

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

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 (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 focus 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, berkurang, 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).

Lanjut Usia atau biasa yang disebut lansia adalah suatu proses penuaan yang terjadi dalam siklus perkembangan manusia. Pada tahun 2020, Badan Pusat Statistik (BPS) memprediksikan sebesar 28 juta penduduk di Indonesia berusia lanjut atau usia 60 tahun keatas, dimana jumlah tersebut sama dengan 10,7% penduduk Indonesia. BPS juga memprediksikan 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 simpatis yang meningkatkan pelepasan katekolamin seperti adrenalin dan noradrenalin. 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 pada lansia merupakan hasil kerja jantung dalam memompa darah melalui arteri yang terdiri atas dua komponen, yakni tekanan sistolik sebagai tekanan maksimal ketika ventrikel berkontraksi dan tekanan diastolik sebagai tekanan minimal ketika ventrikel relaksasi serta menerima aliran darah dari atrium (Tobing, 2022). Secara fisiologis, proses penuaan terjadi penurunan elastisitas dan peningkatan kekakuan dinding pembuluh darah yang berimplikasi pada meningkatnya resistensi vaskular perifer, sehingga tekanan darah cenderung lebih tinggi dibandingkan usia dewasa muda (World Health Organization, 2013).

Nilai tekanan darah normal pada individu dewasa berkisar 120/80 mmHg, namun pada lansia sering dijumpai perubahan nilai tersebut akibat faktor fisiologis, penurunan fungsi organ, maupun keterbatasan aktivitas fisik (Novitayanti, 2020). Lebih lanjut, kondisi psikologis seperti kecemasan juga memiliki kontribusi terhadap peningkatan tekanan darah melalui aktivasi sistem saraf simpatis yang merangsang sekresi katekolamin, terutama adrenalin dan noradrenalin, yang menyebabkan peningkatan frekuensi denyut jantung serta vasokonstriksi pembuluh darah. Peningkatan tekanan darah yang berlangsung secara persisten pada lansia berpotensi menimbulkan komplikasi serius, antara lain hipertensi kronis, penyakit kardiovaskular, stroke, maupun gangguan fungsi ginjal, yang secara keseluruhan dapat menurunkan kualitas hidup bahkan meningkatkan risiko mortalitas.

Griya Lansia Khusnul Khatimah Kabupaten Malang merupakan salah satu panti sosial yang menampung lansia dengan berbagai latar belakang. Berdasarkan observasi awal pada tanggal 11 Maret 2024, banyak lansia di tempat ini menunjukkan gejala kecemasan, seperti gangguan tidur, mudah cemas, dan gelisah, yang diduga berpengaruh pada fluktuasi tekanan darah mereka. Penelitian yang secara spesifik mengkaji hubungan antara tingkat kecemasan dan tekanan darah pada lansia di lingkungan panti sosial, khususnya di Griya Lansia Khusnul Khatimah, masih sangat terbatas.

Penelitian ini meneliti secara mendalam bagaimana kecemasan mempengaruhi tekanan darah pada lansia di panti, yang jarang menjadi fokus penelitian sebelumnya. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan intervensi psikososial yang lebih tepat sasaran, guna membantu menurunkan kecemasan dan menjaga kestabilan tekanan darah lansia, sehingga kualitas hidup mereka dapat ditingkatkan secara menyeluruh. Maka berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini akan mendeskripsikan dan mengkaji secara mendalam tentang “Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Griya Lansia Khusnul Khatimah Kabupaten Malang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan fokus penelitian yang diuraikan, penelitian ini mendeskripsikan tentang “Bagaimana hubungan antara tingkat kecemasan dengan tekanan darah pada lansia Di Griya Lansia Khusnul Khatimah Kabupaten Malang”?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dengan tekanan darah pada lansia.

2. Tujuan Khusus

- a. Penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kecemasan pada lansia tersebut.
- b. Penelitian ini adalah untuk mengetahui tekanan darah pada lansia tersebut.
- c. Analisis hubungan antara kecemasan dengan tekanan darah pada lansia.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Penelitian

Dapat mengetahui hubungan antara kecemasan dengan tekanan darah pada lansia di Griya Lansia Khusnul Khatimah Kabupaten Malang dan menambah wawasan serta pengetahuan tentang penelitian ini.

