



HUBUNGAN LAMA SAKIT HIPERTENSI DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA LANSIA

Arisa Ela Seafira*, Suci Khasanah, Indri Heri Susanti

Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa Jl. Raden Patah No.100, Ledug, Kembaran, Banyumas, Jawa Tengah
53182, Indonesia

*aelaseafira@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu penyakit yang biasanya tidak menimbulkan gejala, dan tekanan darah dapat terus menerus meningkat dalam jangka waktu yang lama. Pada fenomena yang sering terjadi di masyarakat, banyak lansia yang mengalami kecemasan akibat gangguan fisik yang terjadi salah satunya adalah hipertensi. Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan lama sakit hipertensi dengan tingkat kecemasan pada lansia di Desa Pandanarum Kecamatan Pandanarum. Instrumen dalam penelitian ini adalah kuesioner *HARS*. Metode penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 73 orang. Penelitian ini dilakukan di Desa Pandanarum Kecamatan Pandanarum pada bulan Juli 2023 – Juni 2024. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan *Random Sampling* dan analisis data menggunakan uji *Spearman Rho*. Hasil penelitian dari analisis bivariat menunjukkan ada hubungan antara lama sakit hipertensi dengan tingkat kecemasan pada lansia di Desa Pandanarum Kecamatan Pandanarum P value=0,001 dengan $\alpha=0,01$, ($CC=0,462$) sehingga H_1 diterima, artinya terdapat hubungan lama sakit hipertensi dengan tingkat kecemasan pada lansia di Desa Pandanarum Kecamatan Pandanarum. Semakin lama seseorang sakit hipertensi, maka semakin tinggi kecemasan yang dirasakan. Hal ini disebabkan karena karena semakin lama sakit hipertensi akan menimbulkan keyakinan bahwa penyakitnya bertambah berat karena sudah lama diderita tetapi tidak kunjung sembuh, apalagi penyakit hipertensi ini semakin lama akan semakin merusak system pembuluh darah yang akan menyebabkan ketakutan lebih besar akan kematian dan komplikasi hipertensi yang lebih parah.

Kata kunci: hipertensi; kecemasan; lama sakit; lansia

RELATIONSHIP OF LONG-TERM HYPERTENSION WITH ANXIETY LEVEL IN ELDERLY

ABSTRACT

Hypertension or high blood pressure is a disease that usually causes no symptoms, and blood pressure can continue to rise over a long period of time. In a phenomenon that often occurs in the community, many elderly people who experience anxiety due to physical disorders that occur one of which is hypertension. The purpose of this study was to determine the relationship of long-term hypertension with anxiety levels in the elderly in Pandanarum Village, Pandanarum District. The instrument in this study is the questionnaire HARS. This research method uses quantitative research design. The sample in this study was 73 people. This research was conducted in Pandanarum Village, Pandanarum District in July 2023-June 2024. Sampling techniques in this study using Random Sampling and data analysis using Spearman Rho test. The results of bivariate analysis showed that there is a relationship between long-term hypertension with anxiety levels in the elderly in Pandanarum Village, Pandanarum sub-district P value=0.001 with $\alpha=0.01$, ($CC=0.462$) so that H_1 is accepted, meaning that there is a relationship between long-term hypertension with anxiety levels in the elderly in Pandanarum Village, Pandanarum Sub-District. The longer a person is sick with hypertension, the higher the anxiety felt. This is because because the longer the hypertensive disease will lead to the belief that the disease is getting heavier because it has been suffered for a long time but does not go away, moreover, this hypertension disease will increasingly damage the blood vessel system which will cause greater fear of death and more severe complications of hypertension.

