Lansia, stres, dan hipertensi: Studi komunitas

Muhammad Dhimas Alghifari Perdana*, Suryani, Agustina Rahmawati

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
Korespondensi penulis: Muhammad Dhimas Alghifari Perdana. *Email: dhimas.alghifari01@gmail.com

Abstract

Background: Hypertension is a major health problem experienced by many elderly people. Every year, hypertension becomes a leading cause of death worldwide, especially among the elderly. This condition not only impacts physical health but can also cause stress in the elderly, as they must cope with activity limitations, concerns about complications, and the pressure of undergoing long-term treatment.
Purpose: To determine the relationship between stress levels and the incidence of hypertension in the elderly.
Method: This study used a quantitative descriptive correlation design, and a cross-sectional approach.
Results: Data analysis using Spearman rank correlation yielded a correlation coefficient of 0.192 (very weak) with a significance of 0.172 because the p-value was >0.05, indicating no relationship between stress levels and the incidence of hypertension in the elderly in Nglegi Hamlet, Gunungkidul.
Conclusion: Stress levels do not affect the incidence of hypertension in the elderly.

Keywords: Elderly; Hypertension; Stress.

Pendahuluan: Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama yang banyak dialami oleh kelompok lansia. Setiap tahun, hipertensi menjadi salah satu penyebab utama kematian di dunia, terutama pada kelompok lansia. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga dapat menimbulkan stres pada lansia, karena mereka harus menghadapi keterbatasan aktivitas, kekhawatiran terhadap komplikasi, serta tekanan untuk menjalani pengobatan jangka panjang.
Tujuan: Untuk mengetahui tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia.
Metode: Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif korelasi, dan pendekatan waktu yang digunakan adalah *cross-sectional*.
Hasil: Analisa data menggunakan *spearman rank* diperoleh nilai koefisien korelasi 0,192 (sangat lemah) dengan signifikansi sebesar 0.172 karena nilai *p value* >0.05 yang berarti tidak ada hubungan antara tingkat stress dan kejadian hipertensi lansia di Dusun Nglegi Gunungkidul.
Simpulan: Tingkat Stres tidak mempengaruhi kejadian hipertensi lansia.

Kata Kunci: Hipertensi; Lansia; Stres.

PENDAHULUAN

Peningkatan tekanan darah (hipertensi) merupakan penyebab serangan jantung, stroke, gagal ginjal, dan aneurisma aorta karena tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol bahkan dapat menyebabkan kematian (Erjon Erjon et al., 2025). Kelompok lanjut usia, yaitu individu yang berusia di atas 60 tahun, merupakan fase kehidupan dengan penurunan fungsi fisiologis yang meningkatkan kerentanan terhadap berbagai penyakit kronis, termasuk hipertensi.

Prevalensi hipertensi bervariasi di berbagai wilayah dan kelompok pendapatan negara. Wilayah Mediterania Timur WHO memiliki prevalensi hipertensi tertinggi (38%), sementara Wilayah Pasifik Barat WHO memiliki prevalensi hipertensi terendah (29%). Secara global, jumlah orang dewasa dengan hipertensi meningkat dari 650 juta pada tahun 1990 menjadi 1.4 miliar pada tahun 2024, dengan peningkatan yang sebagian besar terjadi di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (World Health Organization, 2025).

Peningkatan ini terutama disebabkan oleh peningkatan jumlah lansia di negara-negara tersebut. Berdasarkan Survei Kesehatan Nasional 2024, 63.4% dari lansia Indonesia atau sekitar 18,33 juta orang menderita hipertensi. Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi D.I.Yogyakarta (2023), prevalensi hipertensi pada lansia bahkan lebih tinggi, mencapai 66.9%. Sedangkan di Kabupaten Gunung Kidul pada tahun (2024), terdapat 84,074 jiwa atau 51.97% yang mengalami hipertensi.