2. Manfaat Bagi Pendidikan

Meningkatkan tingkat pengetahuan dan pemahaman pada bidang Pendidikan serta dapat dijadikan referensi dan informasi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya terkait hubungan antara kecemasan dengan tekanan darah pada lansia di Griya Lansia Khusnul Khatimah Kabupaten Malang.

3. Manfaat Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi salah satu bahan informasi dan bahan masukan pada masyarakat dalam rangka menentukan langkah langkah yang tepat untuk meningkatkan pengetahuan tentang hubungan antara kecemasan dengan tekanan darah pada lansia di Griya Lansia Khusnul Khatimah Kabupaten Malang.

4. Manfaat Bagi Fisioterapi

Menambahh wawasan atau pengetahuan dan keterampilan dalam bidang fisioterapi khusus pada masalah tentang kecemasan dan tekanan darah jadi peran fisioterapi disini memberikan edukasi tentang gambaran kecemasan dan tekanan darah pada lansia terhadap generasi fisioterapi selanjutnya.



E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

NO	Penulis PenelitianDan Tahun Penelitian	Judul Penelitian	Metode penelitian (desaid, sampel, lokasi variable analisis)	Hasil Penelitian
1.	(Inoue et al., 2022)	Blood pressure, frailty status, and all-cause mortality in elderly hypertensives; The Nambu Cohort Study	Desain penelitian: Studi Kohort prospektif Variabel dependend: pada lansia Hipertensi Variabelindependen: Tekanan darah, status kelemahan, dan semua penyebab kematian Sample :535 pasien (usia 78 [70-84] tahun, 51% laki-laki, 37% dengan kelemahan) secara prospektif diikuti selama rata-rata durasi 41 (34-43) bulan. Selama masa tindak lanjut, 49 pasien meninggal. ≥ 140 mmHg dan tidak rapuh. Pasien dengan kelemahan memiliki kematian tertinggi terlepas dari tingkat BP. Rasio hazard yang disesuaikan (interval kepercayaan 95%) dari setiap kategori untuk semua penyebab kematian adalah sebagai berikut: ≥ 140 mmHg/Tanpa kelemahan 3,19 (1,12–11,40), < 140 mmHg/Kelemahan 3,56 (1,16–13,40)	Sebanyak 535 pasien hipertensi yang lebih tua (usia 78 [71-84] tahun, 51% laki-laki, 37% dengan kelemahan) secara prospektif diikuti untuk durasi rata-rata 41 (34-43) bulan. Prevalensi kekokohan, pra-kelemahan, dan kelemahan masing-masing adalah 29%, 34%, dan 37%. (Gambar.2). Mejal menunjukkan karakteristik dasar pasien yang dikelompokkan berdasarkan tekanan darah sistolik dan status kelemahan. Dalam kategori tekanan darah sistolik yang sama, pasien lemah lebih tua dengan prevalensi lebih tinggi dari jenis kelamin perempuan, gagal jantung, stroke, penyakit arteri perifer, dan fibrilasi atrium, dibandingkan pasien tanpa kelemahan. Selain itu, pasien dengan kelemahan memiliki tekanan darah, indeks massa tubuh,

NO	Penulis PenelitianDan Tahun Penelitian	Judul Penelitian	Metode penelitian (desaid, sampel, lokasi variable analisis)	Hasil Penelitian
			dibandingkan dengan <140mmHg/Non-Fraily sebagai referensi	kekuatan genggaman tangan, perkiraan laju filtrasi glomerulus, lipid serum, hemoglobin, dan kadar hematokrit yang lebih rendah daripada mereka yang tidak lemah, sedangkan asam urat, glukosa darah, dan kadar HbA1c, dan sel darah putih. jumlah yang serupa (Tabel2). Selama periode tindak lanjut rata-rata 41 (34-43) bulan, 49 pasien meninggal. Perbedaan: Penelitian ini lebih menyoroti aspek klinis (frailty & kematian), sedangkan penelitian di Griya Lansia Khusnul Khatimah menitikberatkan pada hubungan faktor psikologis (kecemasan) dengan tekanan darah.
2.	(Mucci et al., 2016)	Anxiety, Stress-Related Factors, and Blood Pressure in Young Adults	Desain penelitian: Statistik deskriptif, Korelasi Variabel dipendent: pada Dewasa Muda Variabel independen: Kecemasan, Faktor Terkait Stres, dan Tekanan Darah Sample: Secara keseluruhan, 412	Menunjukkan hasil analisis regresi. Analisis pertama adalah regresi hirarkis dengan SBP sebagai variabel dependen dan dengan demografi di blok pertama dan variabel gaya hidup dan stres terkait kecemasan masing- masing di blok kedua dan ketiga. Di blok pertama, akun data demografis

