

HUBUNGAN REAKSI PSIKOLOGIS DENGAN KUALITAS HIDUP LANSIA HIPERTENSI

The Relationship between Psychological Reactions and Quality of Life in Hypertensive Elderly

Yanti Rosdiana¹, Wahidyanti Rahayu Hastutiningtyas¹, Sirli Mardiana Trishinta¹

¹Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Tribhuwana Tungadewi

Email: yanti.rosdiana@unitri.ac.id

ARTICLE HISTORY

Received [09 September 2024]

Revised [30 Nopember 2024]

Accepted [03 Desember 2024]

KATA KUNCI:

hipertensi, kualitas hidup, lansia, reaksi psikososial

KEYWORDS:

hypertension, elderly, psychosocial reactions, quality of life

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyebab utama kematian di seluruh dunia dan 90-95% kasus disebabkan oleh hipertensi esensial. Angka kejadian hipertensi tertinggi terutama terjadi pada kelompok umur di atas 60 tahun, Adanya hipertensi ini menyebabkan lansia mengalami penurunan kualitas hidup. Tujuan penelitian untuk mengetahui adanya hubungan reaksi psikologis lansia hipertensi dengan kualitas hidup. Desain penelitian yaitu observasi analitik dengan pendekatan Cross Sectional. Populasinya dalam penelitian ini seluruh lansia yang ada di Desa Sumpusuko Kecamatan Sumberpang Kidul dengan sampel sebanyak 56 lansia. Pengumpulan data menggunakan kuesionare WHOQOL-BREF untuk Quality of life dan DASS untuk mengukur reaksi psikologis. Analisis dalam penelitian ini menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan uji Spearman Rank. Analisis univariat menunjukkan respon psikososial responden terhadap kecemasan termasuk kategori sedang, depresi termasuk kategori berat, dan stres termasuk kategori sedang. Dari hasil analisis bivariat diperoleh nilai p pada uji spearman rank sebesar 0,000 sehingga terdapat hubungan reaksi psikologis lansia hipertensi dengan kualitas hidup. Diharapkan adanya jadwal untuk mengontrol tekanan darah lansia agar dapat mencegah adanya reaksi psikologis pada lansia

ABSTRACT

Hypertension is the leading cause of death worldwide and 90-95% of cases are caused by essential hypertension. The highest incidence of hypertension occurs mainly in the age group over 60 years. The presence of hypertension causes the elderly to experience a decrease in quality of life. The purpose of the study was to determine the relationship between psychological reactions of elderly hypertension and quality of life. The research design method in this study was analytical observation with a cross-sectional approach. The population in this study were all elderly people in Sumpusuko Village, Sumberpang Kidul District with a sample of 56 elderly people. Data collection used the WHOQOL-BREF questionnaire for Quality of Life and DASS to measure psychological reactions. The analysis in this study used univariate and bivariate using the Spearman Rank test. The results of the univariate analysis showed that the respondents' psychosocial responses to anxiety were in the moderate category, depression was in the severe category, and stress was in the moderate category. From the results of the bivariate analysis, the p value in the Spearman rank test was 0.000 so that there was a relationship between psychological reactions and quality of life in hypertensive elderly. It is hoped that there will be a schedule to control the blood pressure of the elderly in order to prevent psychological reactions in the elderly.

Pendahuluan

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan signifikan di dunia. Kondisi tersebut mempunyai tanda yaitu tekanan darah

sebesar 140 mmHg atau lebih pada fase sistolik saat istirahat dan tekanan darah sebesar 90 mmHg atau lebih pada fase diastolik, berdasarkan dua pengukuran yang dilakukan dengan jarak lima menit

(Rahmawati & Kasih, 2023). Angka kejadian hipertensi menurut World Health Organization (WHO) tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang di dunia menyandang hipertensi artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (WHO, 2023). Penuaan atau proses menua merupakan suatu proses yang berkaitan dengan usia dimana terjadi perubahan fungsi organ yang semakin menurun seiring dengan penambahan usia (Rifiyanto, 2019).