Keywords: anxiety; elderly; hypertension; long illness

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyakit dimana tekanan darah sistolik dan diastolik melebihi batas normal sehingga dapat menyebabkan rendahnya semangat kerja dan meningkatnya angka kesakitan. Tekanan darah tinggi merupakan masalah kesehatan yang banyak diderita oleh banyak orang, terutama para lansia. Tekanan darah tinggi yang berkepanjangan dapat menyebabkan komplikasi seperti penyakit jantung koroner, stroke, gagal ginjal, bahkan kematian. Mengontrol tekanan darah dapat mengurangi risiko komplikasi, terutama melalui gaya hidup sehat. Penderita hipertensi kronik atau menahun dianjurkan untuk melakukan pemeriksaan kesehatan dan tes tekanan darah secara rutin, serta rutin meminum obat (Oktaviana & Syamdarniati, 2022).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan bahwa 22% penduduk dunia menderita hipertensi, dengan 36% penderita hipertensi berada di Asia Tenggara. Hipertensi juga merupakan salah satu penyebab kematian, yaitu sebesar 23,7% dari 1,7 juta total kematian di Indonesia pada tahun 2016. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Dasar tahun 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%. Penduduk lanjut usia berusia 55 hingga 64 tahun (55,2%), 65 hingga 74 tahun (63,2%), dan berusia 75 tahun ke atas (69,5%). Berdasarkan hasil survei kesehatan dasar Provinsi Nusa Tenggara Timur tahun 2018, prevalensi hipertensi sebesar 5,36, dan Kabupaten Sikka menduduki peringkat pertama dengan prevalensi hipertensi berdasarkan diagnosis medis sebesar 8,02% (Oktaviana & Syamdarniati, 2022).

Lansia yang mungkin mengalami masalah kesehatan ketika mereka mulai mengalami penurunan baik secara fisik maupun mental, salah satu penyakit yang dapat terjadi pada orang lanjut usia adalah tekanan darah tinggi usia antara 66 hingga 75 tahun merupakan salah satu pemicu tekanan darah tinggi. Orang lanjut usia berisiko lebih tinggi terkena hipertensi, karena tekanan darah cenderung lebih tinggi pada usia tersebut. Tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol biasanya menimbulkan berbagai komplikasi, antara lain stroke, gagal jantung, dan gagal ginjal, yang semuanya tentu saja bisa berujung pada kematian. Dari segi psikologis, hal ini biasanya dianggap sebagai ancaman yang dapat membahayakan nyawa orang lanjut usia akibat kondisi tersebut. Kecemasan terhadap munculnya masalah baru yang berhubungan dengan tekanan darah tinggi dapat memicu gejolak emosi dan emosi, termasuk kecemasan Perasaan tersebut disebabkan oleh ketakutan dan ketidaktahuan seseorang terhadap apa yang dialaminya dan apa yang akan terjadi selanjutnya penderita hipertensi dapat merasa cemas karena hipertensi memerlukan pengobatan yang relatif lama, berhubungan dengan komplikasi, dan dapat memperpendek umur (Therapy et al, 2018)

Kecemasan dapat mempengaruhi hubungan interpersonal dan aspek pribadi pada lanjut usia, kecemasan yang parah mengganggu koordinasi dan refleksi gerakan, membuat sulit mendengar, dan mengurangi interaksi dengan orang lain (hubungan dengan orang lain terganggu). Kecemasan juga dapat mempengaruhi kemampuan berpikir, baik dalam proses berpikir maupun isi berpikir, antara lain menurunnya perhatian, sulit berkonsentrasi, mudah lupa, menurunnya kesadaran, dan kebingungan. Lansia secara emosional mengungkapkan kebingungan dan ketidakpercayaan yang berlebihan sebagai respons emosional terhadap rasa takut (Oktaviana & Syamdarniati, 2022).

Menurut *Journal of American Society*, antara 3 dan 14 dari 100 orang lanjut usia menderita gangguan kecemasan. Kecemasan merupakan ketakutan samar-samar yang tidak didukung oleh situasi. Penyebab pasti dari ketakutan ini masih belum diketahui karena belum ada stimulus yang dapat diidentifikasi. Kecemasan dapat mempengaruhi interaksi seseorang dengan orang lain dan menurunnya kemampuan berpikir, seperti koordinasi dan gerak refleksi, penarikan diri dari pergaulan, berkurangnya konsentrasi, mudah lupa, serta menurunnya kognisi dan kebingungan, sehingga dapat mempengaruhi orang lanjut usia dalam mengekspresikan dirinya secara efektif kebingungan dan ketidakpercayaan yang berlebihan sebagai respons emosional. Menjadi takut. (Putri & Nurhidayati, 2022).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 02 Desember 2023 dengan kepala puskesmas mengatakan bahwa tidak pernah dilaksanakan penelitian tentang hubungan lama sakit hipertensi dengan tingkat kecemasan pada lansia. Alasan saya memilih tempat tersebut adalah karena lokasi penelitian tersebut memiliki tingkat prevalensi hipertensi yang tinggi pada populasi lansia, maka dari itu penelitian ini akan memiliki efek yang lebih besar dan lebih relevan secara lokal. Hasil dari beberapa lansia yang diwawancarai mengatakan bahwa belum pernah adanya penelitian untuk mengetahui lama sakit hipertensi dan tingkat kecemasan pada lansia. Berdasarkan hal tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Hubungan Lama Sakit Hipertensi dengan Tingkat Kecemasan pada Lansia di Desa Pandanarum Kecamatan Pandanarum. Yaitu untuk mengetahui Hubungan Lama Sakit Hipertensi dengan Tingkat Kecemasan pada Lansia di Desa Pandanarum Kecamatan Pandanarum.

