

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KECEMASAN DENGAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DI GRIYA LANSIA KHUSNUL KHATIMAH KABUPATEN MALANG

Silvia Ratna Sari^{1*}, Ali Multazam², Nurul Aini Rahmawati³

Program Studi Fisioterapi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang^{1,2,3}.

*Corresponding Author : silviaratnasari39@gmail.com

ABSTRAK

Kecemasan merupakan masalah psikologis yang sering dialami seseorang dan berpotensi mempengaruhi tekanan darah melalui mekanisme fisiologis seperti aktivasi sistem saraf simpatik. Tekanan darah tidak terkontrol dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular, stroke, dan penurunan kualitas hidup seseorang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dengan tekanan darah pada lansia di Griya Lansia Khusnul Khatimah Kabupaten Malang. Penelitian ini menggunakan desain analitik observasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi adalah seluruh lansia di Griya Lansia Khusnul Khatimah sebanyak 30 orang, dengan sampel diambil secara *purposive sampling* sesuai kriteria inklusi. Variabel independen adalah tingkat kecemasan yang diukur menggunakan *Geriatric Anxiety Scale* (GAS), sedangkan variabel dependen adalah tekanan darah yang diukur dengan tensimeter. Data dianalisis menggunakan uji korelasi *Spearman Rho* dengan taraf signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan distribusi tingkat kecemasan responden berada pada kategori ringan hingga sedang, sedangkan tekanan darah bervariasi dari normal hingga hipertensi tahap 2. Analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dan tekanan darah pada lansia ($p < 0,05$). Kesimpulan penelitian ini adalah semakin tinggi tingkat kecemasan, semakin tinggi pula tekanan darah pada lansia. Temuan ini menegaskan pentingnya intervensi psikososial dalam upaya pengendalian tekanan darah pada lansia, khususnya di lingkungan panti sosial.

Kata kunci: Kecemasan, Lansia, Tekanan Darah, *Cross-Sectional, Geriatric Anxiety Scale*.

ABSTRACT

Anxiety is a psychological problem that is often experienced by individuals and has the potential to affect blood pressure through physiological mechanisms such as activation of the sympathetic nervous system. Uncontrolled blood pressure can increase the risk of cardiovascular disease, stroke, and a decline in an individual's quality of life. This study aims to determine the relationship between anxiety levels and blood pressure in elderly people at the Khusnul Khatimah Elderly Home in Malang Regency. This study used an observational analytical design with a cross-sectional approach. The population consisted of all 30 elderly residents at the Khusnul Khatimah Elderly Home, with samples taken using purposive sampling according to inclusion criteria. The independent variable was anxiety levels, measured using the Geriatric Anxiety Scale (GAS), while the dependent variable was blood pressure, measured using a tensiometer. The data were analyzed using Spearman's Rho correlation test with a significance level of 0.05. The results showed that the distribution of the respondents' anxiety levels was in the mild to moderate category, while blood pressure varied from normal to stage 2 hypertension. Bivariate analysis showed a significant relationship between anxiety levels and blood pressure in the elderly ($p < 0.05$). The conclusion of this study is that the higher the anxiety level, the higher the blood pressure in the elderly. These findings emphasize the importance of psychosocial intervention in blood pressure control efforts.

Keywords: Anxiety, Elderly, Blood Pressure, *Cross-Sectional, Geriatric Anxiety Scale*.

PENDAHULUAN

Kecemasan adalah keadaan dimana perasaan merasa khawatir, gelisah, atau takut dari fakta atau ancaman yang dihadapi. Tingkat kecemasan yang dirasakan oleh seseorang dapat terjadi akibat adanya masalah pada kesehatannya, salah satu masalah kesehatan yang sering

ditemukan yaitu hipertensi. Kecemasan penderita hipertensi dapat terlihat dari perubahan fisiologis seperti tubuh gemetar, berkeringat, detak jantung yang cepat dan juga dapat dilihat melalui perubahan perilaku seperti gelisah dan respon terkejut (Afnuhazi & Amalia, 2022). Kecemasan akan komplikasi hipertensi dapat menjadi penyebab penurunan kualitas hidup penderita hipertensi. Kecemasan juga merupakan salah satu gangguan psikologis yang sering dialami manusia, ditandai dengan perasaan khawatir, tegang, atau takut yang berlebihan terhadap sesuatu yang belum tentu terjadi (Sunarti et al., 2024).