Populasi lansia diperkirakan pada tahun 2025 akan mencapai 41,4%, hal ini dapat mengakibatkan lansia tidak dapat menikmati masa tuanya disebabkan masalah kesehatan yang dideritanya. Hipertensi merupakan penyakit yang paling banyak terjadi pada lansia. Sekitar 1 miliar orang lanjut usia, atau 1 dari 4 orang terkena hipertensi, dan proyeksi menunjukkan bahwa angka ini akan terus mengalami peningkatan pada tahun 2025 sebesar 1,6 miliar (Mulfiyanti, 2022).

Hipertensi yang dinilai dengan tekanan darah pada lansia sangat mempengaruhi kualitas hidup. Suatu penilaian individu terkait kondisi Kesehatan yang sedang dialaminya disebut juga sebagai kualitas hidup (Fitria & Prameswari, 2021). Dampak tekanan darah tinggi pada orang yang sudah tua memicu terjadinya resiko serangan jantung, stroke bahkan gagal ginjal. Berdasarkan hasil penelitian Marliana et al., (2019) mengungkapkan bahwa pada saat lansia mendapatkan informasi tentang kondisinya yang mengalami hipertensi, lansia tersebut mengingkari dan merasa tidak percaya. Lansia juga mengalami rasa cemas akan dampak penyakitnya, yaitu terjadinya stroke. Lansia juga berespon sedih, khawatir, stress karena mengetahui dampak stroke ini akan mempengaruhi aktivitasnya selain itu membutuhkan perawatan dan pengobatan secara terus

menerus. Jika Tekanan darah terus meningkat, hal ini akan memberikan tekanan berlebihan pada jantung yang dapat menyebabkan kerusakan pembuluh darah, gagal ginjal dan jantung serta gangguan kognitif pada orang lanjut usia. Adanya bentuk perubahan dalam kehidupan pada orang yang mengalami usia lanjut dengan hipertensi ini dapat menyebabkan pemicu stress (Estiasih et al., 2014).

Sampai saat ini masih sedikit peneliti yang melakukan penilaian kualitas hidup pada lansia yang mengalami depresi, cemas dan stress saat mengalami hipertensi. Rumusan masalah penelitian adalah apakah terdapat hubungan antara reaksi psikologis dengan kualitas hidup lansia yang mengalami hipertensi di Desa Sumbersuko Kelurahan Sumberpang Kidul?. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan reaksi psikologis dengan kualitas hidup lansia yang mengalami hipertensi di Desa Sumbersuko Kelurahan Sumberpang Kidul.

Metode Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan Juni-Agustus 2024 di Desa Sumbersuko Kelurahan Sumberpang Kidul. Metode penelitian yang digunakan adalah observasi analitik dan desain *Cross Sectional*. Populasi penelitian ini adalah semua lansia yang mengalami hipertensi di Desa Sumbersuko Kecamatan Sumberpang Kidul sejumlah 70 responden. Metode pengumpulan data menggunakan *purposive sampling* dengan Kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu lansia yang memiliki riwayat penyakit hipertensi, kesediaan menjadi responden dengan mengisi *informed consent*. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah responden yang tidak mengisi kuesionare penelitian dan tidak kooperatif. Didapatkan sampel dalam penelitian ini sebanyak 56 lansia. Pengukuran kualitas hidup diukur dengan menggunakan *The World Health Organization Quality of Life (WHOQOL)-BREF* yang terdiri dari 26 item pertanyaan, dengan skala ukur ordinal, instrument ini terdiri dari 4 (empat) indikator

yaitu (1) perasaan yang dialami selama dua minggu terakhir, (2) hal yang dilakukan selama dua minggu terakhir, (3) kepuasan yang dialami selama dua minggu terakhir dan (4) hubungan dirinya dengan orang lain. Instrumen ini menggunakan skala likerd yaitu sangat buruk, buruk, biasa-biasa saja, baik dan sangat baik (WHO, 2004).

Pengukuran reaksi psikologis menggunakan DASS-21 yang terdiri dari 21 pertanyaan dengan skala ordinal, instrument ini terdiri dari 3 indikator yaitu depresi, kecemasan dan stress, instrument ini

menggunakan skala likerd yaitu Sering, jarang, kadang-kadang dan tidak pernah (Hakim & Aristawati, 2023). Analisa data dalam penelitian menggunakan analisis univarian dan dan analisa biavariat dengan menggunakan sperman rank dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 22.

