

SKRIPSI

**HUBUNGAN TINGKAT STRESS DENGAN TEKANAN DARAH
PADA LANSIA**

Di Posyandu Lansia Wilayah Puskesmas Jenangan Kabupaten Ponorogo



**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**

2022

**HUBUNGAN TINGKAT STRESS DENGAN TEKANAN DARAH
PADA LANSIA**

Di Posyandu Lansia Wilayah Puskesmas Jenangan Kabupaten Ponorogo

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Dalam Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO
2022**

SURAT PERNYATAAN

Nama : Novanda Aulia Ersanti
NIM : 18631669
Instansi : Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Tingkat Stres Dengan Tekanan Darah Pada Lansia di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Jenangan Kabupaten Ponorogo” adalah bukan skripsi orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sebelumnya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi.

Ponorogo, 01 September 2022



Novanda Aulia Ersanti

NIM : 18631669

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

HUBUNGAN TINGKAT STRESS DENGAN TEKANAN DARAH PADA
LANSIA DI POSYANDU LANSIA WILAYAH KERJA PUSKESMAS
JENANGAN KABUPATEN PONOROGO

NOVANDA AULIA ERSANTI
NIM 18631669

SKRIPSI INI TELAH DISETUJUI PADA TANGGAL 04 AGUSTUS 2022

Oleh :

Pembimbing I

Laily Isro'in, S.Kep.,Ns.,M.Kep.
NIDN. 0704057002

Pembimbing II

Saiful Nurhidayat S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIDN. 0714127901

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.,Ns.,M. Kes.
NIDN. 0715127903

LEMBAR PENETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI

Skripsi ini telah diuji dan disetujui oleh Panitia Penguji

Pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Pada Tanggal 31 Agustus 2022

PANITIA PENGUJI

Ketua : Siti Munawaroh, S.Kep.Ns.,M.Kep

Anggota : 1. Hery Ernawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep

2. Saiful Nurhidayat, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.,Ns.,M.Kes.

NIDN. 0715127903

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT penulis panjatkan atas segala rahmat serta hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “Hubungan Tingkat Stres Dengan Tekanan Darah Pada Lansia” untuk melengkapi persyaratan dalam program S1 keperawatan fakultas Ilmu Kesehatan Unuversitas Muhammadiyah Ponorogo.

Penulis menyadari dengan sepenuh hati bahwa dalam kegiatan penelitian ini tidak akan terlaksana tanpa adanya bantuan dari beberapa pihak yang telah memberikan banyak bimbingan, arahan, dan motivasi kepada penulis. Dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Dr. Happy Susanto, M.A selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
2. Sulistyo Andarmoyo,S.Kep.,Ners,M.Kes selaku dekan Fakultas Ilmu kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
3. Laily Isro'in, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku pembimbing 1 yang telah banyak memberikan bimbingan dan arahan selama menyusun Skripsi.
4. Saiful Nurhidayat S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku pembimbing 2 yang telah banyak memberikan bimbingan, saran serta arahan selama menyusun Skripsi
5. Orang tua saya yang telah memberikan dukungan dalam proses menyelesaikan skripsi.

6. Kepada kepala Puskesmas Jenangan Kabupaten Ponorogo yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian di wilayah kerjanya.
7. Kepada Tim Kader Posyandu Lansia desa Jenangan yang senantiasa memberikan izin dan bantuan untuk proses pengambilan data.

Semoga ALLAH SWT senantiasa melimpahkan kebaikan kepada semuanya sebagai imbalan atas segala amal kebaikan dan bantuannya. Besar harapan peneliti agar penelitian ini dapat memberikan manfaat dan berguna bagi pengembangan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan.



ABSTRAK

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA Di Posyandu Lansia Wilayah Kerja Puskesmas Jenangan Kabupaten Ponorogo

Oleh :

Novanda Aulia Ersanti

vandaersanti12@gmail.com

Kondisi stres pada lansia membuat tubuhnya menghasilkan hormon adrenalin lebih banyak, sehingga jantung berkerja lebih kuat dan cepat. Stres yang dialami lansia akan mempengaruhi peningkatan tekanan darah yang cenderung menetap atau bahkan dapat bertambah tinggi sehingga menyebabkan kondisi hipertensinya menjadi lebih berat. **Tujuan penelitian** ini untuk mengetahui hubungan tingkat stress dengan tekanan darah pada lansia di Posyandu Lansia wilayah Puskesmas Jenangan.