Menurut WHO dalam penelitian (Pratama et al., 2020), bahwa kecemasan termasuk salah satu masalah kesehatan mental yang memiliki prevalensi cukup tinggi di berbagai kelompok usia, termasuk pada lanjut usia (lansia). Faktor-faktor yang menimbulkan kecemasan, seperti pengetahuan yang dimiliki seseorang mengenai situasi yang sedang dirasakannya, apakah situasi tersebut mengancam atau tidak memberikan ancaman, serta adanya pengetahuan mengenai kemampuan diri untuk mengendalikan dirinya seperti keadaan emosi serta fokus kepermasalahannya.

Prevalensi tingkat kecemasan di dunia memiliki angka cukup tinggi, yakni menurut *World Health Organization* (2017) sekitar 3,6 % populasi dunia mengalami gangguan kecemasan, sedangkan prevalensi kecemasan lanjut usia di indonesia mencapai 8.114.774 kasus (Utami & Silvitasari, 2022). Gejala kecemasan secara umum pada lanjut usia yaitu perubahan pada tingkah laku, gelisah kemampuan konsentrasi, betkurang, kemampuan menyimpan informasi berkurang dan keluhan pada badan seperti kedinginan dan tangan lembab (Tagan et al., 2022). Dampak kecemasan pada lansia dapat menimbulkan masalah seperti *irritable bowel syndrom* (IBS) atau sakit kepala migraine (Widiani et al., 2024).

Pada tahun 2020, Badan Pusat Statistik (BPS) memprediksi sebesar 28 juta penduduk di Indonesia berusia lanjut atau usia 60 tahun keatas, dimana jumlah tersebut sama dengan 10,7% penduduk Indonesia. BPS juga memprediksi pada tahun 2045 jumlah penduduk lansia juga akan terus bertambah yaitu menjadi 19,90%. Lansia merupakan kelompok usia yang rentan mengalami berbagai masalah fisik maupun psikologis akibat penurunan fungsi organ tubuh, keterbatasan aktivitas, serta perubahan peran sosial (Depkes RI, 2020). Salah satu masalah psikologis yang kerap terjadi pada lansia adalah kecemasan. Kecemasan pada lansia seringkali dipicu oleh rasa kehilangan, kesepian, ketergantungan, atau rasa takut menghadapi kematian. Kondisi ini tidak hanya mempengaruhi kualitas hidup, tetapi juga berdampak pada kondisi fisik lansia. Salah satu dampak fisiologis dari kecemasan adalah perubahan tekanan darah. Secara fisiologis, kecemasan dapat memicu aktivasi sistem saraf simpatik yang meningkatkan pelepasan katekolamin seperti adrenalin dan non adrenalin. Hal ini menyebabkan vasokonstriksi pembuluh darah, peningkatan denyut jantung, dan pada akhirnya meningkatkan tekanan darah (Sunarti et al., 2024). Tekanan darah yang tidak terkontrol pada lansia dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular, stroke, dan gangguan ginjal yang berujung pada penurunan kualitas hidup bahkan kematian.

Tekanan darah merupakan tekanan yang berasal dari darah di pompa oleh jantung atas dinding arteri. Tekanan darah di bagi menjadi tekanan darah sistolik dan diastolik. saat ventrikel berkontraksi dan mengeluarkan darah menuju arteri maka disebut dengan tekanan darah sistolik. Saat ventrikel relaksasi dan atrium mengalirkan darah ke ventrikel maka disebut dengan tekanan darah diastolic (Tobing, 2022). Nilai normal tekanan darah seseorang dengan ukuran tinggi badan, berat badan, tingkat aktivitas normal dan kesehatan secara umum adalah 120/80 mmHg.

Secara fisiologis, kecemasan memicu aktivasi sistem saraf simpatik yang meningkatkan sekresi hormon stres seperti adrenalin dan non adrenalin. Hal ini menyebabkan peningkatan denyut jantung dan penyempitan pembuluh darah, sehingga tekanan darah meningkat.

Tekanan darah yang tidak terkendali pada lansia dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular, stroke, dan gagal ginjal, yang pada akhirnya mengancam kualitas hidup bahkan keselamatan jiwa. Nilai normal tekanan darah seseorang dengan ukuran tinggi badan, berat badan, tingkat aktivitas normal dan kesehatan secara umum adalah 120/80 mmHg. Dalam aktivitas sehari-hari, tekanan darah normalnya adalah dengan nilai angka kisaran stabil. Tetapi secara umum, angka pemeriksaan tekanan darah menurun saat tidur dan meningkat diwaktu beraktifitas atau olahraga (Novitayanti, 2020).