Setiap tahun, hipertensi menjadi salah satu penyebab utama kematian di dunia, terutama pada kelompok lansia (Riyada et al., 2024). Kondisi ini tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga dapat menimbulkan stres pada lansia, karena

mereka harus menghadapi keterbatasan aktivitas, kekhawatiran terhadap komplikasi, serta tekanan untuk menjalani pengobatan jangka panjang.

Stres banyak dialami lansia karena adanya perubahan fisik, mental, dan sosial yang terjadi seiring proses penuaan, seperti memburuknya kemampuan fisik, perubahan gaya hidup, dan kekhawatiran akan ketidakmampuan hidup mandiri serta kondisi kesehatan kronis seperti hipertensi (Wahyuni & Meilita, 2023). Faktor penyebab stres pada lansia meliputi rasa bosan, kesepian, kecemasan, gangguan tidur, serta penurunan kondisi fisik. Lansia yang tinggal di panti jompo cenderung lebih rentan mengalami stres karena merasa terasing, kesepian, dan kurang mendapat dukungan emosional.

Selain itu, faktor psikologis seperti perubahan fisik, penyakit menahun, kelemahan, dan hilangnya kemampuan menjalani aktivitas harian juga menjadi pemicu stres. Dalam penelitian ini, sebagian besar responden menunjukkan tingkat stres normal, dan melalui kuesioner DASS, kondisi stres dapat dijelaskan secara univariat (Esprensa & Ekacahyaningtyas, 2022).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rida Silpia, Antonius Ngadiran, dan Berlyna Damayanti Saragih (2024), berjudul Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi pada Lanjut Usia Yang Tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan kuat (koefisien korelasi 0,622, $p<0,05$) antara tingkat stres dan kejadian hipertensi pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha. Sebagian besar lansia mengalami stres sedang, dan hampir setengah dari mereka mengalami hipertensi derajat 1.

Penelitian yang sama dilakukan oleh Ninin Wulan Sari, Amriati Mutmainna, dan Irmayani (2024) yang berjudul Hubungan Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tamangapa Kota Makassar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres dan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tamangapa, Makassar ($p=0,003$). Mayoritas penderita hipertensi mengalami stres sedang dan berada pada hipertensi tahap 2. Analisis bivariat juga mendukung bahwa stres berperan sebagai faktor penyebab hipertensi, karena stres dapat meningkatkan hormon adrenalin yang memicu peningkatan tekanan darah.

Upaya pemerintah dalam meningkatkan derajat kesehatan lansia sebagaimana diatur dalam Undang-Undang No. 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lansia dan Undang- Undang No. 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan, yang menegaskan bahwa lansia berhak mendapatkan pelayanan kesehatan secara menyeluruh, termasuk aspek promotif dan preventif. Selain itu, Menurut Permenkes No. 25 Tahun (2016) tentang Rencana Aksi Program Indonesia Sehat dan Instruksi Presiden No. 1 Tahun 2017 tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) menekankan pentingnya pencegahan penyakit tidak menular seperti hipertensi melalui pengendalian faktor risiko,

Masyarakat belum sepenuhnya sadar akan hubungan antara stres dan kejadian hipertensi pada lansia. Pengetahuan tentang faktor psikologis seperti stres yang dapat mempengaruhi hipertensi masih terbatas, sehingga banyak lansia yang tidak menyadari bahwa stres dapat memperburuk kondisi hipertensi mereka (Sri et al., 2023). Dukungan dari keluarga atau pasangan dapat memberikan dukungan moral kepada lansia sehingga dapat membantu mengatasi stresor dengan baik. Dukungan sosial dari keluarga juga memiliki efek positif dalam meningkatkan kemampuan *coping strategies* lansia dalam menghadapi stres dan dapat meningkatkan kualitas hidup mereka. Namun, tidak ada informasi spesifik mengenai aktivitas sosial lansia atau komunitas lansia di desa (Fahmi et al., 2021).

