

GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN BERDASARKAN KARAKTERISTIK PADA LANSIA YANG MENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS PANCUR BATU TAHUN 2019

IMELDA ICCA NAPITUPULU

Jurusan Keperawatan Poltekes Kemenkes Medan

Abstrak

Penyakit darah tinggi atau hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal dimana tekanan sistolik diatas 140 mmHg dan tekanan diastole diatas 90 mmHg. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan berdasarkan karakteristik pada lansia yang menderita hipertensi di puskesmas Pancur Batu Tahun 2019. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah 43 responden menggunakan kuisioner. Metode penelitian bersifat deskriptif dengan desain penelitian *cross sectional*. Hasil penelitian didapatkan bahwa tingkat kecemasan berdasarkan jenis kelamin didapatkan paling banyak pada perempuan dengan tingkat kecemasan sedang sebanyak 11 orang (25,6%), tingkat kecemasan responden berdasarkan pendidikan ditemukan paling banyak di SMA dengan tingkat kecemasan sedang sebanyak 10 orang (23,3%), tingkat kecemasan berdasarkan pekerjaan diketahui sebagian besar pada petani dengan kecemasan sedang sebanyak 10 orang (23,3%) dan tingkat kecemasan berdasarkan suku ditemukan paling banyak di suku Batak dengan kecemasan sedang sebanyak 17 orang (39,5%). Berdasarkan penelitian ini disimpulkan bahwa jenis kelamin perempuan, tingkat pendidikan yang rendah, yang bekerja sebagai petani dan suku Batak lebih mudah mengalami kecemasan.

Kata kunci : *Kecemasan, Hipertensi*

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Badan kesehatan dunia (WHO) menetapkan usia 60 tahun sebagai usia yang menunjukkan proses penuaan yang berlangsung secara nyata dan seseorang telah disebut lanjut usia. Dari segi kesehatan sendiri, orang tua merupakan rumah berbagai macam penyakit seperti jantung, hipertensi, stroke, prostat, katarak, dan sebagainya adalah berbagai penyakit ikutan dari orang lanjut usia. Proses

alamiah yang terjadi pada lansia, biasanya ditandai dengan adanya penurunan beberapa fungsi organ tubuh, yang kemudian diikuti dengan beberapa gangguan kesehatan, salah satu jenis gangguan kesehatan yang dapat terjadi pada lansia adalah hipertensi.

Penyakit darah tinggi atau hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal yang ditunjukkan oleh angka sistolik (bagian atas) dan angka

bawah (diastolic) pada pemeriksaan tensi darah menggunakan alat pengukur tekanan darah baik yang berupa cuff air raksa (sphygmomanometer) ataupun alat digital lainnya. (Pudiastuti, 2017)

Kecemasan (ansietas/anxiety) adalah gangguan alam perasaan (affective) yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas, kepribadian masih tetap utuh (tidak mengalami keretakan kepribadian/splitting of personality) perilaku dapat terganggu tapi masih dalam batas-batas normal. (Hawari, 2018)

Menurut penelitian Prasetyorini dan Prawesti tentang komplikasi hipertensi, emosi, dan kecemasan menyatakan bahwa banyak hal yang dapat menyebabkan komplikasi hipertensi, salah satunya ialah emosi. Ketika seseorang memiliki afek negatif dalam tubuh maka tubuh akan memproduksi hormon yang dapat meningkatkan tekanan darah, peningkatan tekanan darah inilah yang memicu terjadinya komplikasi hipertensi. Dampak terjadinya komplikasi hipertensi membuat kualitas hidup penderita menjadi rendah dan kemungkinan terburuknya ialah terjadinya kematian pada penderita akibat komplikasi hipertensi yang dimilikinya. Komplikasi ini kemudian dapat

memengaruhi emosi itu sendiri dan menimbulkan kecemasan.

Berdasarkan survey pendahuluan yang telah dilakukan peneliti di Puskesmas Pancur Batu, Lansia penderita hipertensi yang datang ke Puskesmas Pancur Batu pada tahun 2018 sebanyak 815 orang, orang. Hal ini menunjukkan bahwa penyakit hipertensi merupakan masalah utama kesehatan pada lansia di Puskesmas Pancur Batu.