Berdasarkan hasil observasi, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dengan tekanan darah pada lansia di Griya Lansia Khusnul Khatimah Kabupaten Malang. Berdasarkan hasil observasi yang ditemukan di lapangan bahwa masih banyak lansia di Griya Lansia Khusnul Khatimah Kabupaten Malang menunjukkan gejala kecemasan, seperti gangguan tidur, mudah cemas, dan gelisah, yang diduga berpengaruh pada fluktuasi tekanan darah mereka.

Penelitian oleh Adelia & Supratman (2023), menunjukkan bahwa hasil dari tabulasi silang yaitu terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas hidup lansia penderita hipertensi di Desa Luwang wilayah kerja Puskesmas Gatak dengan nilai Uji *Pearson Chi Square* diperoleh hasil 000 dimana nilai tersebut <0.05 . Sedangkan penelitian oleh Irawan et al (2023), bahwa diperoleh p - value = 0,000 yang artinya p -value $< \alpha$ (0,05), maka ada hubungan antara kecemasan dengan kualitas hidup lansia pasien hipertensi. Petugas kesehatan sebaiknya Memberikan motivasi kepada lansia untuk menjaga pola hidup sehat supaya kualitas hidup lansia Di UPTD Wilayah Kerja Puskesmas Ligung Kabupaten Majalengka, jauh lebih baik dan terhindar dari kecemasan.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian observasional analitik yang menggunakan rancangan *Cross sectional study*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 8-11 Januari 2024 di Griya Lansia Khusnul Khatimah.

Populasi penelitian adalah seluruh lansia yang tinggal di Griya Lansia Khusnul Khatimah sebanyak 30 orang. Sampel diambil menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan, sehingga diperoleh 30 responden.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah *Geriatric Anxiety Scale* (GAS) dan tensimeter dengan skala pengukuran untuk kedua variabel adalah ordinal. Instrumen pengukuran penelitian menggunakan kuesioner, yaitu untuk variabel independen (tingkat kecemasan), yang terdiri dari 25 item pernyataan, dengan interpretasi skor: minimal (0–18), ringan (19–37), sedang (38–55), dan berat (56–75) dan untuk variabel dependen (tekanan darah), diukur menggunakan tensimeter dengan klasifikasi normal, prehipertensi, hipertensi tahap 1, dan hipertensi tahap 2.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan 2 model analisis, yaitu analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan distribusi masing-masing variabel. Selain itu, analisis bivariat menggunakan uji korelasi *spearman rho* untuk menguji hubungan tingkat kecemasan dengan tekanan darah. Uji signifikansi dilakukan pada taraf kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$). Hipotesis nol (H_0) ditolak apabila nilai $p < 0,05$.

HASIL

Karakteristik Responden

Diagram lingkaran 1.

Hasil penelitian karakteristik berdasarkan jenis kelamin.

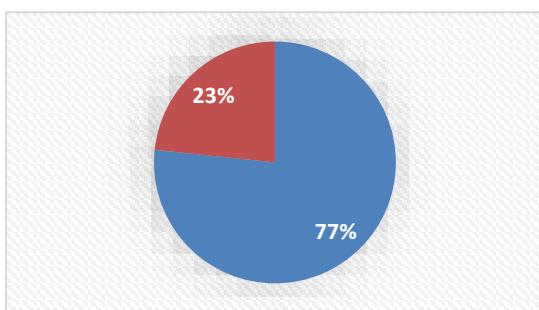


Diagram 1. menunjukkan jumlah sempel penelitian berjenis kelamin perempuan berjumlah lebih banyak yaitu 23 orang dengan presentasi 77% dan laki-laki berjumlah 7 orang dengan presentasi 23 %.

Diagram lingkaran 2.

Hasil penelitian karakteristik berdasarkan usia

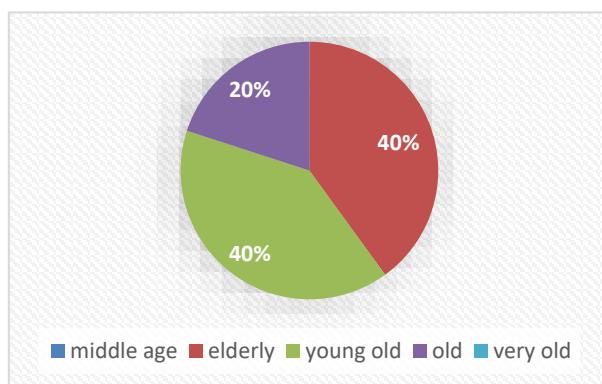


Diagram 2. menunjukkan bahwa sempel usia 55-65 (elderly) berjumlah 6 orang presentasi 40 % usia 66-74 (young old) berjumlah 6 orang presentasi 40 % dan usia 75-90 (old) berjumlah 3 orang presentasi 20 %.

Diagram 3.