Hasil Penelitian

1. Analisis Univariat

Berikut karakteristik responden penelitian ini disajikan pada tabel berikut ini:

Tabel 1.
Karakteristik Responden

Karakteristik	Jumlah	Persentase (%)
Umur		
60-74 Tahun	42	75,0
75-84 Tahun	11	19,6
85 Tahun	3	5,4
Jumlah	56	100,0
Jenis kelamin		
Perempuan	42	75,0
Laki-Laki	11	25,0
Jumlah	56	100,0
Pendidikan		
SD	39	69,6
SMP	13	23,2
SMA	4	7,1
Jumlah	56	100,0
Pekerjaan		
Petani	40	71,4
IRT	14	25,0
Pedagang	2	3,6
Jumlah	56	100,0

Pada Tabel 1 menunjukkan bahwa lansia hipertensi di desa Sumpersuko Kelurahan sumberpang kidul didominasi usia 60-72 tahun yaitu sebanyak 42 (75%),

dengan jenis kelamin perempuan lansia yang paling banyak 42 (75%), pendidikan SD sebanyak 39 (69,6%) dan pekerjaan petani paling banyak sebesar 40 (71,4%).

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Reaksi Psikologis dan Kualitas Hidup Lansia

Karakteristik	Jumlah	Persentase (%)
Reaksi Psikologis		
Ringan	6	10,7
Sedang	38	67,9
Berat	12	21,4
Jumlah	56	100,0

Karakteristik	Jumlah	Persentase (%)
Kualitas Hidup		
Baik	13	23,2
Cukup	13	23,2
Kurang	30	53,6
Jumlah	56	100

Tabel di atas menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai reaksi psikologis sedang sebesar 22 (39,3%), dan kualitas hidup pada responden kurang 30 (63,6%).

2. Analisis Bivariat

Hasil analisis bivariat dapat dilihat pada Tabel 3 berikut ini:

Tabel 3
Tabulasi silang Reaksi Psikologis dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi

Reaksi Psikologis	Kualitas Hidup								r	p
	Baik		Cukup		Kurang		Total			
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Ringan	3	50,0	3	50,0	0	0,0	6	100,0	0,46	0,000
Sedang	9	23,7	10	26,3	19	50,0	38	100,0		
Berat	1	8,3	0	0,0	11	91,7	12	100,0		
Total	13	23,2	13	23,2	30	53,6	56	100,0		

Dari hasil analisis data Reaksi Psikososial dengan kualitas hidup melalui uji Rank *spearman* didapatkan nilai $p=0,000$ yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas hidup dengan reaksi psikologis dan nilai koreksi didapatkan 0,460, dimana menunjukkan bahwa kekuatan hubungan moderat dan arah positif yang memiliki makna hubungan yang searah dimana semakin baik kualitas hidup maka semakin ringan reaksi psikologis lansia yang mengalami hipertensi di Desa Summersuko Kelurahan Sumberpang.

Pembahasan

Karakteristik Lansia di Desa Summersuko Kelurahan Sumberpang Kidul

Penelitian ini mempunyai responden paling dominan pada usia 60-74 tahun. Usia ini adalah usia *elderly*, dimana seiring adanya pertambahan usia lansia akan mengalami berbagai perubahan. Perubahan tersebut mulai perubahan fisiologis, psikologis dan sosial ekonomi. Pada usia ini lansia mengalami berbagai penurunan yang menyebabkan lansia meminimalkan pergerakannya agar sendinya tidak mengalami nyeri (Natikoh et al., 2023).

Perempuan merupakan jenis kelamin paling dominan pada penelitian ini. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Prianthara et al. (2021) yang menjelaskan bahwa hasil dalam penelitiannya lebih di dominasi perempuan. Jumlah lansia pada jenis kelamin perempuan lebih banyak daripada laki-laki, hal tersebut disebabkan karena perempuan memiliki usia dengan harapan hidup lebih tinggi (Kemenkes RI, 2018). Pendidikan yang paling dominan pada lansia di Summersuko Kelurahan Sumberpang Kidul berpendidikan SD. Berdasarkan pendidikan responden masih memiliki kurang pendidikan dimana kurangnya pengetahuan akan mempengaruhi perilaku lansia dalam menjalani kehidupan mereka (Hasana & Harfe'i, 2019). Pekerjaan lansia yang mengalami hipertensi pada penelitian ini sebagian besar bekerja sebagai petani, dengan bekerja para lansia yang mengalami hipertensi akan mempengaruhi stress seseorang. Hambatannya dalam melakukan aktivitas lansia adalah saat melakukan pekerjaannya dan hal ini akan menyebabkan masalah sendiri pada lansia

