



Jurnal Ilmiah Kesehatan Mandala Waluya  
 ISSN : 2809-3151  
 DOI : <https://doi.org/10.54883/jikmw.v5i2.1379>  
<https://ejournal.umw.ac.id/jikmw/index>



## Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Stres Lansia Penderita Hipertensi Di Posyandu Lansia

Amin Aji Budiman<sup>1</sup>, Firman Prastiwi<sup>2</sup>, Dyah Vierdiana<sup>3</sup>, Nadya Karlina Megananda<sup>4</sup>

<sup>1,3</sup>Prodi Diploma Tiga Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada Surakarta

<sup>1</sup>Prodi Diploma Tiga Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Jember

<sup>2</sup>Prodi Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat

<sup>4</sup>Prodi Diploma Tiga Keperawatan, Politeknik Kesehatan Bhakti Mulia

### ABSTRAK

Hipertensi kronis berpotensi menimbulkan tekanan mental akibat keterbatasan fungsi fisik dan kondisi kesehatan yang tidak optimal, sehingga meningkatkan kerentanan terhadap stres. Dukungan keluarga berperan sebagai faktor protektif yang membantu proses adaptasi dan mencegah deteriorasi psikologis lansia. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara dukungan keluarga dan tingkat stres pada lansia penderita hipertensi dengan desain analitik korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Instrumen yang digunakan meliputi Perceived Social Support–Family Scale (PSS-Fa) mengenai dukungan keluarga dan Perceived Stress Scale (PSS) mengukur stres, dengan jumlah responden 73 lansia dengan teknik purposive sampling. Hasil menunjukkan hubungan signifikan antara dukungan keluarga dan stres ( $p = 0,005$ ) dengan kekuatan korelasi kuat ( $r = -0,967$ ). Disimpulkan bahwa dukungan keluarga berperan penting dalam menurunkan tingkat stres lansia dan menjadi komponen kunci dalam menjaga kesehatan lansia.

**Kata kunci:** Hipertensi; Lansia, Stres; Dukungan Keluarga

## The Relationship Between Family Support And Stress Of Elderly Hypertension Sufferers At The Integrated Health Service For The Elderly

### ABSTRACT

Chronic hypertension can generate psychological pressure due to physical limitations and suboptimal health conditions, thereby increasing the vulnerability of older adults to stress. Family support functions as a protective factor that facilitates adaptation and prevents psychological deterioration. This study aimed to analyze the relationship between family support and stress levels among older adults with hypertension using a correlational analytic design with a cross-sectional approach. The instruments employed were the Perceived Social Support–Family Scale (PSS-Fa) to assess family support and the Perceived Stress Scale (PSS) to measure stress levels. A total of 73 older adults participated as respondents through purposive sampling. The findings indicated a significant relationship between family support and stress ( $p = 0.005$ ) with a strong correlation ( $r = -0.967$ ). Thus, family support plays a crucial role in reducing stress levels and supporting the overall health of older adults.

**Keywords:** Hypertension; Elderly; Stress; Family Support

### Penulis Korespondensi :

Amin Aji Budiman

Prodi D3 Keperawatan, FIK, Universitas Kusuma Husada Surakarta

E-mail : [ajibudimann@gmail.com](mailto:ajibudimann@gmail.com)

### Info Artikel :

Submitted : 25 November 2025

Revised : 10 Desember 2025

Accepted : 19 Desember 2025

Published : 30 Desember 2025

## PENDAHULUAN

Proses menua membuat seseorang mengalami -perubahan yang mengarah pada perubahan yang bersifat regresif yaitu terjadi kemunduran fungsi-fungsi fisik biologis, psikologis dan sosial yang terjadi secara bertahap (Kurnianto, 2015). Proses Menua merupakan keadaan yang ditandai oleh kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stres fisiologis. Kegagalan ini berkaitan dengan penurunan daya kemampuan untuk hidup serta peningkatan kepekaan secara individual (Laka et al., 2018). Menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 43 Tahun 2004, lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas (Kementerian Kesehatan RI, 2017). Berdasarkan data proyeksi penduduk, diprediksi jumlah penduduk lansia tahun 2020 (27,08 juta), tahun 2025 (33,69 juta), tahun 2030 (40,95 juta) dan tahun 2035 (48,19 juta) (Kemenkes RI, 2019a).