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif korelasi. Pendekatan waktu yang digunakan adalah *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, dengan jumlah populasi 52 lansia sebagai responden. Sampel pada penelitian ini adalah lansia yang berusia ≥60 tahun di Dusun Glagah, Nglegi, Patuk Gunungkidul. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner DASS-42 pernyataan yang telah dimodifikasi menjadi 14 pernyataan dan pengukuran tekanan darah menggunakan *sphymomanometer* pada lansia. Analisa data menggunakan uji *spearman rank*.

HASIL

Tabel 1 Karakteristik Responden (N=52)

Variabel	Hasil
Usia (n/%)	
60-74	37/71.2
75-90	14/26.9
>90	1/1.9
Jenis Kelamin (n/%)	
Laki-laki	24/46.2
Perempuan	28/53.8
Pendidikan Terakhir (n/%)	
Tidak Sekolah	4/7.7
Sekolah Dasar	48/92.3
Status Perkawinan	
Menikah	50/96.2
Cerai	2/3.8
Pekerjaan (n/%)	
Petani	51/98.1
IRT	1/1.9
Tingkat Stres (n/%)	
Normal	24/46.2
Ringan	23/44.2
Sedang	4/7.7
Berat	1/1.9
Sangat berat	0/0.0
Tekanan Darah (n/%)	
Hipertensi Tingkat 1	5/9.6
Hipertensi Tingkat 2	46/88.5
Hipertensi Krisis	1/1.9

Berdasarkan Tabel 1 didapatkan hasil sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan, pendidikan terakhir SD, status perkawinan menikah dan pekerjaan petani. Selain itu sebanyak 24 responden (46.2%) berada pada kategori normal pada kategori tingkat stres. Selain Itu tekanan darah responden berada pada kategori hipertensi tingkat 2, yaitu sebanyak 46 responden (88.5%).

Tabel 2 Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia (N=52)

Tingkat Stres	Kejadian Hipertensi								Koefisien Korelasi	*P Value*
	Tingkat 1		Tingkat 2		Krisis		Total			
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Normal	3	12.5	21	87.5	0	0.0	24	100		
Ringan	2	8.7	21	91.3	0	0.0	23	100	0.192	0.172
Sedang	0	0.0	3	75.0	1	25.0	4	100		
Berat	0	0.0	1	100.0	0	0.0	1	100		

Selanjutnya Tabel 2. menunjukkan bahwa sebagian besar lansia yang tidak mengalami stress dengan kejadian hipertensi tingkat 1 sebanyak 3 responden (12.5%), tingkat 2 sebanyak 21 responden (87,5%). Lansia

mi stress ringan dengan kejadian hipertensi tingkat 1 sebanyak 2 responden (8.7%), tingkat 2 sebanyak 21 responden (91.3%). Lansia yang mengalami stress sedang dengan kejadian hipertensi tingkat 2 sebanyak 3 responden (75%) dan hipertensi krisis sebanyak 1 responden (25%). Lansia yang mengalami stress berat dengan hipertensi tingkat 2 sebanyak 1 responden (100%).

Berdasarkan hasil uji korelasi spearman rank test, diperoleh nilai r = 0.192 dengan nilai p-value 0.172 ≥ 0.05 yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan tingkat hipertensi pada responden. Tingkat stres yang dialami responden tidak memiliki keterkaitan langsung dengan tingkat hipertensi.