Kualitas Hidup Lansia di Desa Sumberuko Kelurahan Sumberpang Kidul

Dari hasil analisis didapatkan bahwa kualitas hidup lansia di desa sumberuko kelurahan sumberpang dominan memiliki kualitas hidup yang masih kurang. Kurangnya kualitas lansia ini dapat disebabkan karena lansia mengalami penurunan aktivitas fisik. Penurunan aktivitas fisik pada lansia akan berhubungan dengan kesehatan fisik lansia dimana lansia tidak memiliki kemampuan fisik seperti dulu lagi, sehingga akan mempengaruhi pekerjaannya dan membuat mereka tidak puas setiap melakukan aktivitasnya. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Palit *et al* (2021) bahwa terdapat hubungan antara aktifitas fisik dengan kualitas hidup pada lansia yang mengalami hipertensi.

Peran penting yang dilakukan orang dewasa atau lanjut usia adalah dengan melakukan aktivitas yang cukup, agar dapat mencegah munculnya suatu penyakit yang tidak menular, selain itu dapat membuat tubuh lebih bugar dan sehat sehingga dapat mencegah timbulnya depresi ataupun kecemasan pada saat lansia. Peningkatan aktivitas pada lansia yang mengalami hipertensi perlu dilakukan untuk meningkatkan kualitas hidup dan sangat perlu diperhatikan pada saat melakukan aktifitas fisik harus berhati-hati. Peningkatan aktifitas fisik ini sangat berhubungan dengan mengurangi rasa nyeri pada tubuh, penurunan resiko cedera dan meningkatkan Kesehatan fisik dan emosional serta kualitas hidup pada lansia (Yi-Hsuan Lin *et al.*, 2020).

Kurangnya kualitas hidup lansia yang mengalami hipertensi bisa juga karena kurangnya dukungan keluarga. Dukungan keluarga sangat penting bagi lansia karena akan menambah lebih bersemangat dalam menjalani hidup serta meningkatkan rasa percaya diri (Anggraeni *et al.*, 2022).

Ada empat dukungan keluarga yang dapat diberikan pada lansia diantara yaitu pertama dukungan informasi baik informasi tentang penyakit hipertensi ataupun

informasi lainnya, kedua dukungan penialain hal ini sangat penting bagi lansia dalam memberikan penilaian pada dirinya, ketiga merupakan dukungan tambahan atau finansial yang diberikan keluarga pada lansia yang mengalami hipertensi dan yang keempat merupakan dukungan emosional dimana saat lansia mengalami keputus asaan akan penyakitnya dan kehidupannya keluarga menguatkan secara emosional (Friedman, Bowden, & Jones, 2010).

Reaksi Psikologis Lansia di Desa Sumberuko Kelurahan Sumberpang Kidul

Dari hasil analisis univariat didapatkan bahwa reaksi psikologis lansia hipertensi di desa sumberuko didominasi yang mengalami reaksi psikologis sedang. Salah satu faktor yang mempengaruhi reaksi psikologis sedang adalah faktor kecemasan, dimana pada lansia yang mengalami hipertensi memiliki kekhawatiran sendiri dalam menghadapi penyakitnya. Kecemasan bisa disebabkan dari beberapa situasi atau keadaan seperti takut, rasa tidak tenang, gelisah, khawatir serta mengalami keluhan fisik (Irawan, Hijriani, & Femiliahaq, 2023). Gangguan psikologis kecemasan merupakan salah satu yang mempengaruhi hipertensi. Lansia mempunyai usia yang rentan akan mengalami reaksi psikologis kecemasan yang berlebihan.