Alasan lansia membutuhkan perhatian khusus dikarenakan masalah pada lansia masuk kedalam “Empat Besar” penderitaan geriatrik diantaranya mempunyai masalah yang kompleks, tidak ada pengobatan sederhana, penurunan kemandirian, dan membutuhkan bantuan orang lain dalam perawatan (Lani, 2021; Novian, 2014). Salah satu penyakit yang banyak dialami oleh lansia yaitu penyakit sistem kardiovaskular, salah satunya adalah hipertensi (Ridwan et al., 2017). Data *World Health Organization* (WHO) diperkirakan ada 1,5 miliar orang yang akan terkena hipertensi pada tahun 2025, dan diperkirakan 9,4 juta orang meninggal setiap tahunnya akibat hipertensi dan komplikasinya (Kemenkes RI, 2019b). Kawasan Asia Timur-Selatan sendiri

sebanyak 1,5 juta jiwa meninggal karena hipertensi. (Fadila & Solihah, 2022).

Hipertensi atau yang lebih sering dikenal dengan tekanan darah tinggi merupakan kondisi seseorang dengan hasil tekanan darah sistolik  $\geq 120$  mmHg dan diastolik  $\geq 90$  mmHg, penyakit hipertensi merupakan pemicu terjadinya stroke dan jantung koroner yang dapat menyebabkan kematian (Novian, 2014). Penderita hipertensi lebih banyak didapatkan pada lansia yang mana pada usia tersebut banyak terjadi perubahan-perubahan fisiologis maupun psikologis, perubahan tersebut berpotensi terhadap kesehatan fisiknya (Lani, 2021). Kondisi tubuh lansia yang mengalami hipertensi dapat kembali membaik dan stabil, akan tetapi faktor-faktor psikologis lansia sangat berpengaruh terhadap proses penanganan masalah hipertensi. Komplikasi hipertensi dapat menyebabkan penyakit jantung koroner, infark jantung, stroke dan gagal ginjal. Komplikasi dari hipertensi tersebut dapat menyebabkan angka kematian yang tinggi. Dampak dari penyakit hipertensi pada lansia dapat memicu terjadinya resiko serangan jantung, stroke, dan gagal ginjal (Depkes, 2007).

Perubahan dalam kehidupan pada penderita hipertensi, merupakan salah satu pemicu terjadinya stres. Keterbatasan fisik yang dialami oleh lansia, terkadang mereka mengalami stress karena berbagai penyakit yang diderita tidak kunjung sembuh bahkan semakin memburuk, sehingga harapan untuk sembuh menjadi sedikit. Hal seperti ini yang pada akhirnya menyebabkan lansia mengalami gangguan psikis seperti stress. Stres sendiri diartikan sebagai suatu respon fisiologis, psikologis dan perilaku dari manusia yang mencoba untuk mengadaptasi stressor yang ada. Stressor adalah kejadian, situasi yang

dilihat sebagai unsur yang menimbulkan stres dan menyebabkan reaksi stres sebagai hasilnya (Soesanto, 2021). Stres yang terjadi pada lansia berhubungan dengan kematian pasangan, status sosial ekonomi rendah, penyakit fisik yang menyertai, isolasi sosial dan spiritual.

Kebutuhan akan dukungan dan jumlah dari dukungan yang diterima lansia menjadi perhatian utama bagi para gerontologis, karena di masa lampau, keluarga selalu memainkan peran penting dalam menentukan status kesejahteraan dan keamanan lansia (Nugraha & Bebasari, 2021). Keluarga sebagai sumber alamiah dukungan sosial dapat memberikan empat bentuk dukungan bagi lansia, yaitu dukungan emosional, instrumental, penghargaan / penilaian, dan informasional (Friedman, 1998; Langford et al dalam Johnston, Brosi, Hermann, & Jaco, 2011). Dukungan emosional yang kuat dari keluarga, secara langsung memberikan efek bagi peningkatan kualitas hidup individu.

