Melda. *Jurnal Environmental Science*, 3(1), 29–34.
- Sanaky, M. M., Saleh, L. M., & Titaley, H. D. (2021). Analisis Faktor-Faktor Keterlambatan Pada Proyek Pembangunan Gedung Asrama Man 1 Tulehu Maluku Tengah. *Jurnal Simetrik*, 11(1), 432–439. <https://doi.org/10.31959/js.v11i1.615>
- Sholikhatun, R. D., Agustina, W., & Maulidia, R. (2022). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Kemandirian Lansia Dalam Pemenuhan Activity of Daily Living Di Posyandu Lansia Kelurahan Tunggulwulung Malang. *Jurnal Keperawatan Malang*, 7(2), 158–166. <https://jurnal.stikespantiwaluya.ac.id/index.php/JPW/article/download/172/140/>
- Siloam Hospitals. (2024). *Mengenal Berbagai Gejala Stres Berat, ini Cara Mengatasinya*. Siloam Hospital. <https://www.siloamhospitals.com/informasi-siloam/artikel/gejala-stres-berat>
- Siregar, S. P. (2021). *Mengenal Tipe-Tipe Karakter Lansia Di Era New Normal Agar Menjadi Lansia Bijak dan Berkualitas*. Devisi Mutu PKMK FK UGM. <https://mutupelayanankesehatan.net/3640-mengenal-tipe-tipe-karakter-lansia-di-era-new-normal-agar-menjadi-lansia-bijak-dan-berkualitas>
- Sugiarti, F., Kurniawati, L. M., & Susanti, Y. (2021). Scoping Review : Hubungan Stres Kerja dengan Hipertensi pada Tenaga Kesehatan Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat , Fakultas Kedokteran , Universitas Islam Bandung. *Jurnal Integrasi Dan Sains (JIKS)*, 3(1), 41–47.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sukendra, I. K., & Atmaja, I. K. S. (2020). *Instrumen penelitian*. Mahameru Press.
- Suriani, N., Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Konsep Populasi dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan. *Jurnal Pendidikan Islam*, 1, 24–36.
- Tinah, & Siregar H.K. (2023). Hubungan Tingkat Stress Dengan Kejadian

- Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Lansia Puskesmas Tiga Dolok Panribuan Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwivory, Environment, Dentist)*, 18(2), 361–369. <https://doi.org/10.36911/pannmed.v18i2.1652>
- Tyas, S. A. C., & Zulfikar, M. (2021). Hubungan Tingkat Stress Dengan Tingkat Tekanan Darah Pada Lansia. *Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer*, 1(2), 75–82. <https://doi.org/10.59894/jpkk.v1i2.272>
- WHO. (2023). *Stress*. World Health Organization. https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/stress/?gad_source=1&gclid=CjwKCAiA6aW6BhBqEiwA6KzDc9hNCJABeae1r7Xb_6M9a-9vtzOaOoSA3mD84qndqR-6QBLE05VDxoCIm0QAvD_BwE
- WHO. (2024). *Hipertensi*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- WHO. (2024). *World health statistics 2024*. Whorld Health Organization.
- Widayanti, W. N. (2023). *Karya tulis ilmiah asuhan keperawatan gerontik pada klien dengan hipertensi di panti sosial tresna werdha nirwana puri kota samarinda*. Politeknik Kesehatan Kalimantan Timur.
- Widodo, S., Ladyani, F., Asrianto, L. O., Rusdi, Khairunnisa, Lestari, S. M. P., Wijayanti, D. R., Devriany, A., Hidayat, A., Dalfian, Nurcahyati, S., Sjahriani, T., Armi, Widya, N., & Rogayah. (2023). Metodologi Penelitian. In *Cv Science Techno Direct*.
- Wulan Cahyaningrum, & Gunawan. (2023). Hubungan antara Intensitas Penggunaan Gawai dengan Perkembangan Literasi Awal pada Anak Prasekolah Usia 4-6 Tahun di TK A Isyiyah Kedungharjo Mantingan. *Jurnal Terapi Wicara Dan Bahasa*, 1(2), 228–239. <https://doi.org/10.59686/jtwb.v1i2.60>
- Yaslina, Maidaliza, & Srimutia, R. (2021). Aspek Fisik dan Psikososial terhadap Status Fungsional pada Lansia. *Jurnal Universitas Perintis Indonesia*, 4(2), 68–73. <https://jurnal.upertis.ac.id/index.php/PSKP/article/view/724>