PEMBAHASAN

Berdasarkan temuan pada penelitian ini, diketahui bahwa lansia di Dusun Glagah, Nglegi, Patuk, Gunungkidul sebagian tidak mengalami stress dan sebagian lansia mengalami stress ringan hingga berat. Berdasarkan karakteristik usia diketahui bahwa lansia di Dusun Glagah sebagian besar berusia 60-74 tahun (lanjut usia) sebanyak 37 lansia (71,2%). Seiring bertambahnya usia khususnya lansia, seseorang mengalami perubahan fisik, psikologis. Selain itu, lansia mengalami perubahan sosial seperti kehilangan pasangan dan pendapatan rendah yang dapat meningkatkan stres. Gejala stres yang terlihat pada lansia dapat berupa emosi labil, mudah tersinggung, gampang merasa dilecehlan, kecewa, tidak Bahagia dan perasaan tidak berguna (Sheena, 2025). Hal ini sejalan dengan penelitian (Widyarni et al., 2023) yang menyatakan terdapat hubungan antara tingkat stres dengan lansia.

Berdasarkan karakteristik jenis kelamin, diketahui bahwa lansia di Dusun Glagah sebagian besar adalah perempuan sebanyak 28 lansia perempuan (53,8%) dan 24 lansia laki- laki (46,2%). Perempuan mempunyai peluang lebih besar mengalami stress seiring bertambahnya usia. Secara alami, stress lebih sering terjadi pada Wanita karena perubahan biologis terutama perubahan hormonal. Hal ini sejalan dengan penelitian (Fitri Julianti et al., 2025) yang menyatakan bahwa stress lebih banyak dialami oleh perempuan. Perempuan biasanya memiliki toleransi stress lebih rendah daripada laki- laki yang dapat menjadi penyebabnya.

Berdasarkan karakteristik pendidikan diketahui bahwa tingkat pendidikan lansia di Dusun Glagah Sebagian besar memiliki pendidikan akhir sekolah dasar sebanyak 48 lansia (92,3%). Lansia di Dusun Glagah yang berpendidikan rendah memiliki pengetahuan yang rendah terhadap kesehatan yang dialami sehingga menimbulkan stress yang berkepanjangan. Pendidikan yang rendah juga berpengaruh pada kemampuan lansia dalam mengelola penyakit dan strategi koping yang dilakukan. Hal ini sejalan dengan penelitian Murtana et al., (2025) yang menyatakan bahwa lansia dengan pendidikan rendah memiliki resiko hipertensi 2,9 kali lebih besar dibandingkan dengan lansia yang berpendidikan tinggi.

Berdasarkan karakteristik status pernikahan diketahui bahwa sebagian besar lansia berstatus menikah sebanyak 50 lansia (96,2%) dan sebagian besar bekerja sebagai petani sebanyak 51 lansia (98,1%). Hal tersebut dapat menjadi penyebab stress pada lansia karena keterbatasan finansial dapat meningkatkan resiko stres pada lansia. Hal ini sejalan dengan penelitian (Widyarni et al., 2023) yang menyatakan terdapat hubungan antara tingkat pendapatan dengan tingkat stres pada lansia.

Penelitian ini dilakukan kepada lansia di Dusun Glagah yang mengalami hipertensi. Secara teori, riwayat penyakit atau lama hipertensi yang dialami dapat berpengaruh terhadap tingkat stress lansia. Semakin lama lansia mengalami hipertensi maka peluang stress lebih besar dikarenakan lansia harus menjalankan perawatan dan pengobatan. Perawatan dan pengobatan jangka Panjang dapat membuat lansia jenuh, bosan, bahkan stress. Pernyataan ini di dukung oleh penelitian Murtana et al., (2025) yang menyatakan bahwa lama menderita hipertensi akan memengaruhi tingkat pengetahuan lansia tentang hipertensi yang dialaminya yang ditunjukkan dengan adanya keadaan mengalami stress.

Berdasarkan hasil distribusi frekuensi hipertensi menunjukkan bahwa sebagian besar lansia mengalami hipertensi tingkat 2 sebanyak 46 lansia (88,5%). Faktor yang mempengaruhi hipertensi diantaranya asupan garam yang tinggi, kurang olahraga, kelebihan berat badan, stres, kebiasaan merokok dan komsumsi alcohol berlebih. Selain itu, hipertensi juga dapat disebabkan oleh usia, jenis kelamin dan faktor keturunan (Kemenkes, 2023).