Dukungan emosional dari anggota keluarga, secara signifikan dan sangat kuat berhubungan dengan kesehatan subjektif. Dukungan emosional yang dimaksud dalam penelitian ini berupa keberadaan keluarga yang menanyakan dan memberikan perhatian terhadap keluhan kesah lansia, menunjukkan perhatian, kepercayaan, dan kasih sayang terhadap lansia, sehingga memungkinkan lansia memperoleh kedekatan emosional, motivasi, serta rasa percaya diri untuk meningkatkan kualitas hidup lansia. Dukungan penilaian/ penghargaan yang diberikan keluarga terhadap lansia dapat berupa penilaian positif terhadap lansia, penguatan atau pembenaran melakukan sesuatu (Hasan et al., 2020).

Meskipun dukungan keluarga diketahui berperan dalam kesejahteraan lansia, bukti empiris mengenai hubungannya dengan tingkat stres pada lansia, khususnya yang menderita hipertensi, masih terbatas. Banyak penelitian sebelumnya berfokus pada dukungan sosial secara umum atau pada variabel psikologis lain, sehingga stres sebagai variabel utama kurang dikaji. Dukungan penghargaan yang diberikan keluarga terhadap lansia dapat meningkatkan status psikososial, semangat, motivasi hidup, dan peningkatan harga diri lansia karena lansia masih dianggap berguna dan berarti untuk keluarga. Melalui dukungan penghargaan, lansia mendapatkan pengakuan atas keberadaannya, merasa dilibatkan, dibutuhkan oleh keluarganya (Kuntjoro, 2002). Hal yang dibutuhkan lansia adalah perasaan tetap dibutuhkan (*feeling of being needed*) (Hasan et al., 2020).

## **METODE**

Penelitian kuantitatif ini menggunakan desain penelitian analitik korelasional. Penelitian korelasional bertujuan untuk mengungkapkan hubungan korelatif antar variabel. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan Cross Sectional, yaitu suatu pendekatan yang digunakan untuk mengidentifikasi variabel independen dan variabel dependen. Instrumen yang digunakan adalah Perceived Social Support-Family Scale (PSS-fa) dan Instrumen Perceived Stress Scale (PSS). Teknik purposive sampling dengan jumlah sampel sejumlah 73 orang dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang sudah ditetapkan.

HASIL

Tabel 1. Hubungan dukungan keluarga dengan stres

			Correlations	
			Dukungan_keluarga	Stres
Spearman's rho	Dukungan_k eluarga	Correlation Coefficient	1.000	.005
		Sig. (2-tailed)	.	-.967
		N	73	73
Stres		Correlation Coefficient	.005	1.000
		Sig. (2-tailed)	-.967	.
		N	73	73

Hasil uji *statistic nonparametric* menggunakan SPSS dengan nilai signifikansi ( $p$ ) pada uji korelasi *Spearman Rank* adalah 0,005. karena  $p$ -value (0,000) lebih kecil dari  $\alpha$  (0,05) dengan demikian hipotesis nihil ( $H_0$ ) ditolak, sedangkan hipotesis kerja ( $H_1$ ) diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan keluarga dengan tingkat stres pada lansia dengan korelasi kuat yaitu 0,967.

**Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stres pada lansia hipertensi di Posyandu Lansia Sabar Hati Banyuanayar**

Hasil uji *statistic nonparametric* menggunakan SPSS dengan nilai signifikansi ( $p$ ) pada uji korelasi *Spearman Rank* adalah 0,005. karena  $p$ -value (0,000) lebih kecil dari  $\alpha$  (0,05) dengan demikian hipotesis nihil ( $H_0$ ) ditolak, sedangkan hipotesis kerja ( $H_1$ ) diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan keluarga dengan tingkat stres pada lansia dengan korelasi kuat dengan nilai  $r$  0,967.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Astuti (2010) yang menyatakan bahwa dukungan keluarga merupakan salah satu strategi koping untuk menghilangkan stress pada lansia. Dukungan keluarga yang baik dapat membuat lansia merasa tenang dan lansia dapat mempunyai koping yang baik dalam memecahkan masalah

sehingga dapat mengakibatkan lansia mempunyai tingkat stress yang sedang.