METODE PENELITIAN

Jenis Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah desain penelitian potong lintang/Cross sectional, yaitu suatu metode yang merupakan rancangan penelitian yang melakukan pengukuran atau pengamatan pada saat bersamaan (sekali waktu) dengan jenis penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan lansia berdasarkan karakteristik yang menderita hipertensi di Puskesmas Pancur Batu Tahun 2019.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan di Puskesmas Pancur Batu, dan akan dilaksanakan pada bulan Januari sampai Februari tahun 2019..

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang menderita hipertensi yang datang berobat ke Puskesmas Pancur Batu.

Metode pengambilan sample dilakukan dengan cara *purposive sampling* yaitu didasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri, berdasarkan ciri atau sifat-sifat populasi

yang sudah diketahui jumlah sebelumnya . Dalam hal ini sampel yang dimaksud adalah lansia yang datang berobat dengan masalah hipertensi di Puskesmas Pancur Batu

Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis data primer yaitu data yang langsung diperoleh peneliti terhadap sasaran (responden) dan data sekunder yaitu data yang diperoleh dari Puskesmas Pancur Batu.

Cara Pengumpulan Data

Cara pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner lembar check list terdiri dari 14 pernyataan .

Cara penilaiannya :

score : 0 = tidak ada gejala (keluhan), score 1 = gejala ringan, score 2 = gejala sedang, score 3 = gejala berat, score 4 = gejala berat sekali. Score tertinggi : 56, score terendah : <14

Pengkategorian kecemasan :

- a. Kurang dari 14 = Tidak ada kecemasan
- b. 14-20 = Kecemasan ringan
- c. 21-27 = Kecemasan sedang
- d. 28-41= Kecemasan berat
- e. 42-56 = Kecemasan berat sekali

Metode Pengolahan Data

Data yang dikumpulkan kemudian diolah dengan menggunakan aplikasi IBM SPSS Statistics 23 juga diolah secara

manual melalui langkah-langkah sebagai berikut (Notoatmodjo, 2012) :

a. Editing

Kegiatan ini dilakukan dengan cara memeriksa data hasil jawaban dari kuesioner yang telah diberikan kepada responden dan kemudian dilakukan koreksi dengan lengkap

b. Coding

Kegiatan ini memberikan kode angka pada kuesioner terhadap tahap-tahap dari jawaban responden agar lebih mudah dalam pengolahan data selanjutnya.

c. Entry data

Data yang sudah diedit akan dimasukkan dalam komputer untuk diolah dan dijumlahkan dengan sistem komputerisasi.

d. Tabulating

Kegiatan ini dilakukan dengan cara menghitung data dari jawaban kuesioner responden yang sudah diberi kode, kemudian dimasukkan ke dalam tabel.

Analisis Data

Dalam penelitian ini menggunakan Analisa Univariat, dimana analisa yang menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian dengan cara melihat persentase data yang terkumpul, dan ditulis dalam tabel-

tabel distribusi frekuensi sehingga akan diperoleh persentase dari tiap-tiap variabel yang diteliti (Notoatmodjo, 2012) dengan rumus proporsi adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Persentase

f = Frekuensi yang diamati

n = Jumlah responden yang menjadi sampel

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

1. Kecemasan

Tabel 1

Distribusi frekuensi tingkat kecemasan pada responden yang menderita hipertensi di Puskesmas Pancur Batu Tahun 2019

Tingkat kecemasan	Frekuensi	Persen
Tidak ada kecemasan	4	9,3%
Ringan	11	25,6%
Sedang	20	46,5%
Berat	8	18,6%
Berat sekali	0	0%
Total	43	100%

Berdasarkan tabel 1 diatas dapat dilihat bahwa, dari 43 responden lansia yang menderita Hipertensi kebanyakan lansia mengalami tingkat kecemasan sedang yaitu 20 responden (46,5%).