Lansia kadang tidak sadar dengan apa yang sedang terjadi pada mereka (Irawani & Nuryawati, 2019). Faktor lain yang mempengaruhi reaksi psikologis adalah stress. Stress yang timbul pada lansia yang mengalami hipertensi disebabkan karena adanya perubahan yang secara mendadak, adanya pengobatan, adanya perubahan adaptasi dan perubahan perilaku baik fisik ataupun emosional yang menjadikan stressor tersendiri pada lansia dengan hipertensi. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh muhamad Tyas & Zulfikar (2021), yang menyatakan bahwa karakteristik seseorang akan menunjukkan stress sendiri pada lansia. Hipertensi mempunyai dampak pada berbagai aspek seperti psikologis, fisik,

ekonomi maupun spiritual yang dapat mengakibatkan terjadinya stress. Sejalan dengan penelitian Kurniawan & Sulaiman (2019) yang menyatakan bahwa lanjut usia yang mengalami hipertensi dan stress akan mempengaruhi kepuasan, pemecahan masalah, kompetensi sosial, kesehatan individu. Stress yang berkelanjutan akan menyebabkan tubuh mengakibatkan kardiovaskuler meningkatkan pelepasan kortisol dan mendorong perilaku hidup yang tidak sehat (Andriani et al., 2023).

Reaksi psikologis lain yang mempengaruhi lansia yang mengalami hipertensi yaitu depresi. Lansia yang mengalami reaksi psikologis depresi akan mengalami beberapa perubahan fisik, pemikiran perasaan dan perilaku dan hal ini akan mempengaruhi aktivitas harian dari lansia tersebut. Lansia yang mengalami hipertensi dapat menyebabkan depresi karena merasa mengalami penurunan fisik, serta merasa merepotkan orang lain dalam kehidupannya, kegilangan orang dicinta hal inilah yang membuat lansia merasa kesepian dan berujung depresi (Kurniawati & Ngestiningsih, 2013).

Reaksi Psikologis dengan Kualitas hidup Lansia di Desa Sumpusuko Kelurahan Sumberpang Kidul

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan bahwa terdapat hubungan antara reaksi psikologis dengan kualitas hidup pada lansia di desa sumpusuko. Hal ini mengindikasikan bahwa lansia yang mengalami hipertensi mengalami stress, kecemasan dan depresi. Pada dimensi kualitas fisik sangat berperan dalam reaksi psikologis. Reaksi psikologis stress, kecemasan dan depresi sangat berpengaruh karena pada saat seorang lansia akan mengalami berpengaruh pada kualitas hidup lansia, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa subjek yang sering mengalami reaksi psikologis karena adanya gelisah, cemas dan mood berubah-ubah seringkali membuat perasaan tang tidak puas dengan kondisi psikologisnya sehingga akan mempengaruhi kualitas hidup lansia tersebut (Wijaya et al.,

2019). Sejalan dengan penelitian Hastuti et al., (2019), yang menjelaskan bahwa reaksi psikologis mempengaruhi kualitas hidup pada lansia, dimana semakin buruk kualitas hidup lansia semakin buruk juga reaksi psikologis lansia. Beberapa hal untuk menjaga kualitas hidup pada lansia antara lain keamanan, kebebasan, perawatan kesehatan dan sosial, sumber finansial, keselamatan fisik, dan sumber informasi baru (Setianingrum et al., 2017).

Aspek penting salah satunya dalam menjaga kualitas hidup adalah masalah psikologis. Adanya perubahan fungsi psikologis pada lansia akan sangat mempengaruhi kualitas hidupnya, dengan demikian lansia yang mengalami perubahan fisik dan mengalami hipertensi akan mengalami perubahan dalam kualitas hidup pada lansia. Pada lansia yang mengalami kesehatan mental yang baik maka reaksi psikologisnya juga baik dan tentunya kualitas hidupnya juga akan baik, akan tetapi sebaliknya apabila kesehatan mentalnya kurang baik maka reaksi psikologisnya juga kurang baik dan tentunya akan mempengaruhi kualitas hidup yang kurang baik juga (Ratnawati et al., 2019).