Hasil penelitian karakteristik berdasarkan tingkat kecemasan

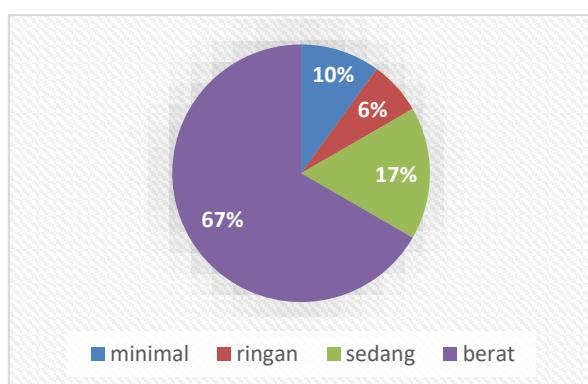


Diagram 3. menunjukan bahwa sampel dengan kecemasan minimal sebanyak 3 orang (10%) kecemasan ringan berjumlah 2 orang (6%) kecemasan sedang berjumlah 5 orang (17%) dan kecemasan berat terbanyak berjumlah 20 orang (67%).

Diagram 4.
Hasil penelitian karakteristik berdasarkan tekanan darah sample.

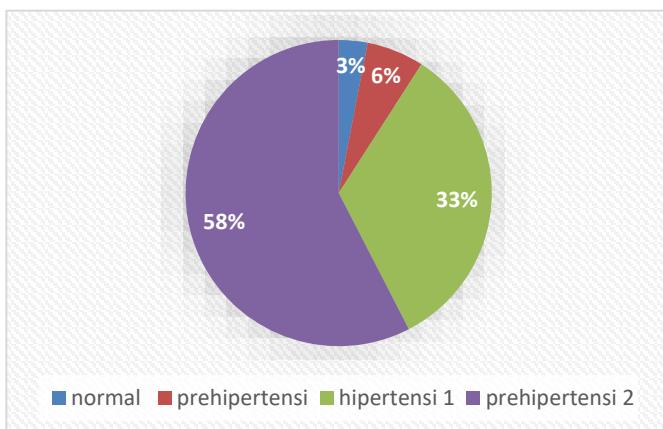


Diagram 4. menunjukan bahwa sample dengan tekanan darah normal berjumlah 1 orang (3%) prehypertensi berjumlah 2 orang (6%) hipertensi 1 berjumlah 11 orang (33%) prehypertensi derajat 2 berjumlah 19 orang (58%).

Uji Analisis Data

Uji Normalitas

Jenis uji normalitas yang di gunakan adalah Shapiro-wilk jika jumlah sampel kurang dari 50 orang dan Kolmogorov-Smirnov jika jumlah sampel lebih 50 orang. Adapun interpretasi data uji normalitas yaitu jika nilai dari uji normalitas $<0,05$ maka data terdistribusi normal.

Tabel 1. Variabel tingkat kecemasan dan Tekanan darah lansia pada Lansia di Griya Lansia Husnul Khatimah.

Variabel	Shapiro-wilk	
	N	P
Tingkat Kecemasan	30	0,649
Tekanan Darah	30	0,002

Pada tabel 1. di atas variabel kecemasan menunjukkan nilai signifikansi (sig) sebesar 0,649 lebih besar dari 0,05, maka dari itu diperoleh keputusan terima H_0 dengan kesimpulan bahwa data kecemasan berdistribusi normal. Sedangkan nilai signifikansi (sig) variabel hipertensi sebesar 0,002 lebih kecil dari 0,05, maka dari itu diperoleh keputusan tolak H_0 dengan kesimpulan bahwa data hipertensi tidak berdistribusi normal. Maka selanjutnya akan dilakukan uji non parametrik menggunakan korelasi spearman.

Uji Korelasi

Dalam penelitian ini dalam uji korelasi menggunakan 2 jenis analisis data yaitu univariat dan bivariat. Analisis data univariat adalah analisis data dengan tujuan untuk mengetahui gambaran variabel dependent dan variabel independent. Selanjutnya adalah analisis data bivariat adalah bentuk analisis yang memiliki tujuan untuk mengetahui keterikatan antara kedua variabel yaitu variabel dependent dan independet. Dalam penelitian ini menggunakan

uji *Spearman Rho* pada Uji hipotesis dengan parameter $p > 0,05$ maka hipotesis di tolak dan jika nilai $p < 0,05$ maka hipotesis di terima (Nehru & Irianti, 2020).

Tabel 2. Variabel dan uji *Spearman Rho* pada tingkat kecemasan dan Tekanan darah lansia pada Lansia di Griya Lansia Husnul Khatimah.