Berdasarkan karakteristik responden usia dan jenis kelamin menunjukkan sebagian besar responden berusia 60-74 Tahun (Lansia) dan berdasarkan jenis kelamin terdapat 24 lansia laki-laki (46,2%) yang mengalami hipertensi di Dusun Glagah, Nglegi, Patuk Gunungkidul. Prevalensi perokok aktif di Indonesia terus meningkat dari mulai usia remaja hingga lansia. Data Survey Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan (Kemenkes) menunjukkan bahwa jumlah perokok akitf mayoritas laki-laki diperkirakan mencapai 70 juta orang. Tingginya tingkat hipertensi lansia di Dusun Glagah dipicu karena kebiasaan merokok lansia. Nikotin yang terkandung dalam rokok meningkatkan frekuensi

denyut jantung serta menyebabkan gangguan irama jantung sehingga memicu terkena hipertensi. Hal ini sejalan dengan penelitian (Efriandi et al., 2023) yang menyatakan bahwa merokok merupakan salah satu faktor resiko terjadinya hipertensi.

Dari hasil penelitian sebelumnya, lansia di Dusun Glagah mengalami hipertensi yang disebabkan oleh pola hidup atau kebiasaan lansia. Di Indonesia, konsumsi garam dalam makanan yang dikonsumsi merupakan salah satu penyebab hipertensi. Asupan natrium yang tinggi akan menyebabkan pengeluaran berlebihan dari hormone natrioretik yang secara tidak langsung akan meningkatkan tekanan darah (Purwono et al., 2020). Hal ini sejalan dengan penelitian (Purwono et al., 2020) yang menyatakan bahwa seseorang yang mengonsumsi tinggi garam lebih banyak menderita hipertensi dibanding dengan seseorang yang kurang mengkonsumsi hipertensi.

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar lansia memiliki tingkat pendidikan akhir SD sebanyak 48 lanisa (92,3%). Hipertensi pada pendidikan rendah diakibatkan kurangnya pengetahuan seseorang yang pendidikannya rendah tentang pentingnya kesehatan dan kurang cepat menerima informasi (penyuluhan) yang disampaikan petugas kesehatan sehingga berdampak pada perilaku hidup yang sehat (Satiyem et al., 2024). Hal ini sejalan dengan penelitian (Nabila et al., 2025) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara tingkat pendidikan dengan kejadian hipertensi lansia.

Berdasarkan karakteristik responden pekerjaan sebagian besar lansia bekerja sebagai petani sebanyak 51 lansia (98,1%). Menurut Notoatmodjo (dalam Natalia Tambunan et al., 2022) mengungkapkan bahwa keluarga yang memiliki pekerjaan tidak menetap atau tingkat ekonominya rendah akan mendapat kesulitan untuk membantu seseorang mencapai kesehatan yag optimal. Sebaliknya, dengan ekonomi keluarga yang meningkat, maka kemampuan dalam pemeliharaan dan peningkatan kesehatan keluarga juga meningkat. Hal ini sejalan dengan penelitian (Natalia Tambunan et al., 2022) yang menyatakan terdapat hubungan antara pekerjaan dengan hipertensi.