Dukungan yang diberikan keluarga dapat menurunkan stres. Menurut Taylor (2009) menunjukkan bahwa hubungan yang bersifat *support* atau dukungan yang berasal dari lingkungan sosial maupun keluarga dapat meredam efek stres, membantu individu mengatasi stres dan mendapatkan kesehatan yang lebih baik. Bantuan yang dapat diberikan oleh keluarga dalam rangka mendukung anggota keluarganya yang sakit adalah tinggal bersama anggota keluarga yang sakit, memberikan bantuan, menyediakan waktu, mendorong untuk terus belajar dan mencari tambahan pengetahuan tentang stress dengan hipertensi merupakan bentuk dukungan yang bisa dilakukan keluarga pada anggota keluarga yang sakit (Mills, 2008 dalam Ariani 2011).

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Hickey (dalam Kharisma, 2015) menyatakan bahwa 75-85% keberhasilan proses penyembuhan dan perawatan didukung oleh perhatian dan empati keluarga. Keluarga merupakan tempat yang paling nyaman untuk seseorang dalam menghadapi persoalan hidup, berbagi kebahagiaan dan tempat tumbuhnya harapan-harapan akan hidup yang lebih baik (Hibec, 2009). Anggota keluarga yang mendapatkan dukungan emosional yang baik dari keluarganya akan membantu dan meningkatkan motivasi dan rasa percaya diri

untuk meningkatkan derajat kesehatannya dalam kehidupan sosial.

Hasil ini sejalan dengan penelitian oleh (Hermansyah & Rahmawati, 2023) yang menunjukkan bahwa kepuasan interaksi sosial lansia dipengaruhi oleh faktor dukungan keluarga. Keluarga yang mampu memberikan dukungan bagi lansia dalam melakukan interaksi sosial memberikan perbaikan terhadap status mental dan imunitas lansia (Hermansyah & Rahmawati, 2023). Dukungan yang didapatkan dari keluarga dan kerabat merupakan sumber penting bagi lansia dalam pengambilan keputusan dan penyelesaian masalah. Dukungan keluarga yang positif dapat memberikan kebahagiaan tersendiri bagi lansia, menjadikan mereka merasa berharga dan bebas bergerak secara alami tanpa adanya tekanan apapun (Mortamais et al., 2017). Selain itu, fungsi kognitif juga menjadi salah satu faktor yang berkaitan erat dengan kemampuan interaksi sosial lansia seperti temuan hasil pada penelitian ini. Beberapa penelitian serupa juga menunjukkan, bahwa faktor hubungan sosial lansia berhubungan dengan fungsi kognitif secara umum. Misalnya, penelitian Kelly et al., (2017) dalam (Mortamais et al., 2017) pada kelompok lansia dengan fungsi kognitif tinggi memiliki interaksi sosial yang lebih besar. Begitupun dengan penelitian Evans et al (2019) dalam (Mortamais et al., 2017), mereka menemukan bahwa lansia dengan keterlibatan sosial yang lebih banyak seperti kehadiran pasangan, kontak dengan teman dan aktif dalam keanggotaan kelompok masyarakat di lingkungan tempat tinggalnya memiliki fungsi kognitif yang lebih baik dibandingkan dengan lansia yang menarik diri dari lingkungan sosialnya. Dengan demikian dapat kita ketahui bahwa dukungan keluarga,

fungsi kognitif dan kemampuan interaksi sosial lansia memiliki hubungan yang saling timbal balik, mempengaruhi satu sama lainnya.