Variabel	<i>Spearman's rho</i>		
	N	r	P
Tingkat Kecemasan	30	0,741	0,000
Tekanan Darah			

Pada tabel 2. di atas menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0,741 yang berarti bahwa terdapat hubungan yang positif. Maka dapat disimpulkan bahwa peningkatan kecemasan akan sejalan dengan peningkatan tekanan darah lansia di griya lansia khusnul khatimah dan sebaliknya. Nilai signifikansi (sig) diperoleh sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05, maka diperoleh kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan hipertensi lansia di griya lansia khusnul khatimah.

PEMBAHASAN

Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis kelamin berperan dalam penelitian ini Presentasi laki- laki dan wanita memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi di bandingkan dengan laki-laki karena wanita lebih peka terhadap emosi yang akan mempengaruhi perasan cemasnya (Ii & Teori, 2012).

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Berdasarkan penelitian yang di lakukan di dapatkan hasil presentase Diagram 5.2 menunjukan bahwa sempel usia 55-65 (elderly) berjumlah 6 orang presentasi 40 % usia 66-74 (young old) berjumlah 6 orang presentasi 40 % dan usia 75-90 (old) berjumlah 3 orang presentasi 20 %. Kecemasan lebih mudah dialami atau dirasakan oleh seorang yang mempunyai usia lebih dewasa dibandingkan usia muda dan lebih banyak di rasakan pada wanita (Ii & Teori, 2012). Lanjut Usia (Lansia) merupakan proses penuaan dengan bertambahnya usia yang ditandai dengan tahapan penurunan fungsi organ tubuh seperti otak, jantung, hati dan ginjal serta peningkatan kehilangan jaringan aktif tubuh berupa otot-otot tubuh yang ditandai dengan semakin rentannya tubuh terhadap berbagai serangan penyakit yang dapat menyebabkan kematian. Lanjut usia adalah seseorang yang berusia 60 tahun keatas, berdasarkan Undang Undang Nomor 13 tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lansia. Secara global, populasi lansia diprediksi terus mengalami peningkatan (Kementerian Kesehatan RI, 2016). Menurut WHO (2013), klasifikasi lansia yaitu usia pertengahan (middle age), yaitu kelompok usia 45-54 tahun, lansia (elderly) yaitu kelompok usia 55-65 tahun, lansia muda (young old), yaitu kelompok usia 66-74 tahun, lansia tua (old), yaitu kelompok usia 75-90 tahun, dan lansia sangat tua (very old), yaitu kelompok usia lebih dari 90 tahun (Wulandari et al., 2023).

Karakteristik Tingkat Kecemasan.

Tingkat kecemasan pada lansia di griya lansia khusnul khatimah kabupaten malang menggunakan koesioner GAS (Geriatric Anxiety Scale) menunjukan hasil sampel dengan kecemasan berat paling tertinggi 20 orang kecemasan sedang 5 orang kecemasan kecemasan

minimal 3 orang dan kecemasan ringan 2 orang. Menurut Nanda (2012), kecemasan adalah perasaan tidak nyaman atau ketakutan yang disertai respon autonom (penyebab sering tidak spesifik atau tidak diketahui pada setiap individu) perasaan cemas timbul akibat dari antisipasi diri terhadap bahaya. Keadaan ini juga dapat diartikan sebagai tanda-tanda perubahan yang memberikan peringatan akan adanya bahaya pada diri individu. Kecemasan merupakan gangguan alam perasaan yang ditandai dengan ketakutan atau kekawatiran yang mendalam dan berkelanjutan. Jadi dapat disimpulkan kecemasan merupakan suatu kekawatiran pada sesuatu yang akan terjadi dengan penyebab yang tidak jelas dan dihubungkan dengan perasaan tidak menentu (Ii & Teori, 2012) kecemasan di bagi menjadi 4 jenis yaitu kecemasan minimal, kecemasan ringan, kecemasan sedang dan kecemasan berat.

Karakteristik Tekanan Darah.

Dalam penelitian ini tekanan darah di peroleh dari hasil pengukuran menggunakan (*sphygmomanometer digital*) menunjukkan bahwa sample dengan tekanan darah normal berjumlah 1 orang prehipertensi berjumlah 2 orang hipertensi 1 berjumlah 11 orang prehipertensi derajat 2 berjumlah 19 orang. Tekanan darah adalah kekuatan yang diperlukan darah untuk mengalir melalui pembulu darah dan beredar keseluruh tubuh manusia peningkatan atau penurunan tekanan darah akan mempengaruhi hemostasis pada arteri, arteriol, kapiler dan sistem vena sehingga terjadi aliran darah yang terus menerus (Kusnan, 2022).

Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Tekanan Darah pada Lansia di Griya Lansia Khusnul Khatimah Kabupaten Malang.

Hubungan kecemasan dengan tekanan darah Hubungan Kecemasan dengan Perubahan Tekanan Darah Kecemasan, rasa takut, stres fisik dan rasa sakit dapat meningkatkan tekanan darah karena stimulasi sistem saraf simpatik yang meningkatkan curah jantung dan vasokonstriksi arteriol, sehingga meningkatkan tekanan darah. Pusat vasomotor berperan atas vasokonstriksi pembuluh darah dan peningkatan denyut jantung, pusat vasomotor terdapat di dua pertiga proksimal medula oblongata dan sepertiga distal pons, sedangkan di bagian medial dan distal medula oblongata terdapat pusat vasodilator atau inhibitory yang mampu menghambat impuls vasokonstriktor dan menyebabkan dilatasi pembuluh darah. Pusat vasomotor memiliki pusat kardioakseletor yang dapat meningkatkan denyut jantung dantekanan sistolik ventrikel yang akhirnya meningkatkan curah jantung dan kardioinhibitor yang mampu menurunkan denyut jantung dan mengurangi daya kontraksi otot-otot jantung sehingga kardioinhibitor sering dihubungkan dengan aktivitas saraf vagus. Pusat vasomotor berhubungan dengan hipotalamus sehingga perubahan aktivitas hipotalamus akibat pengaruh emosi, hormonal, stress dan sebagainya akan menimbulkan 38 dampak pada fungsi kardiovaskuler seperti perubahan tekanan darah dan denyut jantung. Terdapat dua jalur reaksi hipotalamus dalam menanggulangi rangsangan cemas, yaitu mengeluarkan sejumlah hormone vasopressin dan kortikotropin releasing faktor (CRF). Kedua hormon ini akan mempengaruhi daya retensi air dan ion natrium serta mengakibatkan kenaikan pada volume darah. Merangsang pusat vasomotor dan menghambat pusat vagus sehingga terjadi peningkatan sekresi epinefrin dan norepinefrin oleh medula adrenal, meningkatnya frekuensi denyut jantung, dan meningkatnya kekuatan kontraksi otot jantung sehingga curah jantung dan tahanan perifer total meningkat. Perubahan fungsi kardiovaskuler tersebut menyebabkan terjadinya kenaikan tekanan darah dan denyut jantung (Ansori et al., 2022). Tanda dan gejala kecemasan dibedakan menjadi beberapa gejala yaitu gejala suasana hati, gejala kognitif,

gejala somatik dan gejala motorik. Gejala suasana hati meliputi kecemasan, panik dan kekhawatiran (Ansori et al., 2022). Gejala kognitif merupakan suatu respon psikologis terhadap kecemasan ditandai dengan ketidakmampuan untuk berkonsentrasi, mudah lupa, merasa khawatir yang berlebih dan obyektifitas menurun (Clark & Beck, 2011). Gejala somatic pada kecemasan dibagi menjadi dua respon yaitu langsung dan tidak langsung. Respon langsung terjadi pada individu yang sedang mengalami kecemasan yang ditandai dengan mulai berkeringat, mulut terasa kering, denyut nadi cepat, napas pendek, tekanan darah meningkat, kepala terasa berdenyut dan otot menegang. Respon ini akan muncul sesaat individu 39 mulai merasa timbul ancaman terhadap dirinya dan muncul rasa cemas terhadap keselamatannya, sedangkan respon tidak langsung adalah bentuk akumulasi dari kecemasan yang dirasakan terus menerus dan berkepanjangan sehingga muncul sakit kepala yang tiba-tiba dan melemahnya otot. Gejala somatik merupakan gangguan fisiologis dan tidak semua individu menunjukkan gejala yang sama karena perbedaan pengaturan aktivitas saraf otonom di tiap individu (Ansori et al., 2022). Gejala motorik merupakan gambaran gejala kognitif dan somatik yang tinggi pada seseorang untuk melakukan perlindungan diri, terjadinya tanda memiliki tujuan dan terjadi secara reflek (Ansori et al., 2022).