2. Jenis Kelamin

Tabel 2

Distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin pada responden yang menderita hipertensi di Puskesmas Pancur Batu Tahun 2019

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	19	44,2%
Perempuan	24	55,8%
Total	43	100,0%

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat dilihat bahwa, responden lansia terbanyak penderita hipertensi di Puskesmas Pancur Batu Tahun 2019 adalah jenis kelamin perempuan sebanyak 24 responden (55,8%)

3. Pendidikan

Tabel 3

Distribusi frekuensi berdasarkan pendidikan pada responden yang menderita hipertensi di Puskesmas Pancur Batu Tahun 2019

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
------------	-----------	----------------

SD	11	25,6
SMP	12	27,9
SMA	16	37,2
PT	4	9,3
Total	43	100,0

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat dilihat bahwa, pendidikan terbanyak responden lansia penderita hipertensi di Puskesmas Pancur Batu adalah di tingkat SMA sebanyak 16 responden (37,2%)

4. Pekerjaan

Tabel 4
Distribusi frekuensi berdasarkan pekerjaan pada lansia yang menderita hipertensi di Puskesmas Pancur Batu Tahun 2019

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
PNS	3	7,0
Swasta	9	20,9
Petani	20	46,5
Tidak bekerja	11	25,6
Total	43	100%

Berdasarkan tabel 4 diatas dapat dilihat bahwa, pekerjaan responden lansia penderita hipertensi di Puskesmas Pancur Batu adalah petani sebanyak 20 responden (46,5%).

5. Suku

Tabel 5
Distribusi frekuensi berdasarkan suku pada responden yang menderita hipertensi di Puskesmas Pancur Batu Tahun 2019

Suku	Frekuensi	Persentase (%)
Batak	33	76,7
Jawa	7	16,3
Melayu	3	7,0
Total	43	100%

Berdasarkan tabel 5 diatas dapat dilihat bahwa, suku terbanyak responden lansia penderita hipertensi di Puskesmas Pancur Batu adalah suku Batak sebanyak 33 responden (76,7%).

6. Tingkat Kecemasan Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 6

Distribusi frekuensi tingkat kecemasan lansia berdasarkan jenis kelamin yang menderita hipertensi di Puskesmas Pancur Batu Tahun 2019

Jenis kelamin	Tingkat Kecemasan								Total	
	Tidak ada kecemasan		Ringan		Sedang		Berat		Jlh	%
	F	%	F	%	F	%	F	%		
Laki-laki	2	4,7	5	11,6	9	20,9	3	7,0	19	44,2
Perempuan	2	4,7	6	14,0	11	25,6	5	11,6	24	55,8
Total									43	100

Dari tabel 6 diatas dapat diketahui bahwa, tingkat kecemasan yang paling banyak ditemukan pada jenis kelamin perempuan dengan kecemasan sedang sebanyak 11 orang (25,6%).

7. Tingkat kecemasan berdasarkan pendidikan

Tabel 7

Distribusi frekuensi tingkat kecemasan lansia berdasarkan pendidikan Yang menderita hipertensi di Puskesmas Pancur Batu Tahun 2019

Pendidikan	Tingkat Kecemasan								Total	
	Tidak ada kecemasan		Ringan		Sedang		Berat		Jlh	%
	F	%	F	%	F	%	F	%		
SD	-	-	3	7,0	4	9,3	4	9,3	11	25,6
SMP	-	-	3	7,0	6	14,0	3	7,0	12	27,9

SMA	-	-	5	11,6	10	23,3	1	2,3	16	37,2
P.T	4	9,3	-	-	-	-	-	-	4	9,3
Total									43	100

Dari Tabel 7 diatas dapat diketahui bahwa, tingkat kecemasan yang paling banyak ditemukan pada pendidikan SMA dengan kecemasan sedang sebanyak 10 orang (23,3%).

