

---

## GAMBARAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS DENGAN DERAJAT HIPERTENSI LANSIA

Alfiyah Nur Azijah<sup>1\*</sup>, Noor Rochmah I.A.T.P<sup>2</sup>, Arni Nur Rahmawati<sup>3</sup>, Ita Apriliyani<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan, Universitas Harapan Bangsa, Indonesia

<sup>2,3,4</sup>Dosen Program Studi Sarjana Keperawatan, Universitas Harapan Bangsa, Indonesia

e-mail: \*alfiyahnurazijah02@gmail.com

---

### INDEX

#### Kata kunci:

Derajat hipertensi,  
Kesejahteraan  
psikologis, Lansia

#### Keywords:

psychological well-  
being, degree of  
hypertension, older  
adult

---

### ABSTRAK

Proses menua merupakan proses yang akan terjadi pada setiap individu. Semakin bertambah usia maka akan muncul berbagai masalah akibat adanya penurunan fisiologis. Kondisi ini berdampak pada aspek kesehatan seperti hipertensi. Hipertensi yang dialami lansia membuat lansia merasa stress, memiliki emosi negatif, hingga penurunan kesejahteraan psikologis. Tujuan penelitian untuk memberikan gambaran kesejahteraan psikologis dengan derajat hipertensi lansia. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang menggunakan pendekatan *crosssectional* dengan 64 lansia sebagai responden. Pemilihan responden menggunakan teknik *consecutive sampling*. Proses pengumpulan data menggunakan kuesioner *Psychological Well-Being Scale* (PWBS). Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi variabel. Hasil analisis ditemukan bahwa sebagian besar responden masuk dalam kategori lanjut usia, yaitu pada kisaran usia 60 hingga 74 tahun, memiliki tingkat pendidikan dasar dan mengalami kesejahteraan psikologi sedang.

*The aging process is a process that will occur in every individual. As we age, various problems arise due to physiological decline. This condition has an impact on health aspects such as hypertension. Hypertension experienced by the older adults makes the older adult feel stressed, have negative emotions, to a decrease in psychological well-being. The purpose of the study was to provide an overview of psychological well-being with the degree of hypertension in the older adult. This study is a descriptive study using a cross-sectional approach with 64 older adult as respondents. The selection of respondents used consecutive sampling technique. The data collection process used a Psychological Well-Being Scale (PWBS) questionnaire. Data analysis was carried out univariately to describe the distribution of variable frequencies. The results of the analysis found that most of the respondents were in the elderly category, namely in the age range of 60 to 74 years, had a basic education level and experienced moderate psychological well-being.*

---

### PENDAHULUAN

Seiring dengan bertambahnya usia maka akan disertai dengan bertambahnya permasalahan kesehatan karena penurunan fungsi fisiologis sistem dalam tubuh (Sya'diyah, 2018). Penurunan fungsi sistem

yang ada berdampak pada aspek kesehatan seperti hipertensi, artritis, stroke, jantung dan lainnya (Kemenkes RI, 2018). Lansia cenderung akan mengalami masalah hipertensi akibat penurunan elastisitas dinding aorta, penurunan kemampuan memompa

jantung, hilangnya elastisitas pembuluh darah perifer dan adanya peningkatan resistensi pembuluh darah perifer (Nurarif & Kusuma, 2015).

Provinsi Jawa Tengah merupakan peringkat ke empat di Indonesia dengan persentase hipertensi mencapai 37,57%. Kabupaten Banyumas menempati urutan kedua kejadian hipertensi di wilayah eks Karesidenan Banyumas. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten (DKK) Banyumas didapatkan data jumlah penderita hipertensi pada tahun 2019 sebanyak 396.657 kasus dengan persentase yang mendapat pelayanan kesehatan sebesar 26%, mengalami peningkatan dibandingkan tahun 2018 dengan jumlah kasus sebanyak 204.829 kasus. Kejadian hipertensi tertinggi di Wilayah Kerja Puskesmas Purwokerto Selatan sebanyak 9295 kasus (Kemenkes RI, 2019).