NO	Penulis PenelitianDan Tahun Penelitian	Judul Penelitian	Metode penelitian (desaid, sampel, lokasi variable analisis)	Hasil Penelitian
			siswa yang mengikuti beberapa kursus profesi perawatan kesehatan berpartisipasi dalam penelitian ini: 283 peserta adalah perempuan (68,7%) dan 129 adalah laki-laki (31,3%). Usia rata-rata $\pm$ standar deviasi adalah $23,9 \pm 7,5$ tahun	untuk 4% varian dalam DBP, dengan hanya gender yang signifikan secara statistik. Ketika variabel gaya hidup ditambahkan di blok kedua, modelnya signifikan, dan dimensi ini menyumbang peningkatan 4% varian dengan status merokok, konsumsi alcohol dan olahraga/olahraga yang signifikan. Akhirnya, ketika kecemasan, kepuasan siswa, dan identifikasi universitas ditambahkan di blok ketiga, modelnya signifikan, dan dimensi ini menyumbang total 11% dari varians. Model terakhir berkaitan dengan signifikansi semua variabel kecuali status merokok. Dalam kecemasan, kepuasan siswa, dan identifikasi universitas menghasilkan signifikan dan meningkatkan varian yang dijelaskan sebesar 3% dibandingka variabel demografi dan gaya hidup. Semua variabel psikologis signifikan dalam penjelasan SBP. Menariknya, tingkat identifikasi yang lebih tinggi dengan universitas dikaitkan secara positif

NO	Penulis PenelitianDan Tahun Penelitian	Judul Penelitian	Metode penelitian (desaid, sampel, lokasi variable analisis)	Hasil Penelitian
				dengan SBP yang lebih tinggi. Perbedaan: Penelitian ini tidak fokus pada lansia dan konteks panti sosial. Penelitian di Griya Lansia Khusnul Khatimah secara spesifik mengkaji populasi lanjut usia.
3.	(Kazeminia et al., 2020)	The effect of exercise on anxiety In the elderly worldwide: asystematic review andmeta-analysis	Desain penelitian: Dalam studi ini, database nasional dan internasional SID, MagIran, IranMedex, IranDoc, Cochrane, Embase, ScienceDirect, Scopus, PubMed, dan Web of Science dicari untuk menemukan studi yang diterbitkan secara elektronik dari tahun 1999 hingga 2019. Variabel dipendent: Efek olahraga Variabel independent: terhadap kecemasan pada lansia Sample: sampel keseluruhan dari semua studi yang dikumpulkan untuk meta- analisis adalah 841 detik. Rerata skor kecemasan sebelum dan sesudah intervensi masing-masing.	Dalam meta-analisis dan tinjauan sistematis ini, 19 makalah akhirnya memenuhi kriteria inklusi. Ukuran sampel keseluruhan dari semua studi yang dikumpulkan untuk meta-analisis adalah 841 detik. Rerata skor kecemasan sebelum dan sesudah intervensi masing- masing adalah $38,7 \pm 5,6$ $33,7 \pm 3,4$, yang menunjukkan penurunan skor kecemasan setelah intervensi. Perbedaan: penelitian ini menyoroti pengaruh olahraga terhadap kecemasan, sedangkan penelitian di Griya Lansia Khusnul Khatimah meneliti keterkaitan langsung kecemasan dengan tekanan darah.
4.	(Figueira et al., 2021)	Impact of Physical Activity on Anxiety,	Desain penelitian: observasional cross- sectional, deskriptif,	Usia rata-rata sampel adalah dari 60 hingga 69 tahun, 74% adalah