Metode penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan desain *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia di Posyandu lansia wilayah kerja puskesmas Jenangan. Sample dalam penelitian ini sebanyak 55 lansia. Tehnik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Purposive Sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Analisis data uji statistic yang digunakan adalah *Chi Square*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 55 lansia didapatkan sebagian besar subyek penelitian (87,2%) atau sejumlah 48 lansia mengalami Tingkat Stres dan (85,5%) atau 47 lansia mengalami tekanan darah tidak normal. Berdasarkan uji statistic, nilai *p-value* pada *pearson chi-square* yaitu $0,023 < 0,055$ sehingga disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara stress dengan tekanan darah pada lansia di Posyandu Lansia Desa Jenangan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo. Hasil penelitian diharapkan menjadi evaluasi bagi responden agar dapat mengelola stress sehingga tekanan darah dapat stabil dan tidak berdampak lebih jauh terhadap kondisi kesehatannya. Sebagai Petugas kesehatan diharapkan dapat memberikan edukasi secara kontinyu terhadap lansia terutama dengan tekanan darah yang tidak normal agar dapat mengelola hal-hal yang mempengaruhi tidak normalnya tekanan darah, salah satunya yaitu stres.

Kata kunci : Stress, Tekanan Darah, Lansia

ABSTRACT
**THE RELATIONSHIP OF STRESS LEVEL WITH BLOOD PRESSURE IN
THE ELDERLY”**

*At the Elderly Posyandu Jenangan Health Center Working Area
Ponorogo Regency*

*By
Novanda Aulia Ersanti
vandaersanti12@gmail.com*

Stress conditions in the elderly make the body produce more adrenaline, so the heart works stronger and faster. The stress experienced by the elderly will affect the increase in blood pressure which tends to persist or can even increase, causing the condition of hypertension to become more severe. The purpose of this study was to determine the relationship between stress levels and blood pressure in the elderly at the Elderly Posyandu in the Jenangan Health Center area.

This research method is quantitative using a cross sectional design. The population in this study were the elderly in the elderly Posyandu working area of the Jenangan Public Health Center. The sample in this study was 55 elderly. The sampling technique used in this research is purposive sampling. The research instrument used a questionnaire. Analysis of statistical test data used is Chi Square.

The results showed that from 55 elderly, most of the research subjects (87.2%) or a number of 48 elderly experienced Stress Levels and (85.5%) or 47 elderly experienced abnormal blood pressure. Based on statistical tests, the p-value on the Pearson chi-square is $0.023 < 0.055$, so it can be concluded that there is no relationship between stress and blood pressure in the elderly at the Elderly Posyandu, Jenangan Village, Jenangan District, Ponorogo Regency. The results of the study are expected to be an evaluation for respondents so that they can manage stress so that blood pressure can be stable and does not have a further impact on their health conditions. As a health worker, it is hoped that they can provide continuous education to the elderly, especially those with abnormal blood pressure in order to manage things that affect abnormal blood pressure, one of which is stress.

Keywords : Stress, Blood Pressure, Elderly

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN	i
SAMPUL DALAM	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
LEMBAR PENETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI.....	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR SINGKATAN	xvii
BAB I	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	6
1.5 Keaslian Penelitian	6
BAB II.....	10
TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1 Konsep Stress.....	10