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang kuat dan signifikan antara tingkat kecemasan dengan tekanan darah pada lansia di Griya Lansia Khusnul Khatimah Kabupaten Malang, dengan koefisien korelasi sebesar 0,741 dan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa peningkatan tingkat kecemasan pada lansia akan diikuti oleh peningkatan tekanan darah, begitu pula sebaliknya. Distribusi responden menunjukkan sebagian besar lansia berada pada kategori kecemasan berat (67%) dan mengalami hipertensi tahap 2 (58%), yang menandakan bahwa masalah psikologis dan fisiologis saling berkaitan erat dalam mempengaruhi kesehatan lansia. Penelitian ini menegaskan pentingnya pendekatan holistik dalam pengelolaan kesehatan lansia, yang tidak hanya berfokus pada aspek fisik tetapi juga memperhatikan kesehatan mental. Intervensi psikososial, program manajemen stres, serta pemantauan tekanan darah secara rutin sangat diperlukan untuk mengurangi dampak negatif kecemasan terhadap tekanan darah. Dengan demikian, upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi pada lansia di lingkungan panti sosial harus dilakukan secara terpadu, melibatkan tenaga kesehatan, keluarga, dan pihak pengelola panti dalam menciptakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan fisik dan psikologis lansia.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada pihak Griya Lansia Khusnul Khatimah Kabupaten Malang atas izin dan kerja samanya selama proses penelitian berlangsung. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Program Studi Fisioterapi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang, atas dukungan, arahan, dan fasilitas yang diberikan dalam pelaksanaan penelitian ini. Selain itu, penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Jurnal PREPOTIF : Jurnal Kesehatan Masyarakat yang telah memberikan kesempatan untuk mempublikasikan hasil penelitian ini sebagai bentuk kontribusi ilmiah di bidang kesehatan masyarakat. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan peningkatan kualitas pelayanan kesehatan pada lansia.

DAFTAR PUSTAKA

- R., & Novitayanti, E. (2020). Hubungan Kecemasan Dengan Tekanan Darah Pada Lansia. *Jurnal Stethoscope*, 1(1), 49–57. <https://doi.org/10.54877/stethoscope.v1i1.781>
- Adelia, S., & Supratman, S. (2023). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi di Desa Luwang Wilayah Kerja Puskesmas Gatak. *Malahayati Nursing Journal*, 5(11), 4001–4401. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i11.10042>
- Afnuhazi, R., & Amalia, R. F. (2022). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Peningkatan Tekanan Darah Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Bukit Surungan Kabupaten Padang Panjang. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 4(4657), 78–84.
- Andari, F. N., Vioneer, D., Panzillion, P., Nurhayati, N., & Padila, P. (2020). Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Senam Ergonomis. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 2(1), 81–90. <https://doi.org/10.31539/joting.v2i1.859>
- Anis Sulalah, Dodik hartono, & Achmad Kusyairi. (2023). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Melakukan Activity Daily Living. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 2(2), 322–335. <https://doi.org/10.55606/jurikes.v2i2.1917>
- Aqobah, Q. J., & Rhamadian, D. (2022). Dampak Kecemasan (Anxiety) Dalam Olahraga Terhadap Atlet the Impact of Anxiety in Sports on Athletes. *Journal of Sport Science and Tourism Activity*, 1(1), 31–36. <https://jurnal.untirta.ac.id/index.php/JOSITA>
- Asda, P., & Wawo, J. (2024). Kemandirian Lansia Dengan Kecemasan Dalam Pemenuhan Aktivitas Sehari-Hari. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 13(1), 44. <https://doi.org/10.31596/jcu.v13i1.1354>
- Candrawati, S. A. K., & Sukraandini, N. K. (2022). Kecemasan Lansia dengan Kondisi Penyakit Kronis. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 11(2), 348. <https://doi.org/10.36565/jab.v11i2.631>
- Chaerunisa, S., Merida, S. C., & Novianti, R. (2022). Intervensi Perilaku untuk Mengurangi Gejala Kecemasan pada Lansia di Desa Mekarsari RW 12 Tambun Selatan. *Devotion : Jurnal Pengabdian Psikologi*, 1(01), 21–40. <https://doi.org/10.35814/devotion.v1i01.3393>
- Cheristina, & Ramli, H. W. (2021). Lama Menderita Dan Tingkat Hipertensi Dengan Tingkat Kecemasan Pada Lansia Dalam Tinjauan Studi Cross Sectional Duration. *Jurnal Fenomena Kesehatan Volume*, 04, 449–456.
- Coloay, M. M., & Wulandari, I. S. M. (2016). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Tekanan Darah Anggota Prolanis Di Puskesmas Parongpong. *Jurnal Kesehatan Love That Renewed*, 1–23.
- Fadlilah, S., Hamdani Rahil, N., & Lanni, F. (2020). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Tekanan Darah Dan Saturasi Oksigen Perifer (Spo2). *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada, Spo* 2, 21–30. <https://doi.org/10.34035/jk.v11i1.408>
- Faradiana, Z., & Mubarok, A. S. (2022). Hubungan antara Pola Pikir Negatif dengan Kecemasan dalam Membina Hubungan Lawan Jenis pada Dewasa Awal. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 13(1), 71–81. <https://doi.org/10.26740/jptt.v13n1.p71-81>
- Galang Gemilang Putra, C., Yani Husain At Thohari, M., Mudijianto, J., Karawang, S., Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, U., Tanah Kalikedinding, S. I., & Abstract, S. (2024). Dampak Patologi Sosial pada Anak-Anak dari Keluarga Broken Home : Prespektif Psikologi. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(10), 558–563. <https://doi.org/10.5281/zenodo.11464761>
- Irawan, A. T., Hijriani, H., & Femiliahaq, D. S. (2023). Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas

Hidup Lansia Pasien Hipertensi. *Journal Of Nursing Practice and Science*, 197–202.

- Irianti, C. H., Antara, A. N., & Jati, M. A. S. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Hipertensi dengan Tindakan Pencegahan Hipertensi di BPSTW Budi Luhur Bantul. *Jurnal Riset Daerah*, 21(3), 4015–4032. <https://ojs.bantulkab.go.id/index.php/jrd/article/view/56>
- Loniza, E., & Safitri, M. (2021). Meningkatkan Kesehatan Lansia Dengan Terapi Infrared Dan Pengecekan Tensi Ranting Aisiyah Prenggan. *Prosiding Seminar Nasional Program Pengabdian Masyarakat*, 289–295. <https://doi.org/10.18196/ppm.32.208>
- Nugroho, A. W., & Masrika, N. U. E. (2023). Implementasi Studi TENSI sebagai Upaya Pencegahan Peningkatan Kejadian Hipertensi Masyarakat Pesisir Kabupaten Ternate. *Inovasi Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 37–42. <https://doi.org/10.54082/ijpm.108>
- Pifer, M. A., & Segal, D. L. (2020). Geriatric Anxiety Scale: Development and Preliminary Validation of a Long-Term Care Anxiety Assessment Measure. *Clinical Gerontologist*, 43(3), 295–307. <https://doi.org/10.1080/07317115.2020.1725793>
- Pratama, E. R., Damaiyanti, S., Riani, Y., Puskesmas, K., Guguak, D. K., & Berdasarkan, T. (2020). Pengaruh Hipnotis Lima Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Dangung-Dangung Kecamatan Guguak. *Jurnal Ilmu Kesehatan Afiah*, IX(1), 23–26. <http://www.ejournal.stikesyarsi.ac.id/index.php/JAV1N1/article/view/195>
- Priantoro, H. (2018). Hubungan Beban Kerja Dan Lingkungan Kerja Dengan Kejadian Burnout Perawat Dalam Menangani Pasien Bpjs. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 16(3), 9–16. <https://doi.org/10.33221/jikes.v16i3.33>
- Puspita, T., Ramadan, H., Budhiaji, P., & Sulhan, M. H. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Lansia Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*, 6(2), 53–58. <https://doi.org/10.33867/jka.v6i2.141>
- Sunarti, S., Hulu, I. K., Sitorus, D. N., Harefa, A., & Syuhada, M. T. (2024). Hubungan tekanan darah dengan tingkat kecemasan pada pasien hipertensi. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 18(7), 917–924. <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i7.403>
- Tagan, H. P. M., Said, F. F., & Nompo, R. S. (2022). Gambaran Kecemasan Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Unurum Guay Kabupaten Jayapura. *Prosiding STIKES Bethesda*, 10(1), 125–138.
- Tobing, D. L. (2022). Hubungan Self-Efficacy Dengan Tingkat Kecemasan Lansia Dengan Hipertensi. *Indonesian Journal of Health Development*, 4(2), 76–84. <https://doi.org/10.52021/ijhd.v4i2.105>
- 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>
- Utami, L. T., & Silvitasari, I. (2022). Tingkat Kecemasan Berhubungan Tingkat Kemandirian Lansia Di Posyandu Mawar X Pajang Laweyan. *Nursing News : Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 6(3), 144–152. <https://doi.org/10.33366/nn.v6i3.2521>
- Widiani, E., Khorida Alvima Maul Jannah, & Dyah Widodo. (2024). Respon Kecemasan Pada Lansia Yang Diberikan Terapi Relaksasi Nafas Dalam. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 8(1), 31–44. <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v8i1.7503>
- Winarti, R., Widya, U., & Semarang, H. (2024). *Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Peningkatan Tekanan Darah pada Pasien Pre Fiber Optik Bronchoscopy (FOB) di RSP DR . ARIO umumnya , yakni meliput pemeriksaan fisik , pemeriksaan laboratorium dan puasa . Persiapan*. 8.