8. Tingkat kecemasan berdasarkan pekerjaan

Tabel 8
Distribusi frekuensi tingkat kecemasan lansia berdasarkan pekerjaan yang menderita hipertensi di Puskesmas Pancur Batu Tahun 2019

Pekerjaan	Tingkat Kecemasan								Total	
	Tidak ada kecemasan		Ringan		Sedang		Berat		Jlh	%
	F	%	F	%	F	%	F	%		
PNS	3	7,0	-	-	-	-	-	-	3	7,0
Swasta	1	2,3	1	2,3	6	14,0	1	2,3	9	20,9
Petani	-	-	6	14,0	10	23,3	4	9,3	20	46,5
Tidak Bekerja	-	-	4	9,3	4	9,3	3	7,0	11	25,6
Total									43	100

Dari Tabel 8 diatas dapat diketahui bahwa, tingkat kecemasan yang paling banyak ditemukan pada pekerjaan petani dengan kecemasan sedang sebanyak 10 orang (23,3%).

9. Tingkat kecemasan berdasarkan suku

Tabel 9
Distribusi frekuensi tingkat kecemasan lansia berdasarkan suku yang menderita hipertensi di Puskesmas Pancur Batu Tahun 2019

Suku	Tingkat Kecemasan								Total	
	Tidak ada kecemasan		Ringan		Sedang		Berat		Jlh	%
	F	%	F	%	F	%	F	%		
Batak	-	-	9	20,9	17	39,5	7	16,3	33	76,7
Jawa	3	7,0	1	2,3	2	4,7	1	2,3	7	16,3
Melayu	1	2,3	1	2,3	1	2,3	-	-	3	7,0
Total									43	100

Dari Tabel 7 diatas dapat diketahui bahwa, tingkat kecemasan yang paling banyak ditemukan pada suku Batak dengan kecemasan sedang sebanyak 17 orang (39,5%).

Pembahasan

1 Kecemasan

Tingkat kecemasan pada lansia yang menderita hipertensi di Puskesmas Pancur Batu dapat diketahui tingkat kecemasan yang paling banyak dialami responden adalah tingkat kecemasan sedang sebanyak 20 responden (46,5%),

hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Agnes,E dimana didapatkan bahwa lebih dari setengah jumlah responden mengalami tingkat kecemasan sedang yaitu sebanyak 70 orang (60,3%) dari 116 responden. Cemas sedang mengakibatkan individu lebih terfokus pada pikiran dan terjadi penyempitan lapangan persepsi namun masih bisa mengikuti perintah bila diarahkan. Kondisi kesehatan yang mengganggu dalam kehidupan lansia

secara psikologis biasanya dianggap sebagai suatu ancaman yang dapat membahayakan kehidupan lansia.

Salah satu masalah kesehatan yang mengakibatkan kecemasan adalah hipertensi. Hipertensi terkenal dengan sebutan “ the silent killer/diseases” karena dapat membunuh seseorang tanpa disertai gejala-gejala terlebih dahulu sebagai peringatan terhadap korban. Hipertensi juga sebagai penyebab masalah baru seperti stroke, gagal jantung dan pastinya akan berakibat pada kematian. Namun hipertensi bisa sembuh jika patuh minum obat dan meninggalkan kebiasaan-kebiasaan buruk seperti minum alkohol, makan daging berlebihan, makan nasi berlebihan, suka marah-marah dan rajin berolahraga. Dari penelitian ini juga ditemukan ada sebagian kecil responden mengalami tingkat kecemasan ringan yaitu sebanyak 11 orang. cemas ringan cenderung dihubungkan dengan ketegangan yang dialami sehari-hari. Masih waspada serta lapang persepsinya meluas. Meskipun hanya menderita cemas ringan, responden ini harus diperhatikan karena akan meningkat kecemasannya jika suatu saat mengalami ketegangan dalam hidupnya. Dan diketahui responden juga ada yang mengalami kecemasan berat sebanyak 8 orang, dimana kecemasan berat berakibat pada lapangan persepsi menjadi sempit. Tidak terpikir akan hal lain dan perlu banyak

arahan untuk bisa fokus pada area lain dan biasanya paling didominasi pada penyakit kanker.