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Penelitian ini menggunakan metode survei, Jenis penelitian dalam penelitian ini yaitu korelasi (hubungan). Pendekatan penelitian ini menggunakan pendekatan *Cross Sectional*, Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh Lansia Hipertensi di Desa Pandanarum Kecamatan Pandanarum. yang berjumlah 256 lansia hipertensi dengan rentang waktu kurang lebih 1 bulan. Dengan sampel responden adalah 73 lansia, pada saat pengambilan data dengan menggunakan teknik random sampling besar sampel 73 terpenuhi, dengan kriteria inklusi rentang waktu 1 bulan dan kriteria eksklusi penderita yang mengalami gangguan mental.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Umur dan Pendidikan pada Lansia Hipertensi

Karakteristik Responden	f	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	19	26,0
Perempuan	54	74,0
Usia		
60-70 tahun	33	45,2
>70 tahun	40	54,8
Tingkat Pendidikan		
SD	56	76,7
SMP	15	20,5
SMA/SMK	1	1,4
Perguruan tinggi	1	1,4

Berdasarkan tabel 1 Sebagian besar berjenis kelamin perempuan yaitu 54 responden dengan presentase (74,0%), berumur >70 tahun sebanyak 40 responden (54,8%) dan tingkat pendidikan SD sebanyak 56 responden (76,7%). Dalam penelitian ini jumlah penderita hipertensi yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak karena populasi perempuan di Desa Pandanarum lebih banyak dari pada laki-laki. Secara teoritis penyakit hipertensi cenderung lebih tinggi pada perempuan dibandingkan laki-laki. Hal ini disebabkan karena penyakit hipertensi pada wanita meningkat seiring dengan bertambahnya usia, beban tugas sebagai ibu rumah tangga apalagi ibu rumah tangga yang bekerja dengan tingkat stress yang tinggi (Zuraidah dkk, 2012). Saat menjelang atau masa menopause, maka perempuan lebih banyak mengalami hipertensi karena faktor protektif dari hormonal sudah mengalami penurunan drastis, seiring dengan bertambahnya usia perempuan, maka kadar hormone estrogen yang melindungi perempuan semakin menurun kadarnya dalam tubuh sehingga perempuan lebih mudah mengalami obesitas yang menyebabkan perempuan lemak pada beberapa bagian tubuh yang bisa saja mengganggu sistem tubuh dalam mengatur tekanan darah seperti ginjal. Adapun faktor degeneratif yang juga mempengaruhi lansia

mengalami hipertensi durasi panjang diantaranya yaitu usia, genetika, obesitas, gaya hidup tidak aktif, penyakit penyerta. Dalam perkembangan lanjut usia penurunan fungsi tubuh akan banyak terjadi. Dalam penelitian ini sebagian besar responden yang mengikuti posyandu lansia berumur >70 tahun.

Hal ini sejalan dengan penelitian berdasarkan frekuensi mengenai umur responden terbanyak adalah pada umur >70 tahun sebanyak 40 orang (54,8%). Responden paling banyak adalah berpendidikan SD sebanyak 56 orang (76,7%). Artinya sebagian responden disebabkan oleh perekonomian yang sulit untuk mengenyam pendidikan formal sehingga kurang mampu menjaga kesehatan dan informasi yang didapatkan, tingkat pendidikan seseorang akan mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang mengenai hipertensi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Fitri Suciana, dkk, 2020) seseorang yang mengalami hipertensi dengan tingkat pendidikan yang rendah disebabkan karena kurangnya pengetahuan tentang kesehatan maupun penyakit yang dialaminya sehingga sulit untuk mengontrol masalah kesehatannya.