Berdasarkan hasil penelitian secara analisis tabulasi silang pada lansia hipertensi dengan tingkat stres di Dusun Glagah menunjukkan bahwa sebagian besar lansia yang tidak mengalami stress dengan kejadian hipertensi tingkat 1 sebanyak 3 lansia (12,5%), tingkat 2 sebanyak 21 lansia (87,5%). Lansia yang mengalami stress ringan dengan kejadian hipertensi tingkat 1 sebanyak 2 lansia (8,7%), tingkat 2 sebanyak 21 lansia (91,3%). Lansia yang mengalami stress sedang dengan kejadian hipertensi tingkat 2 sebanyak 3 lansia (75%) dan hipertensi krisis sebanyak 1 lansia (25%). Lansia yang mengalami stress berat dengan hipertensi tingkat 2 sebanyak 1 lansia (100%). Dari hasil uji statistic *Spearman Rank Test* didapatkan koefisien korelasi 0,192 (Sangat lemah) dengan nilai p-value 0,172 ≥ 0,05 yang artinya tidak terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi lansia di Dusun Glagah, Nglegi, Patuk, Gunungkidul. Temuan ini menunjukkan bahwa seluruh responden mengalami stres, dengan sebagian besar berada pada tingkat sedang. Kondisi ini menunjukkan adanya beban psikologis yang cukup tinggi pada kelompok responden, yang dapat dipengaruhi oleh faktor usia, pekerjaan, maupun kondisi kesehatan seperti hipertensi (Diah Ajeng Paramita et al., 2025).

Hipotesis awal pada penelitian ini adalah terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Dusun Glagah, Nglegi, Patuk Gunungkidul. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat stress dengan kejadian hipertensi pada lansia di Dusun Glagah, Nglegi, Patuk Gunungkidul. Hal ini menunjukkan bahwa faktor lain di luar stres, seperti usia, pola makan, aktivitas fisik, atau riwayat kesehatan, lebih berpengaruh terhadap tingkat hipertensi pada kelompok ini. Secara teori, hipertensi merupakan penyakit multifactorial yang tidak hanya dipengaruhi oleh stres, tetapi juga oleh faktor gaya hidup dan faktor biologis lainnya, seperti asupan garam yang tinggi, kebiasaan merokok, kurangnya aktivitas fisik, kelebihan berat badan, faktor keturunan, serta usia dan jenis kelamin, yang dalam penelitian ini tidak seluruhnya dapat dikendalikan dan diduga memiliki kontribusi yang lebih besar terhadap kejadian hipertensi dibandingkan tingkat stress. Dengan demikian tingkat stress bukan satu-satunya faktor yang mempengaruhi kejadian hipertensi. Upaya pengendalian hipertensi pada lansia perlu dilakukan secara komprehensif dengan menekankan pengelolaan faktor fisik, perilaku, dan psikososial secara bersamaan agar dapat mencapai pengendalian tekanan darah yang optimal.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat stress lansia di Dusun Glagah sebagian besar mengalami stress sedang. Hipertensi yang dialami lansia di Dusun Glagah Sebagian besar berada pada kategori hipertensi tingkat 2. Hasil analisis data menggunakan uji spearman rank diperoleh nilai koefisien korelasi 0,192 dengan signifikansi sebesar 0,172 karena nilai p(value) ≥0,05 maka Ha ditolak dan Ho diterima, yang berarti tidak terdapat

hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan tingkat hipertensi pada responden.

DAFTAR PUSTAKA

Adawiyah, R., Sinaga, W., studi DIII Keperawatan, P., Tinggi Ilmu Kesehatan Mayapada, S., & Kunci Genetik, K. (2024). Hubungan Genetik Dan Usia Dengan Penyakit Hipertensi Di Puskesmas Pasar Minggu Jakarta Selatan 1 (Vol. 1, Issue 1).

American Heart Association. (2024). Understanding Blood Pressure Readings _ American Heart Association. American Heart Association. Diakses dari: https://www.heart.org/en/health-topics/high-blood-pressure/understanding- blood-pressure-readings

Efriandi, N., Lestari, R. M., & Prasida, D. W. (2023). Hubungan Perilaku Merokok dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Produktif di Wilayah Kerja Puskesmas Jekan Raya Tahun 2022. Jurnal Surya Medika, 9(1), 112–118.