2. Tingkat kecemasan berdasarkan jenis kelamin

Tingkat kecemasan lansia berdasarkan jenis kelamin di Puskesmas Pancur Batu Tahun 2019 ditemukan paling banyak adalah jenis kelamin perempuan yaitu 24 responden (55,8%) dari 43 responden . Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh. Kati, Richard K. Dkk (2018), dalam penelitiannya dikatakan lansia yang mengalami kecemasan berjenis kelamin perempuan sebanyak 49 responden (62,8%). Berkaitan dengan hipertensi, laki-laki mempunyai resiko yang lebih tinggi untuk menderita hipertensi lebih awal. Sedangkan pada perempuan biasanya lebih rentan terhadap hipertensi ketika mereka sudah pada masa menopause. Dan dari penelitian semua responden sudah berusia 60 tahun keatas sehingga didapatkan perempuan lebih dominan merasa cemas, selain gejala dari menopause perasaan cemas yang dialami oleh wanita menopause dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya faktor eksternal meliputi: dukungan sosial suami, karakteristik sosial budaya, dan gaya hidup. Sedangkan faktor internal meliputi: pengetahuan dan sikap terhadap perubahan yang dialami pada masa menopause.

Kecemasan yang dialami oleh wanita satu dengan yang lainnya berbeda, ada yang mengalami kecemasan ringan, sedang dan ada juga yang berat, sehingga membutuhkan penanganan untuk mengatasi kecemasan yang dialami oleh wanita menopause. Sebenarnya berbagai upaya penanganan hanya akan membuat wanita yang menjalani menopause merasa reda dari gejala yang timbul pada fase menopause. Tetapi hal ini sangat dipengaruhi oleh kondisi atau suasana hati yang dirasakan. Salah satu yang membuat wanita menopause mengalami kecemasan ialah perubahan yang timbul pada dirinya. Ini juga dikarenakan perempuan memiliki hubungan sosial yang lebih luas dan lebih erat dengan lingkungan. Jika seseorang beradaptasi dengan lingkungan yang baik dan menerima informasi lebih banyak maka individu tersebut akan merasa tidak cemas. Demikian juga sebaliknya, jika lingkungannya tidak baik dan informasi yang didapatkan hanya sedikit maka individu tersebut akan merasa cemas.

3. Tingkat kecemasan berdasarkan pendidikan

Pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan di dalam diri seseorang yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan juga

merupakan sebuah proses perubahan sikap dan tata laku seseorang dan usaha mendewasakan manusia melalui upaya pengajaran dan pelatihan. Tingkat pendidikan yang rendah akan menyebabkan individu mudah mengalami kecemasan karena ketidaktahuan tentang kecemasan dan cara mengatasinya. Sebaliknya jika pendidikan seseorang semakin tinggi, maka akan mempengaruhi kemampuan berpikirnya dan seseorang tersebut dapat mengatasi masalah yang terjadi di hidupnya. Hal ini dapat diketahui dari hasil penelitian dimana di tingkat SD dari 11 responden ada 4 orang yang mengalami tingkat kecemasan berat, juga di SMP ada 3 orang (7,0%) dari 12 responden (27,9%) yang mengalami kecemasan berat, dan di tingkat SMA ada 1 orang (2,3%) yang mengalami kecemasan berat dan paling banyak mengalami kecemasan sedang sebanyak 10 responden (23,3%) sementara di Perguruan tinggi ada 4 responden (9,3%) dan semuanya tidak ada kecemasan. Hal ini menunjukkan bahwa responden yang pendidikannya di perguruan tinggi sudah lebih banyak mendapatkan informasi dan pengetahuan tentang kesehatan sehingga kemampuan responden dalam berpikir akan lebih baik dan mampu mengatasi masalah yang ada di hidupnya. Lain halnya dengan responden yang pendidikannya di tingkat SD, dimana responden akan mudah mengalami

kecemasan karena tidak tahunya responden mengenai kecemasan dan menganggap tanda-tanda dari kecemasan seperti perasaan cemas dengan firasat buruk, mudah tersinggung, merasa tegang, sukar konsentrasi, hilangnya minat, dll. sebagai hal yang biasa dan sudah sering dialami namun tidak tahu bagaimana cara mengatasinya.