Kesimpulan

1. Kualitas hidup pada lansia hipertensi kurang 30 (63,6%).
2. Reaksi Psikologis pada lansia sedang 38 (67,9%).
3. Terdapat hubungan antara reaksi psikologis dengan kualitas hidup pada lansia di sumpusuko kelurahan sumberpang kidul

Daftar Pustaka

- Andriani, A., Kurniawati, D., Khoiry, A., & Lubis, S. (2023). Hubungan Tingkat Depresi dengan Kualitas Hidup (Quality of Life) pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Rasimah Ahmad Bukittinggi Tahun 2022. *Jurnal Ners*, 7, 48–52. Retrieved from: <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
- Anggraeni, D. E., Irawan, E., Al Fatih, H.,

- Handayani, N., & Nurmala, S. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Hidup Lansia di Puskesmas Babakan Sari. *Jurnal Keperawatan BSI*, 10(1), 146-154. Retrieved from: <https://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/850>
- Estiasih, T., Ahmadi, K., Dewanti Widyaningsih, T., Rhitmayanti, E., Fidyasari, A., Purnomo, K., & Wahyuni, Y. (2014). The Effect of Unsaponifiable Fraction from Palm Fatty Acid Distillate on Lipid Profile of Hypercholesterolaemia Rats. *Journal of Food and Nutrition Research*, 2(12), 1029–1036. DOI: <https://doi.org/10.12691/jfnr-2-12-26>
- Fitria, S. N., & Prameswari, G. N. (2021). Faktor Risiko Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 1(1), 472–478. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/IJPHN>
- Friedman, M. M., Bowden, V. R., & Jones, E. G. (2010). Buku Ajar Keperawatan Keluarga Riset, Teori, & Praktik. Jakarta: EGC
- Hakim, M. A., & Aristawati, N. V. (2023). Mengukur Depresi, Kecemasan, dan Stres pada Kelompok Dewasa Awal di Indonesia: Uji Validitas dan Reliabilitas Konstruk DASS-21. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 10(2), 232–250. DOI: <https://doi.org/10.24854/jpu553>
- Hasana, U., & Harfe'i, I. R. (2019). Hubungan Stress dengan Kualitas Hidup Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan-Special Issue Hari Kesehatan Nasional Ke-55 Kota Bukittinggi Tahun 2019*, 138-144. DOI: <https://doi.org/10.35730/jk.v0i0.437>
- Irawan, A., T. Hijriani, H., & Familiahaq, D. S. (2023). Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Hidup Lansia Pasien Hipertensi. *Journal of Nursing Practice and Science*, 2(2):197–202
- Retrieved from: <https://journal.umtas.ac.id/index.php/jnps/article/view/4339>
- Kurniawan, I., & Sulaiman. (2019). Hubungan Olahraga, Stress dan Pola Makan dengan Tingkat Hipertensi di Posyandu Lansia di Kelurahan Sudirejo I Kecamatan Medan Kota. *Journal of Health Science and Physiotherapy*, 1(1), 10–17. Retrieved from: <https://www.neliti.com/id/publications/274147/hubungan-olahraga-stress-dan-pola-makan-dengan-tingkat-hipertensi-di-posyandu-la>
- Irawani, A. T., & Nuryawati, L. S. (2019). Gambaran Fungsi Kognitif pada Lanjut Usia di UPTD Puskesmas Majalengka Kecamatan Majalengka Wetan Kabupaten Majalengka. *Kesehatan*, 8(7), 129–133. Retrieved from: <https://journal.uwhs.ac.id/index.php/snwh/article/view/257>
- Kurniawati, V., & Ngestiningsih, D. (2013). Kejadian dan Tingkat Depresi pada Lanjut Usia: Studi Perbandingan di Panti Wreda Pemerintah dan Panti Wreda Swasta. *Jurnal Media Medika Muda*. Retrieved from: <https://media.neliti.com/media/publications/106118-ID-kejadian-dan-tingkat-depresi-pada-lanjut.pdf>
- Marliana, T., Kaban, I. S., & Chasanah, U. (2019). Hubungan Kecemasan Lansia dengan Hipertensi di Puskesmas Kecamatan Kramat Jati Jakarta Timur. *Proceeding KONAS Jiwa XVI Lampung*, 04(1), 306–311. Retrieved from: <https://journalpress.org/proceeding/ipkji/article/view/56>
- Matsuo, T. (1967). Hypertension in Indonesia. *Kobe Journal of Medical Sciences*, 13(3), 171–179.
- Mulfiyanti, D. (2022). Analisis Hubungan Kualitas Hidup Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Bajoe Kabupaten Bone. *Jurnal Keperawatan Lapatau*, 2(2).