Hipertensi yang terjadi pada lansia dapat berakibat pada permasalahan fisik seperti mudah lelah, selain permasalahan fisik adanya penurunan pada dimensi mental seperti gelisah akibat susah tidur juga dapat terjadi akibat hipertensi (Anggraieni & Subandi, 2014). Lansia yang mengalami hipertensi akan mengalami perasaan bahwa penyakitnya sulit disembuhkan sehingga mengalami stres dan memiliki emosi negatif yang berdampak pada penurunan kesejahteraan psikologis (Wells, 2010). Penelitian Manju dan Singh (2014)

menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis menjadi salah satu permasalahan pada pasien hipertensi. Kesejahteraan psikologis pada lansia dapat menurun karena disebabkan sulitnya menerima diri sendiri, sulit berkomunikasi dengan orang lain atau perasaan bahwa adanya penurunan fungsi fisik sehingga mengakibatkan adanya penurunan pada dimensi tujuan hidup dan pertumbuhan personal (Santrock, 2013). Berdasarkan fenomena yang ada, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kesejahteraan psikologis lansia dengan hipertensi.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif menggunakan pendekatan *cross sectional*. Lokasi penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Purwokerto Selatan dan proses pengumpulan data dilakukan selama 1 bulan terhitung dari bulan Mei hingga Juni 2021.

Populasi penelitian mencakup seluruh lansia yang terdiagnosis hipertensi pada tahun 2020 di wilayah kerja Puskesmas Purwokerto Selatan sebanyak 178 lansia. Pengambilan sampel menggunakan *consecutive sampling* dan didapatkan jumlah sampel 64 responden lansia.

Peneliti dalam mengumpulkan data penelitian menggunakan kuesioner karakteristik lansia yaitu usia dan pendidikan

serta kuesioner *Psychological Well-Being Scale* dengan 42 item pertanyaan yang mencakup 6 sub skala yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan skala pertumbuhan pribadi. Pengambilan data dilakukan dengan cara *door to door*.

Peneliti menggunakan analisis univariat untuk mendapatkan gambaran karakteristik responden yaitu usia, pendidikan, dan mendapatkan gambaran kesejahteraan psikologis dengan derajat hipertensi lansia hingga 74 tahun dan memiliki tingkat pendidikan dasar.

## HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Lansia

Variabel	f	%
<b>Usia</b>		
1. Lanjut Usia (60-74 tahun)	52	81,3
2. Lanjut Usia Tua (75-90 tahun)	12	18,7
3. Usia Sangat Tua (> 90 tahun)	0	0
<b>Tingkat pendidikan</b>		
1. Tidak Sekolah	4	6,3
2. Pendidikan Dasar (SD-SMP)	53	82,8
3. Pendidikan Menengah (SMA)	5	7,8
4. Pendidikan Tinggi (DIII/SI)	2	3,1
Total	64	100

Berdasarkan tabel 1 terlihat bahwa sebagian besar responden masuk dalam kategori lanjut usia, dimana usia berada pada kisaran 60 hingga sekitar usia 50 tahun kemudian menurun (Rockwood & Howlett,

2011).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kesejahteraan Psikologis Lansia Hipertensi

Kesejahteraan psikologis	f	%
1. Rendah	5	7,8
2. Sedang	59	92,2
3. Tinggi	0	
Total	64	100

Berdasarkan hasil yang dituliskan pada tabel 2 terlihat bahwa 92,2% lansia hipertensi mengalami kesejahteraan psikologis sedang.

## PEMBAHASAN

### Usia

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa responden masuk kedalam kategori usia lanjut (60-74 tahun) sebanyak 81,3%. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Hanjani, Putri dan Novitasari (2020) dimana hipertensi terjadi pada lansia yang memiliki usia lebih dari 65 tahun sebanyak 72,2%. Hal yang sama juga diungkapkan oleh Putri, Rekawati dan Dwi (2019), yang memperlihatkan bahwa hipertensi banyak terjadi pada usia 60 hingga 69 tahun dan diikuti pada lansia yang berusia 70 tahun.

Akbar *et al.*, (2020) menyatakan lansia memiliki risiko hipertensi karena pada usia ini, arteri besar kehilangan kelenturannya dan menjadi kaku. Kondisi tersebut membuat kerja jantung lebih keras untuk memompa darah melalui pembuluh darah yang sempit

daripada biasanya dan menyebabkan naiknya tekanan darah. Rata-rata tekanan darah sistolik meningkat seiring bertambahnya usia, sementara tekanan darah diastolik meningkat hingga sekitar usia 50 tahun kemudian menurun (Rockwood & Howlett, 2011).

### **Tingkat pendidikan**

Hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan dasar (SD-SMP) sebanyak 82,8%. Notoatmodjo (2010) menyatakan jika tingkat pendidikan seseorang mempengaruhi kemampuan seseorang dalam menerima informasi dan mengolahnya sebelum menjadi perilaku yang baik atau buruk sehingga berdampak terhadap status kesehatannya.

Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian Musfirah dan Masriadi (2019) didapatkan hasil semakin tinggi taraf pendidikan seseorang maka tingkat kesadaran akan kesehatan meningkat. Hanifa, Dasuki, Ichan (2017) menyatakan jika tingkat pendidikan dapat memengaruhi kemampuan lansia dalam menerima informasi terkait hipertensi sehingga hal tersebut menyebabkan lansia tidak mengetahui tentang upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi yang dialaminya.

### **Kesejahteraan Psikologis Lansia Hipertensi**

Penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden memiliki kesejahteraan psikologis tingkat sedang sebanyak 92,2%. Manju dan Singh (2014) menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis menjadi salah satu permasalahan pada pasien hipertensi. Penelitian Zulfitri *et al.*, (2019), lansia dengan penyakit kronis memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah sebesar 43,5%. Lansia dapat mengalami kesejahteraan psikologis yang rendah sehingga berdampak timbulnya masalah depresi, stres dan kesepian (Pesik, 2015).

Kesejahteraan psikologis pada lansia dapat menurun karena disebabkan sulitnya menerima diri sendiri, sulit berkomunikasi dengan orang lain atau perasaan bahwa adanya penurunan fungsi fisik sehingga mengakibatkan adanya penurunan pada dimensi tujuan hidup dan pertumbuhan personal (Santrock, 2013). Hasil penelitian Ramadi *et al.*, (2017) menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis dapat meningkatkan derajat kesehatan dimana responden dengan kesejahteraan psikologis baik memiliki peluang 10,125 kali lebih tinggi untuk mengontrol tekanan darahnya.

## KESIMPULAN

Hasil peneliti ini mendapati lansia didominasi pada kategori kelompok usia lanjut usia dengan tingkat pendidikan dasar (SD-SMP) dan mengalami kesejahteraan psikologis sedang. Penelitian ini menyarankan adanya peningkatan pelayanan lansia dengan memperhatikan kondisi psikologis yang dialami. Pengkajian terkait dengan kesejahteraan psikologis perlu dilakukan secara berkala sekaligus memberikan terapi farmakologi dan non farmakologi untuk menyelesaikan permasalahan kesehatan lansia.

Berdasarkan proses penelitian yang dilakukan oleh peneliti, keterbatasan yang ditemui adalah peneliti hanya menggunakan satu riwayat penyakit yaitu hipertensi sehingga diperluasan cakupan perluasan masalah kesehatan untuk penelitian selanjutnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, A. G. Al, & Roepajadi, J. (2020). Pengaruh Masase Teknik Effleurage Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Prahipertensi Di Posyandu Dusun Penanggalan Kabupaten Jombang. 09, 67–74.
- Anggraieni, W. N., & Subandi, S. (2014). Pengaruh Terapi Relaksasi Zikir Untuk Menurunkan Stres Pada Penderita Hipertensi Esensial. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*.
- Dinas Kesehatan Jawa Tengah. (2020). Profil Dinas Kesehatan Jawa Tengah. *Profil Kesehatan Jawa Tengah*.
- Hanifa, Shofiana Fajrin., Dasuki, Mohammad Shoim., Ichan, Burhannudin., Agustina., Tri. (2021). Tingkat Pendidikan dan Keaktifan Kunjungan Terhadap Status Gizi Lansia. *Herb Medicini Journal*. Vol 4 (1); Page 20 – 27.
- Hanjani, Rosli., Putri, Noor Rochmah Ida Ayu Trisno., Novitasari, Dwi. (2020). Factor Influencing Elderly People With Cognitive Impairment. *Proceeding of The International Conference on Health and Medical Sciences (AHMS 2020)*. *Advances in Health Sciences Research* Vol 34; hal 100-104.
- Kemenkes RI (2018) Laporan Nasional Risesdas 2018. *Balitbang Kemenkes RI*.
- Kemenkes RI. (2019). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. In *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Manju & Singh, R. (2014). Psychological Well-being of Hypertensive People. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 5(2), 264–266.
- Musfirah dan Masriadi. (2019) Analisis Faktor Risiko Dengan kejadian Hipertensi Di Wilayah kerja Puskesmas Takalala Kecamatan Marioriwawo Kabupaten Soppeng. *Jurnal Kesehatan Global* Vol 2 (2); hal 93-102.
- Noor Rochmah Ida Ayu Trisno Putri, Ety Rekawati, Dwi Nurviyandari Kusuma Wati. (2019). Relationship of age, gender, hypertension history, and vulnerability perception with physical exercise compliance in elderly. *Enfermería Clínica*, Volume 29; Pages 541-545,ISSN,1130-86.