4. Tingkat kecemasan berdasarkan pekerjaan

Pekerjaan adalah sesuatu yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupannya dan kehidupan keluarga. Pekerjaan bukanlah sumber kesenangan, tetapi lebih banyak merupakan cara mencari nafkah yang dan merupakan kegiatan yang menyita waktu. Dari hasil penelitian ini ditemukan proporsi tingkat kecemasan yang paling tinggi ada di petani yaitu 20 responden (46,5%) diantaranya ada 4 orang (9,3%) yang mengalami kecemasan berat dan 10 orang (23,3%) mengalami kecemasan sedang (46,5%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Agnes,E dimana dikatakan paling banyak responden mengalami kecemasan ada di pekerjaan petani yaitu sebanyak 61 orang (52,6%) dari 116 responden. Berdasarkan hasil penelitian, responden mengungkapkan bahwa adanya tuntutan ekonomi di keluarga yang menyebabkan stress dan cemas. Dalam keadaan tersebut akan terjadi stimulasi

simpatis yang meningkatkan frekwensi denyut jantung dan tekanan darah. Sebagian responden juga mengungkapkan bahwa mereka pergi ke ladang karena sudah terbiasa, dan jika tidak pergi ke ladang maka badan akan terasa sakit.

Dari penelitian juga diketahui bahwa petani kurang mendapatkan informasi karena mereka akan pergi ke sawah/ladang di pagi hari dan pulang ke rumah setelah matahari terbenam atau sore hari. Sepulangnya di rumah mereka akan langsung istirahat karena sudah letih bekerja di ladang seharian, dan hampir semua responden yang bekerja sebagai petani berpendapat bahwa datang berobat ke puskesmas hanya saat penyakit mereka sudah tidak tertahankan. Berbeda dengan halnya mereka yang bekerja sebagai PNS, dimana dari 4 responden yang pekerjaannya PNS, diketahui responden tidak ada kecemasan. Hal ini menunjukkan bahwa mereka sudah banyak mendapatkan pengalaman atau sumber informasi tentang kesehatan, ataupun kecemasan dari media elektronik, media cetak dan dari teman pergaulan atau teman kerja mereka.

5. Tingkat kecemasan berdasarkan suku responden

Suku adalah kelompok golongan sosial yang terdapat dikalangan masyarakat yang digunakan untuk membedakan suatu golongan yang satu dengan yang lainnya. Dalam penelitian ini ditemukan proporsi

tingkat kecemasan yang lebih tinggi ada di suku Batak yaitu 33 responden (76,7%) dari 43 responden. Jika kita tinjau berdasarkan suku sebenarnya kita tidak bisa menentukan suku mana yang lebih baik, namun kita tahu bahwa kebiasaan-kebiasaan dari suku Batak seperti suka makan daging, makan makanan yang asin, dan biasanya makan lebih dari 1 porsi setiap kali makan dan semua itu akan disimpan di lemak darah, yang akan menyebabkan seseorang gemuk dan akan memicu penyakit hipertensi, suku Batak juga memiliki sifat tempramental, yang bisa memicu tekanan darah seseorang. Jika suku Batak memiliki kebiasaan-kebiasaan diatas, maka mereka akan lebih cenderung mengalami kecemasan. Lain halnya dengan suku Jawa, suku Jawa memiliki kebiasaan memakan lalapan, makan yang manis, memiliki sifat ramah tamah dan sangat jarang suku Jawa ditemukan dengan sifat tempramental, dapat dilihat dari hasil penelitian yang sudah dilakukan pada suku Jawa ada 3 orang (7,0) yang menderita hipertensi dan tidak ada keemasannya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran tingkat kecemasan lansia berdasarkan karakteristik yang menderita hipertensi di Puskesmas