2.1.1	Definisi Stress	10
2.1.2	Tingkatan Stress.....	12
2.1.3	Penyebab Stress.....	14
2.1.4	Gejala Stress.....	19
2.1.5	Jenis Stress	24
2.1.6	Dampak Stress.....	25
2.1.7	Koping Stress	26
2.1.8	Hubungan Stress dengan Tekanan Darah	27
2.2	Konsep Tekanan Darah.....	29
2.2.1	Definisi Tekanan Darah	29
2.2.2	Jenis Tekanan Darah	31
2.2.3	Klasifikasi Tekanan Darah.....	32
2.2.4	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Nilai Tekanan Darah.....	33
2.2.5	Komplikasi Tekanna Darah	34
2.2.6	Pengukuran Tekanan Darah.....	37
2.2.7	Patofisiologi	38
2.3	Konsep Lansia.....	39
2.3.1	Definisi Lansia	39
2.3.2	Ciri-ciri Lansia	40
2.3.3	Tipe Lansia.....	41
2.3.4	Klasifikasi Lansia.....	42
2.3.5	Proses Aging pada lansia (Proses menua)	43
2.4	Konsep <i>Depression Anxiety and Stress Scale (DASS)</i>	48
2.5	Kerangka Teori	50
BAB III.....		51
KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN		51
3.1	Kerangka Konseptual.....	51
3.2	Hipotesis Penelitian	52
BAB IV		53
METODE PENELITIAN.....		53
4.1	Desain Penelitian	53

4.2	Kerangka Operasional.....	54
4.3	Populasi dan Sampel Penelitian.....	55
4.3.1	Populasi	55
4.3.2	Sampel.....	55
4.3.3	Sampling	56
4.4	Variabel Penelitian.....	57
4.4.1	Variabel Bebas (Independen).....	57
4.4.2	Variabel Terikat (Dependen)	58
4.4.3	Definisi Operasional	58
4.5	Instrumen Penelitian	59
4.6	Lokasi dan Waktu Penelitian	61
4.6.1	Lokasi Penelitian.....	61
4.6.2	Waktu Penelitian	61
4.7	Prosedur Pengumpulan Data dan Analisa Data	62
4.7.1	Pengumpulan Data	62
4.7.2	Prosedur Pengumpulan Data.....	62
4.7.3	Pengolahan Data	63
4.7.4	Analisa Data.....	65
4.8	Etika Penelitian.....	67
BAB V.....		70
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		70
5.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	70
5.2	Keterbatasan Penelitian.....	71
5.3	Hasil Penelitian	71
5.3.1	Data Umum.....	71
5.3.1	Data Khusus	73
5.4	Pembahasan	75
1.	Tingkat Stress pada Lansia di Posyandu Lansia Desa Jenangan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo	75
2.	Tekanan Darah pada Lansia di Posyandu Lansia Desa Jenangan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo	84

3.	Hubungan antara Stres dengan Tekanan Darah pada Lansia di Posyandu Lansia Desa Jenangan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo	89
BAB VI		93
KESIMPULAN DAN SARAN		93
6.1 Kesimpulan		93
6.2 Saran		93
DAFTAR PUSTAKA		95
LAMPIRAN		100
Lampiran 1. Jadwal Penelitian		100
Lampiran 2. Penjelasan Sebelum Penelitian (PSP)		101
Lampiran 3. <i>Informed Consent</i>		102
Lampiran 4. Kisi-kisi Kuesioner		103
Lampiran 5. Kuesioner Penelitian		104
Lampiran 6. Lembar Hasil Pengukuran Tekanan Darah		107
Lampiran 7. Surat Permohonan Data Awal		108
Lampiran 8. Surat Layak Etik		109
Lampiran 9. Surat Permohonan Izin Penelitian		110
Lampiran 10. Tabulasi Data Demografi dan Tekanan Darah		111
Lampiran 11. Pertanyaan kuesioner		114
Lampiran 12. Uji Statistika Data		117
Lampiran 13. <i>Logbook</i>		122

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1	Definisi Operasional Variabel	58
Tabel 5.1	Karakteristik Responden berdasarkan Usia di Posyandu Lansia Desa Jenangan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo	71
Tabel 5.2	Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin di Posyandu Lansia Desa Jenangan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo.....	72
Tabel 5.3	Karakteristik Responden berdasarkan Pendidikan Terakhir di Posyandu Lansia Desa Jenangan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo.....	72
Tabel 5.4	Karakteristik Responden berdasarkan Pekerjaan di Posyandu Lansia Desa Jenangan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo .	73
Tabel 5.5	Karakteristik Responden berdasarkan Tekanan Darah di Posyandu Lansia Desa Jenangan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo.....	73
Tabel 5.6	Karakteristik Responden berdasarkan Tingkat Stress di Posyandu Lansia Desa Jenangan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo.....	74
Tabel 5.7	Hubungan antara Stress dengan Tekanan Darah pada Lansia Desa Jenangan Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo	74