Tabel 2.
Distribusi Frekuensi Lama Sakit Hipertensi pada Lansia

Lama Sakit	f	%
Durasi Pendek	17	23,3
Durasi Sedang	22	30,1
Durasi Panjang	34	46,6

Berdasarkan tabel 2 diketahui sebagian besar paling banyak mengalami lama sakit hipertensi dengan durasi panjang (>1 bulan) yaitu sebanyak 34 (46,6%). Hipertensi merupakan keadaan dimana tekanan darah sistolik dan diastolik melebihi dari batas normal yang bisa menyebabkan morbiditas dan mortalitas tinggi. Hipertensi merupakan kesehatan yang banyak dialami oleh manusia terutama bagi lansia, terkontrolnya tekanan darah bisa menurunkan resiko komplikasi yaitu dengan menjalankan pola hidup sehat dan bagi individu yang memiliki penyakit hipertensi kronis (Oktavia & Syamdarniati, 2022). Berdasarkan teori tersebut diketahui bahwa hipertensi merupakan penyakit yang sifatnya lama yang merupakan penyakit kronis yang memiliki tingkat kekambuhan tinggi. Responden dalam penelitian ini adalah lansia, dan hipertensi merupakan penyakit kronis yang lama sehingga dengan usia responden yang sudah >65 tahun, maka sebagian besar telah sakit hipertensi selama >1 bulan. Penderita hipertensi didominasi oleh perempuan karena responden adalah lansia dimana pada masa lansia, perempuan sudah kehilangan hormone protektif (estrogen) yang melindungi perempuan dari berbagai penyakit degeneratif, sehingga saat lansia, perempuan akan mudah mengalami penyakit seperti hipertensi. Pendidikan yang rendah membuat responden kurang mengetahui jenis-jenis makanan yang dapat menyebabkan hipertensi, sehingga hampir seluruh responden mengalami hipertensi akibat pola makan yang kurang baik.

Hipertensi juga disebabkan karena tekanan kejiwaan, seseorang yang suka memendam masalah sendiri akan menjadi stressor yang besar bagi lansia sehingga dapat menimbulkan hipertensi. Tekanan darah akan meningkat seiring dengan bertambahnya umur seseorang. Individu yang berumur diatas >70 tahun mempunyai tekanan darah lebih besar, hal ini merupakan pengaruh degenerasi yang terjadi pada orang yang bertambah usianya. Berdasarkan hal ini mungkin saja bisa menjelaskan kenapa riwayat penderita hipertensi diatas >1 bulan lebih banyak. Hal ini sejalan dengan penelitian berdasarkan riwayat hipertensi yang >1 bulan lebih banyak dari <1 bulan adalah 34 orang (46,6%). Dalam penelitian ini banyak yang menderita hipertensi >1 bulan banyak pasien yang tidak rutin minum obat dan pola makan yang tidak teratur, sehingga hipertensi menjadi lama.

Tabel 3.
Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan pada Lansia

Tingkat Kecemasan	f	%
Tidak ada kecemasan	6	8,2
Ringan	11	15,1
Sedang	28	38,4
Berat	28	38,4
Sangat Berat	0	0

Berdasarkan tabel 3 sebagian besar ada pada kategori sedang dan berat yaitu masing-masing menunjukkan bahwa paling banyak dengan frekuensi 28 responden dengan persentase sebesar (38,4%). sebagian besar dari responden mengalami tingkat kecemasan sedang dan berat dikarenakan beberapa faktor yaitu lansia sering menghadapi berbagai masalah kesehatan kronis seperti hipertensi, diabetes dan penyakit penyerta lainnya yang juga dapat meningkatkan kecemasan mereka, isolasi sosial, ketidakpastian ekonomi, perubahan kognitif, pengalam kehilangan, kehilangan rasa tujuan, perubahan pola tidur. Kecemasan merupakan respon normal akibat ancaman yang diterima oleh seseorang, semakin besar ancaman yang dirasakan maka kecemasan yang terjadi pun semakin besar. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wawan Setyo (2020) yang menyatakan bahwa sebagian besar mengalami tingkat kecemasan sedang yang artinya mayoritas responden menunjukkan gejala kecemasan yang tidak terlalu rendah namun juga tidak sampai pada tingkat yang parah, memungkinkan mereka untuk tetap menjalankan aktivitas sehari-hari meskipun dengan beberapa kesulitan emosional atau psikologis.