Erjon, E., Rasyad, A. A., Rendowaty, R., Lely, N., Azizah, M., Sari, E., R., Patmayuni, D., Pranata, L., & Rosyidah. M. (2025). Edukasi dan Deteksi Dini Pemeriksaan Tekanan Darah dalam Mencegah Risiko Komplikasi Hipertensi. *Cakrawala: Jurnal Pengabdian Masyarakat Global*, 4(1), 41–46.

Esprensa, A., & Ekacahyaningtyas, M. (2022). Overview of Stres Levels in the Elderly in the New Normal Era. *Jurnal Keperawatan Notokusumo*, *10*(1).

Fahmi, N. F., Pratiwi, A., & Tangerang, S. Y. (2021). Hubungan Dukungan Sosial Dan Keluarga Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia The Relationship Of Social And Family Support To Stres Levels In The Elderly. *Nusantara Hasana Journal*, *1*(3), Page.

Julianti, F., Yulendasari, R., & Chrisanto. E. Y. (2025). Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Natar. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia,* 5(3), 128–134.

Kemenerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Mengenal Penyakit Hipertensi. Kementerian Kesehatan RI. diakses dari: https://upk.kemkes.go.id/new/mengenal-penyakit-hipertensi

Murtana, A., Wibawani, R. C., & Agustina, N. W. (2025). Gambaran Tingkat Stres Pada Lansia Penderita Hipertensi. diakses dari: http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP

Nabila, R. I., Herlinawati, H., Ariyanto, S., & Ronanarasafa, R. (2025). Hubungan Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan, dan Indeks Massa Tubuh Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja PUSKESMAS Gunungsari Lombok Barat. *Bioscientist : Jurnal Ilmiah Biologi*, *13*(1), 364.

Sari, N. W., Mutmainna, A., & Irmayani. (2024). Hubungan Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tamangapa Kota Makassar. *JIMPK : Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, *4*(2), 225–231.

Riyada, F., Fauziah, S. A., Liana, N., & Hasni, D. (2024). Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Resiko Hipertensi pada Lansia. diakses dari: http://journal.scientic.id/index.php/sciena/issue/view/17

Silpia, R., Ngadiran, A., & Saragih Damayanti, B. (2024). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi pada Lanjut Usia yang tinggal di Panti Sosial Tresna Werdha*. *18*, 95–103.

Sri, W. R., Suryani, L., Santi, H. E., & Azwar, Y. (2023). Pembinaan Keluarga Dalam Menangani Hipertensi Pada Lansia Hipertensi Dengan Totok Punggung Di Rumah Sehat Bunayya. Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer, 3(1), 207–212.

Paramita, D. A., Wardoyo, E., Ulfa, H. Z., & Susanto. G. (2025). Hubungan Tingkat Pengetahuan, Sikap dan Stres dengan Kejadian Hipertensi di Poliklinik RS Graha Husada Bandar Lampung. *Protein : Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan.* 3(1), 223–238.

Purwono, J., Sari, R., Ratnasari, A., Budianto, A., Dharma Wacana Metro, A. K., Muhammdiyah, U., & Lampung, P. (2020). Pola Konsumsi Garam Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia *Salt Consumption Pattern With Hypertension with elderly. Jurnal Wacana Kesehatan*, *5*(1).

Tambunan, L., Baringbing, E., & Harap. E. (2022). The Relationship Of Characteristics With The Event Of Hypertension In Outpatient Patients In RSUD dr. Doris Sylvanus Central Kalimantan Province. *Jurnal Surya Medika*, *8*(3), 176–186.

Wahyuni, S. E., & Meilita, Z. (2023). Hubungan Tingkat Stres Dan Asupan Natrium Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Afiat : Kesehatan Dan Anak*, *9*(2), 59–73.

Widyarni, A., Irianty, H., & Maharani Kartika, N. (2023). Hubungan Tingkat Stres dengan Penyakit Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas S. Parman Kota Banjarmasin. *Journal of Multidiciplinary Applied Natural Science*, *1*(1), 1–12.