- Retrieved from: <https://journal.uniasman.ac.id/index.php/JKPL/article/view/31>
- Natikoh, N., Wirakhmi, I., & Haniyah, S. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kualitas Tidur pada Lansia. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 14(2), 79-86. DOI:<https://doi.org/10.54630/jk2.v14i2.305>
- Palit, I. D., Kandou, G. D., & Kaunang, W. J. P. (2021). Hubungan Antara Aktivitas Fisik dengan Kualitas Hidup pada Lansia di Desa Salurang Kecamatan Tabukan Selatan Tengah Kabupaten Kepulauan Sangihe. *Jurnal KESMAS*, 10(6), 93-100. Retrieved from: <file:///C:/Users/ACER/Downloads/rutler,+13.+ARTIKEL+JURNAL+PENELITIAN+IGNASIA+DEWI+PALIT.pdf>
- Prianthara, I. M. D., Paramurthi, I. . P., & Astrawan, I. P. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Kualitas Tidur Dan Fungsi Kognitif Pada Kelompok Lansia Dharma Sentana, Batubulan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 17(2), 110. DOI:<https://doi.org/10.26753/jikk.v17i2.628>
- Rahmawati, R., & Kasih, R. P. (2023). Hipertensi Usia Muda. *GALENICAL : Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh*, 2(5), 11. DOI:<https://doi.org/10.29103/jkkmm.v2i5.10478>
- Ratnawati, D., Wahyudi, C. T., & Zetira, G. (2019). Dukungan Keluarga Berpengaruh Kualitas Hidup pada Lansia dengan Diagnosa Diabetes Melitus. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 9(02), 585-593. DOI:<https://doi.org/10.33221/jiiki.v9i02.229>
- Rifiyanto, M. A. (2019). *Hubungan Tingkat Kesepian dengan Stres pada Lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Kasongan Bantul Yogyakarta*. Naskah Publikasi. Yogyakarta: Universitas 'Aisyiyah.
- Retrieved from: <https://digilib.unisayogya.ac.id/4378/1/NASKAH%20PUBLIKASI%20ANGGA.pdf>
- Setianingrum, M. E., Yuliasuti, R., & Kusumiati, E. (2017). Quality of life janda lanjut usia yang tinggal sendiri di pedesaan. *Psikologi*, Agustus 2017, 215-223.
- Irawan, A. T, Hijriani, H., & Sarah Femiliahaq, D. (2023). *Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Hidup Lansia Pasien Hipertensi*. Retrieved from: <https://journal.umtas.ac.id/index.php/jnps/article/view/4339>
- Tyas, S. A. C., & Zulfikar, M. (2021). Hubungan Tingkat Stress dengan Tingkat Tekanan Darah pada Lansia. *Jurnal Penelitian Keperawatan Kontemporer*, 1(2), 75-82. DOI:<https://doi.org/10.59894/jpkk.v1i2.272>
- WHO. (2004). The World Health Organization Quality of Life (WHOQOL)-BREF. Geneva: WHO. Retrieved from:<https://www.who.int/tools/whoqol/whoqol-bref/docs/default-source/publishing-policies/whoqol-bref/indonesian-whoqol-bref>
- WHO. (2023). Indonesia Hypertension Profile. Geneva: WHO. Retrieved from:<https://www.who.int/publications/m/item/hypertension-idn-2023-country-profile>
- Wijaya, K. S., Koesma, R., & Zamralita, Z. (2019). Peranan Reaksi Stres Kerja Terhadap Kualitas Hidup Pada Pekerja Level Operator. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 3(1), 159. DOI" <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v3i1.3510>
- Yi-Hsuan Lin, Yi-Chun Chen, Yen-Chiang Tseng, Shih-tzu Tsai, & Yen-Han Tseng. (2020). Physical Activity and Successful Aging among Middle-

Aged and Older Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis of Cohort Studies. *Aging*, 12(9), 7704–7716. DOI: [doi: 10.18632/aging.103057](https://doi.org/10.18632/aging.103057)
Hastuti, R. Y, Sawitri, E., Ambar W, & Sanggrarini, Y. (2019). Hubungan

Kualitas Hidup dengan Kesehatan Mental pada Lansia di Puskesmas Cawas I. *MOTORIK Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(2), 118–122. DOI: <https://doi.org/10.61902/motorik.v14i2.28>