Tabel 4.
Tabulasi Silang Antara Lama Sakit dengan Tingkat Kecemasan pada Lansia

Lama Sakit	Tingkat Kecemasan								Total	ρ value	CC	
	Tidak ada kecemasan		Ringan		Sedang		Berat					
	f	(%)	f	(%)	f	(%)	f	(%)				
Durasi Pendek	2	2,19	7	6,57	5	5,11	3	2,92	17	23,29		
Durasi Sedang	3	2,92	3	2,92	11	10,92	5	5,11	22	30,14	0,001	0,462
Durasi Panjang	1	1,46	1	1,46	12	1,68	20	19,71	34	46,58		

Berdasarkan tabel 4 sebagian besar responden yang sakit hipertensi dengan kategori durasi pendek (<1 bulan) mengalami kecemasan ringan yaitu 7 responden (6,57). Sebagian besar responden yang sakit hipertensi dengan kategori durasi sedang (1 bulan) memiliki kecemasan tingkat sedang yaitu 11 responden (10,92) dan sebagian besar responden yang mengalami sakit hipertensi dengan kategori durasi panjang (> 1 bulan) dan mengalami kecemasan berat yaitu 20 responden (19,71%). Hasil uji statistik Spearman Rho menunjukkan bahwa p value= 0,001 dengan α = 0,05, dengan *coefficient sebesar* 0,462 sehingga H_1 diterima yang artinya ada hubungan yang kuat antara lama sakit hipertensi dengan tingkat kecemasan pada lansia di Desa Pandanarum Kecamatan Pandanarum dengan arah hubungan positif dimana semakin lama sakit hipertensi maka tingkat kecemasan semakin tinggi. Lama sakit hipertensi merupakan waktu dari seseorang terdiagnosis hipertensi, penyebab lama sakit hipertensi tentunya adalah beberapa cepat seseorang mengalami hipertensi. Hal ini erat kaitannya dengan faktor yang menyebabkan hipertensi. Semakin banyak faktor yang menyebabkan hipertensi pada seseorang akan dimungkinkan terkena hipertensi lebih cepat daripada orang yang tidak memiliki faktor resiko atau yang mempunyai sedikit faktor resiko.(Merlis Simon, 2022).

Komplikasi dari hipertensi juga merupakan faktor yang menyebabkan kecemasan pada pasien, kecemasan ini muncul karena ketakutan kondisi yang lebih buruk akan terjadi, hal tersebut yang membuat pasien mengalami kecemasan berat. Pasien yang mengalami komplikasi hipertensi seperti stroke akan menyebabkan keterbatasan mobilitas fisik sehingga berpengaruh terhadap aktivitas.

Keterbatasan mobilitas fisik akan menghambat seseorang. Kondisi ini menimbulkan masalah psikologis seseorang karena tidak siap terhadap situasi yang dihadapi sehingga terjadinya kecemasan. Faktor lain yang menyebabkan kecemasan adalah ekonomi, keterbatasan ekonomi akan menimbulkan respon cemas.

Berbagai jenis pekerjaan akan menimbulkan respon cemas atau tekanan psikis yang berbeda akibat penghasilan yang dimiliki, pasien yang tidak mempunyai penghasilan tetap dan ingin melakukan pengobatan cenderung mengalami kecemasan. Seorang yang lama menderita hipertensi mungkin akan menjadi cemas disebabkan penyakit hipertensi yang cenderung memerlukan pengobatan yang relatif lama, terdapat risiko komplikasi dan dapat memperpendek usia (Suciana et al., 2020). Hal ini akan membuat pasien hipertensi merasa takut meninggal. Lama proses pengobatan penyakit hipertensi yang tidak kunjung sembuh, juga semakin menambah tingkat kecemasan. Responden yang semakin lama mengalami hipertensi cenderung mempunyai kecemasan dengan tingkat yang lebih berat karena semakin lama sakit hipertensi akan menimbulkan keyakinan bahwa penyakitnya bertambah berat karena sudah lama diderita tetapi tidak kunjung sembuh, apalagi penyakit hipertensi ini semakin lama akan semakin merusak sistem pembuluh darah yang akan menyebabkan ketakutan lebih besar akan kematian dan komplikasi hipertensi yang lebih parah. Sebaliknya responden yang baru mengalami hipertensi kebanyakan hanya mengalami gejala ringan seperti sakit kepala atau leher sehingga kekhawatiran akan kesehatannya juga lebih ringan.