Pancur Batu Tahun 2019 maka dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Tingkat kecemasan responden ditemukan paling banyak mengalami kecemasan sedang yaitu 20 responden (46,5%) dan yang paling sedikit adalah tidak ada kecemasan sebanyak 4 responden (9,3%).
2. Tingkat kecemasan berdasarkan jenis kelamin paling banyak ditemukan pada jenis kelamin perempuan dengan kecemasan sedang sebanyak 11 orang (25,6%).
3. Tingkat kecemasan responden berdasarkan pendidikan paling banyak di SMA dengan tingkat kecemasan sedang sebanyak 10 responden (23,3%) dan di Perguruan tinggi 4 responden tidak ada kecemasan.
4. Tingkat kecemasan berdasarkan pekerjaan paling banyak adalah petani dengan kecemasan sedang yaitu 10 responden (23,3%), dan pada PNS tidak ada kecemasan sebanyak 3 responden (7,0%)
5. Tingkat kecemasan berdasarkan suku paling banyak pada suku Batak dengan tingkat kecemasan sedang

yaitu 17 responden (39,5%) dan pada suku Jawa tidak ada kecemasan sebanyak 3 responden (7,0%)

Saran

Setelah melakukan penelitian terhadap gambaran tingkat lansia kecemasan berdasarkan karakteristik yang menderita hipertensi di Puskesmas Pancur Batu Tahun 2019, maka dibawah ini akan dipaparkan beberapa saran yang ditujukan kepada:

1. Bagi responden, diharapkan agar lebih sadar akan pentingnya memelihara kesehatan mental dan memperhatikan pola hidup yang sehat dan khususnya untuk responden yang bekerja sebagai petani agar menyempatkan diri untuk memperoleh informasi kesehatan baik dari media elektronik, media cetak maupun dari petugas puskesmas.
2. Bagi Puskesmas Pancur Batu, berhubung masih banyak pasien hipertensi yang mengalami kecemasan, harus banyak memberikan upaya promotif dengan penyuluhan tentang cemas dan hipertensi baik di puskesmas dan melakukan home visit bagi masyarakat yang tidak bisa datang ke puskesmas

3. Bagi Peneliti selanjutnya, diharapkan agar dapat mengembangkan lebih luas serta digunakan sebagai dasar untuk melakukan penelitian selanjutnya, dan menggunakan sampel lebih banyak supaya dapat mendapatkan hasil yang lebih mendalam.

Daftar Pustaka

- Alimul, Azis H. (2013) *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta:Salemba Medika.
- Hawari, D, (2018).*Buku Manajemen Stress cemas Dan Depresi*, Edisi ke 4. Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Kati, Richard K. Dkk (2018). *Gambaran Emosi Dan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Bahu*. Jurnal e-Biomedik (eBm), Vol 6, No 1.
- Laode, Sharif (2017) *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Cetakan ke 2 Nuha Medika
- Maryam,RS. Dkk (2012). *Buku Mengenal Usia Lanjut Dan Perawatannya*. Salemba Medika.
- Notoatmojo, (2017). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta : Jakarta.
- Politeknik kesehatan kemenkes Medan (2012). *Panduan Penyusunan karya Tulis Ilmiah*. Medan,. Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
- Pudiasturi,RD (2017). *Buku Penyakit Penyakit mematikan*, Cetakan ke 2. Nuha Medika
- Ridwan, Dkk (2017). *Hubungan Hipertensi Dengan Kecemasan Pada Lanjut Usia*

*Di Posyandu Permadi kelurahan
Tlogomas kecamatan Lowokwaru
Kota Malang. Nursing News Vol 2, No
3.*

Sobur, Alex (2003). *Buku Psikologi Umum*,
Cetakan 1. Cv. Pustaka Setia.

Susilo, Yekti & Ari Wulandi (2016). *Buku
Cara Jitu Mengatasi Hipertensi*, Edisi
Ke 1. C.V. Andi Offest .

Yeni, Fitra (2012). *Hubungan Emosi Positif
Dan Koping Dengan Hipertensi Di
RSUP.M.Djamil Padang*. Ners Jurnal
Keperawatan Vol 8, No 2, Hal 115-
128.