NO	Penulis PenelitianDan Tahun Penelitian	Judul Penelitian	Metode penelitian (desaid, sampel, lokasi variable analisis)	Hasil Penelitian
		Depression, Stress and Quality of Life of the Older People in Brazil	analitik dan survei ex- post-facto Variabel dependent: dampak Aktivitas Fisik Variabel independent: pada Kecemasan, Depresi, Stres dan Kualitas Hidup Lansia Sample: Sampel terdiri dari 690 orang lanjut usia	perempuan, 94% memiliki ijazah SMA, 75% memiliki gelar universitas, 69% tinggal bersama keluarga mereka, 55% menikah. Menurut klasifikasi WHO, sampel memiliki 582 lansia aktif, 84,35%, dan 108 menetap, 15,65%. SRPB, spiritualitas, religiositas dan keyakinan pribadi menunjukkan bahwa 99% lansia dalam sampel, keyakinan pribadi memberi arti bagi kehidupan mereka, 99,6% merasakan kedamaian batin, 93% religius dan 79% adalah bagian dari komunitas religius. pada lansia sebelum dan sesudah dilakukan tindakan teknik relaksasi otot progresif dan terapi reminiscence. Perbedaan: penelitian ini menitikberatkan pada aktivitas fisik dan kualitas hidup, sementara penelitian di Griya Lansia Khusnul Khatimah lebih spesifik pada hubungan kecemasan dengan tekanan darah.

NO	Penulis Penelitian Dan Tahun Penelitian	Judul Penelitian	Metode penelitian (desain, sampel, lokasi, variabel analisis)	Hasil Penelitian
6.	(Suhartini et al., 2017)	Profil Tekanan Darah Pada Lansia di Kecamatan Arjasa Kabupaten Jember	Desain penelitian: diskriptif observasional secara cross sectional. Variabel independent: Profil Tekanan Darah Variabel dependent: Pada Lansia di Kecamatan Arjasa Kabupaten Jember Sample: populasi lansia di Kecamatan Arjasa	Hasil pengukuran menunjukkan bahwa tekanan sistole khususnya pada kelompok lansia usia 60-74 tahun mengalami peningkatan kurang lebih 20 mmHg dari tekanan darah sistole yang normal. Sedangkan pada tekanan diastole, untuk semua kelompok usia mengalami peningkatan 3-8 mmHg. Adanya perubahan pada tekanan darah ini dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor Usia menjadi salah satu faktor yang menyebabkan peningkatan darah. Perbedaan: penelitian tersebut tidak menyinggung faktor psikologis seperti kecemasan. Penelitian di Griya Lansia Khusnul Khatimah menambahkan analisis aspek psikologis sebagai variabel penting.
7.	(Akbar et al., 2020)	Characteristic of Hypertension in the Elderly	Desain penelitian: Deskriptif Kuantitatif Variabel independent: karakteristik hipertensi Variabel dependent: Pada: Lanjut	hasil untuk Lanjut Usia yang berjenis Kelamin Perempuan yang mengalami Hipertensi sebanyak 29 orang (82,8%), lanjut usia yang bekerja

NO	Penulis PenelitianDan Tahun Penelitian	Judul Penelitian	Metode penelitian (desaid, sampel, lokasi variable analisis)	Hasil Penelitian
			Usia Di Desa Buku Sample : sampel dimana dari 50 Responden ada 35 Responden yang mengalami Hipertensi	sebagai IRT (Ibu Rumah Tangga) sebanyak 39 orang (78%), Pekerjaan Lanjut Usia yang bekerja sebagai IRT (ibu rumah tangga) yang mengalami hipertensi sebanyak 29 orang (82,8%). Perbedaan: penelitian ini menyoroti faktor karakteristik sosial-demografis, sementara penelitian di Griya Lansia Khusnul Khatimah meneliti aspek psikologis (kecemasan) sebagai determinan tekanan darah.