SIMPULAN

Sebagian besar jumlah responden menunjukkan bahwa mayoritas responden sebesar (74,0%) berjenis kelamin perempuan, berumur >70 tahun (54,8%) dan mayoritas responden sebagian besar (76,7%) berpendidikan SD. Mayoritas sebanyak (46,6%) mengalami lama sakit dengan durasi >1 bulan. Sebagian responden (38,4%) mengalami tingkat kecemasan sedang dan berat. Ada hubungan antara lama sakit hipertensi dengan tingkat kecemasan pada lansia di Desa Pandanarum Kecamatan Pandanarum, nilai p value= 0,001 dengan $\alpha= 0,05$, dengan *coefficient correlation* sebesar 0,462 sehingga H1 diterima yang artinya ada hubungan yang kuat antara lama sakit hipertensi dengan tingkat kecemasan pada lansia di Desa Pandanarum Kecamatan Pandanarum dengan arah hubungan positif dimana semakin lama sakit hipertensi, maka tingkat kecemasan semakin meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, R., & Hartanti, R. D. (2016). Hubungan Antara Tingkat Stress Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Wonopringgo Pekalongan. *Jurnal University Reseach Coloquium*, 261–278.
- Endriyani, S., Damanik, H. D. L., & Pastari, M. (2021). Upaya mengatasi kecemasan masyarakat di masa pandemi covid-19. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Membangun Negeri*, 5(1), 172–183.
- Suciana, F., Agustina, N. W., & Zakiatul, M. (2020). Korelasi Lama Menderita Hipertensi Dengan Tingkat Kecemasan Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 9(2), 146. <https://doi.org/10.31596/jcu.v9i2.595>
- 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.
- Damayantie, N., Heryani, E., & Muazir, M. (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Penatalaksanaan Hipertensi oleh Penderita di Wilayah Kerja Pskesmas Sekernan Ilir Kabupaten

- Muaro Jambi tahun 2018. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 5(3), 224–232. <https://doi.org/10.26699/jnk.v5i3.art.p224-232>
- Azizah, R., & Hartanti, R. D. (2016). Hubungan Antara Tingkat Stress Dengan Kualitas Hidup Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Wonopringgo Pekalongan. *Jurnal University Reseach Coloquium*, 261–278.
- Endriyani, S., Damanik, H. D. L., & Pastari, M. (2021). Upaya mengatasi kecemasan masyarakat di masa pandemi covid-19. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Membangun Negeri*, 5(1), 172–183.
- Suciana, F., Agustina, N. W., & Zakiatul, M. (2020). Korelasi Lama Menderita Hipertensi Dengan Tingkat Kecemasan Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 9(2), 146. <https://doi.org/10.31596/jcu.v9i2.595>
- Oktaviana, E., & Syamdarniati. (2022). Hubungan Lama Menderita Hipertensi dengan Gangguan Pendengaran. In *Indogenius* (Vol. 1, Issue 1). <https://doi.org/10.56359/igj.v1i1.56>
- Putri, R. I., & Nurhidayati, T. (2022). Penerapan slow deep breathing dan dzikir terhadap tingkat kecemasan penderita hipertensi pada lansia. *Ners Muda*, 3(2). <https://doi.org/10.26714/nm.v3i2.8302>
- Putri, R. I., & Nurhidayati, T. (2022). Penerapan slow deep breathing dan dzikir terhadap tingkat kecemasan penderita hipertensi pada lansia. *Ners Muda*, 3(2). <https://doi.org/10.26714/nm.v3i2.8302>
- Rahmah Muthia, 2018. (2018). *Hubungan Lama Menderita Hipertensi dengan Kejadian Demensia pada Lansia*. 1–26.
- Simon, M., Papua, S., Kanal, J., & Sorong, K. (2022). Hubungan Antara Lama Menderita Hipertensi Dan Motivasi Berobat Dengan Kepatuhan Minum Obat Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Stikes Papua*, 5, 1–5.
- Suciana, F., Agustina, N. W., & Zakiatul, M. (2020). Korelasi Lama Menderita Hipertensi Dengan Tingkat Kecemasan Penderita Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 9(2), 146. <https://doi.org/10.31596/jcu.v9i2.595>
- Sugiyono, P. mitha. (2020). *Metode Penelitian Kesehatan*.(ed.).
- Sugiyono, P. mitha. (2020). *Metode Penelitian Kesehatan*.
- Therapy, C., Gordon, V., Meditation, C., VanRullen, R., Myers, N. E., Stokes, M. G., Nobre, A. C., Helfrich, R. F., Fiebelkorn, I. C., Szczepanski, S. M., Lin, J. J., Parvizi, J., Knight, R. T., Kastner, S., Wyart, V., Myers, N. E., Summerfield, C., No, S. (2018) *Hubungan lama menderita hipertensi dengan tingkat kecemasan pada lansia*.
- Zuraidah, dkk. (2012). *Analisis Faktor Penyakit Hipertensi Pada Masyarakat di Kecamatan Kemuning, Palembang*.