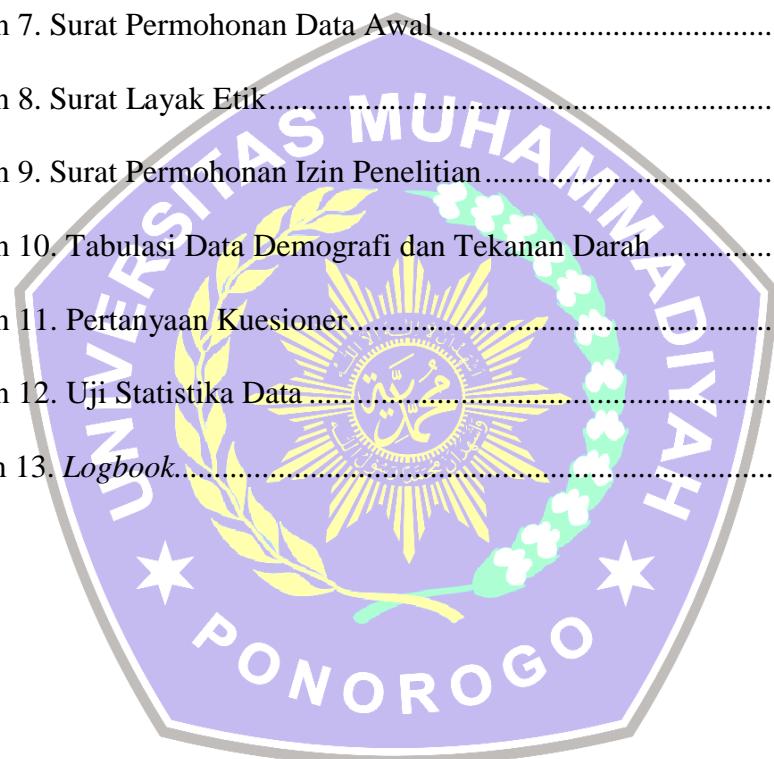
DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori Hubungan Tingkat Stres Dengan Tekanan Darah Pada Lansia	50
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual Hubungan Tingkat Stres Dengan Tekanan Darah Pada Lansia	51
Gambar 4.1 Kerangka Operasional Hubungan Tingkat Stres Dengan Tekanan Darah Pada Lansia	54



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Rencana Kegiatan Pembuatan skripsi.....	100
Lampiran 2. Penjelasan Sebelum Penelitian (PSP)	101
Lampiran 3. <i>Informed Consent</i>	102
Lampiran 4. Kisi-kisi Kuesioner.....	103
Lampiran 5. Kuesioner Penelitian	104
Lampiran 6. Lembar Hasil Pengukuran Tekanan Darah	107
Lampiran 7. Surat Permohonan Data Awal.....	108
Lampiran 8. Surat Layak Etik.....	109
Lampiran 9. Surat Permohonan Izin Penelitian.....	110
Lampiran 10. Tabulasi Data Demografi dan Tekanan Darah.....	111
Lampiran 11. Pertanyaan Kuesioner.....	115
Lampiran 12. Uji Statistika Data	118
Lampiran 13. <i>Logbook</i>	127



DAFTAR SINGKATAN

ACTH	: <i>Adrenocorticotropic Hormone</i>
CRH	: <i>Corticotropin Releasing Hormone</i>
Depdiknas	: Departemen Pendidikan Nasional
NADPH	: <i>Nicotinamide Adenine Dinucleotide Phosphate</i>
NO	: <i>Nitric oxide</i>
ROS	: <i>Reactive Oxygen Species</i>
SNR	: Senyawa Nitrogen Reaktif
SOR	: Senyawa Oksigen Reaktif
WHO	: <i>World Health Organization</i>
WHOQOL	: <i>WHO Quality of Life</i>