## KESIMPULAN

Terdapat hubungan negatif yang kuat antara dukungan keluarga dan tingkat stres pada lansia penderita hipertensi dengan nilai korelasi  $r$  0,967. Temuan ini menunjukkan bahwa peningkatan dukungan keluarga berkontribusi signifikan dalam menurunkan stres lansia, karena kehadiran, perhatian, dan bantuan emosional dari keluarga dapat memperkuat kemampuan coping dan memberikan rasa aman dalam menghadapi kondisi penyakit kronis.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada Universitas Kusuma Husada Surakarta.

## DAFTAR PUSTAKA

- Fadila, E., & Solihah, E. S. (2022). Literature Review Pengaruh Senam Lansia Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Malahayati Nursing Journal*, 5(2), 462–474. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i2.6032>
- Hasan, M., Romiko, & Efraliza. (2020). Dukungan Keluarga dan Manajemen Hipertensi. *The Indonesian Journal of Health Science*, 12(1), 158–168.
- Hermansyah, H., & Rahmawati, F. (2023). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dan Fungsi Kognitif Terhadap Kemampuan Interaksi Sosial Lansia. *National Nursing Conference*, 1(2), 204–209. <https://doi.org/10.34305/nnc.v1i2.868>
- Kemendes RI. (2019a). *Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat*. <https://www.kemkes.go.id/art%0Aicle/view/19051700002/hipert%0Aensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat.html>.
- Kemendes RI. (2019b). *Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat*.

- Kementerian Kesehatan RI. (2017). *Pusat Data Informasi*.
- Kurnianto, D. (2015). Menjaga Kesehatan Di Usia Lanjut. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 11(2), 115182. <https://doi.org/10.21831/jorpres.v11i2.5725>
- Laka, O., Widodo, D., & H, W. (2018). Hubungan hipertensi dengan tingkat kecemasan pada lansia di Posyandu Lansia Desa Banjarejo Kecamatan Ngantang Malang. *Nursing News*, 3(1), 22–32.
- Lani, T. (2021). *Tingkat Kecemasan Lansia Dengan Hipertensi*. 9(November), 97–100.
- Mortamais, M., Ash, J. A., Harrison, J., Kaye, J., Kramer, J., Randolph, C., Pose, C., Albala, B., Ropacki, M., Ritchie, C. W., & Ritchie, K. (2017). Detecting cognitive changes in preclinical Alzheimer's disease: A review of its feasibility. *Alzheimer's and Dementia*, 13(4), 468–492. <https://doi.org/10.1016/j.jalz.2016.06.2365>
- Novian, A. (2014). Faktor yang berhubungan dengan kepatuhan Diit pasien hipertensi (Studi Pada Pasien Rawat Jalan di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang Tahun 2013). *Unnes Journal of Public Health*, 3(3), 1–9.
- Nugraha, D. P., & Bebasari, E. (2021). Faktor Tekanan Darah yang Terkendali pada Pasien Hipertensi di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau: Studi Potong Lintang. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 8(2), 88. <https://doi.org/10.7454/jpdi.v8i2.571>
- Ridwan, Dyah, W., & Esti, W. (2017). Hubungan Hipertensi Dengan Kecemasan Pada Lanjut Usia Di Posyandu Permadi Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. *Publikasi Ilmiah Unitri*, 2(3), 676–686.
- Sarwono, S., & Suwaryo, P. A. W. (2021). Upaya Pencegahan Risiko Kegawatdaruratan Hipertensi Pada Kelompok Lapangan Di Dusun Krajan Desa Selogiri. *Jurnal EMPATI (Edukasi Masyarakat, Pengabdian Dan Bakti)*, 2(2), 96. <https://doi.org/10.26753/empati.v2i2.591>
- Soesanto, E. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Upaya Perawatan Kesehatan Lanjut Usia Hipertensi Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 10(2), 170. <https://doi.org/10.31596/jcu.v10i2.763>
- Jurnal Ilmiah Kesehatan Mandala Waluya (JIKMW) is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

