QUILT
JOURNAL OF Qualitative Health Research & Case Studies Reports
ISSN 28079094 (Print)
ISSN 28078489 (Online)
NOMOR 177/E/KPT/2024

INFORMASI ARTIKEL
Received: April, 30, 2026
Revised: July, 29, 2026
Available: July, 31, 2026
at : https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/qlt

Peran kesepian terhadap status hipertensi pada lansia

Silvia Ananda Ayu Pratama, Nopryan Ekadinata*

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
Korespondensi penulis: Nopryan Ekadinata. *Email: nopryan.ekadinata@umy.ac.id

Abstract

Background: Older adults areindividuals aged 60 years or older who experience changes in bodily functions as they age. A common degenerative disease among older adults is hypertension, which has a high prevalence. Loneliness is acondition frequently experienced by older adults and can impact their physical and psychological health.
Purpose: To determine the relationship between hypertension status and the level of loneliness among the elderly in Cokrodiningratan, Jetis, Yogyakarta.
Method: The research method used in this study isquantitative with a cross-sectional approach. The study was conducted on February 14, 2026, in the Cokrodiningratan area, Jetis, Yogyakarta. The sampling method used convenience sampling with a total of 67 respondents. The dependent variable in this study was hypertension status, while the independent variable was the level of loneliness, measured using the 3-item UCLA scale.
Results: Data analysis employed the chi-square test, yielding a p-value of 0.001, indicating a significant relationship between hypertension status and the level of loneliness.
Conclusion: Based on these findings, it can be concluded that there is a significant association between hypertension status and the level of loneliness among the elderly in the Cokrodiningratan area, Jetis, Yogyakarta. The elderly experiencing loneliness predominantly have uncontrolled blood pressure.

Keywords: Hypertension; Loneliness; Older Adults.

PENDAHULUAN

Lansia atau orang lanjut usia adalah orang dengan usia 60 tahun atau lebih baik itu Perempuan atau laki laki yang dimana mengalami perubahan secara fungsi tubuhnya seiring bertambahnya usia (J. Zhang et al., 2024). Berdasarkan data dari *World Health Organization* 2024 tercatat bahwa prevalensi lansia dalam global sebanyak 1,28 milliar yang dimana mengalami peningkatkan populasi dalam tiga dekade terakhir. Menurut Badan Pusat Statistik didapatkan bahwa jumlah penduduk lansia di Indonesia tercatat sebanyak 33,94 juta orang. Selain itu, berdasarkan data Badan Pusat Statistik tahun 2025 didapatkan bahwa Daerah Istimewa Yogyakarta menjadi provinsi dengan populasi lansia terbanyak yaitu sebesar 17,78% dari total seluruh lansia di Indonesia. Berdasarkan data tersebut jumlah lansia di dunia, indonesia dan khususnya di wilayah Yogyakarta mengalami peningkatan.

Penyakit degenerative yang sering terjadi pada lansia adalah hipertensi karena Tingkat morbiditas dan mortilitas yang tinggi. Hipertensi merupakan tekanan tekanan darah tinggi yang dimana sistolik mencapai >140 mmHg dan tekanan darah sistolik >90 mmHg (Burlacu et al., 2025). Angka kejadian

DOI: https://doi.org/10.56922/quilt.v6i7.3137

hipertensi pada lansia di dunia mencapai 33% dari total seluruh populasi lansia dunia tahun 2024. Berdasarkan Kementerian Kesehatan Indonesia tahun 2023 lansia dengan hipertensi mencapai 22,9% dari total populasi lansia di indonesia. Sedangkan, Menurut Dinas Kesehatan Pemerintah Kota Yogyakarta pada tahuan 2022 jumlah kasus hipertensi di kota jogja sebanyak 28.420 orang (Unwanah & Ramtana, 2023).

Proses bertambahnya usia yang terjadi pada lansia menyebabkan penurunan fungsi secara fisiologis sehingga dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan salah satunya hipertensi. Lansia rentan mengalami hipertensi karena seiring bertambahnya usia pembuluh darah menjadi tidak elastis dan kaku sehingga pada saat jantung memompa darah membutuhan tekanan yang lebih besar untuk dapat menyebarkan keseluruh tubuh (Chen et al., 2025). Sedangkan, terdapat faktor gaya hidup yang dapat meningkatkan terjadinya hipertensi pada lansia seperti kurangnya aktivitas fisik, lansia dengan berat badan berlebih serta pola makan tidak sehat dimana konsumsi garam berlebih yang dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah (Kim & Thiruvengadam, 2024).

Kesepian merupakan kondisi yang sering dialami oleh lansia yang dapat berdampak terhadap kesehan fisik dan psikologis seperti depresi, gangguan tidur, demensia dan kecemasan (W. Zhang & Zhang, 2025). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bissett et al., (2026) bahwa lansia yang mengalami kesepian dapat berdampak buruk terhadap kehidupan sehari-harinya. Sedangkan berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Fan et al., (2025) kesepian yang terjadi pada lansia dapat memberikan efek positif seperti memberikan rasa tenang, nyaman, meningkatkan tingkat kemandirian lansia dan dapat mengkontrol emosi.

Penelitian yang dilakukan oleh Xiao et al., (2025) pedesaan china terkait hubungan hubungan antara kesepian dengan tingkat tekanan darah pada lansia terbukti bahwa kesepian menjadi faktor yang dapat mempengaruhi tidak terkontrolnya tekanan darah karena kesepian termasuk kedalam stress secara psikologis yang dapat berespons ke fungsi fisiologis. Menurut penelitian yang dilakukan Yousefi et al., (2023) di provinsi Azerbaijan Iran seseorang yang memiliki riwayat hipertensi dan tidak memiliki riwayat hipertensi serta mengalami kesepian cenderung memiliki tekanan darah yang tinggi. Sedangkan berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wang et al., (2024) di China menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kesepian dan kejadian peningkatan tekanan darah tinggi karena kesepian bersifat perasaan yang dialami oleh masing-masing individu bukan suatu kondisi yang dapat mempengaruhi kesehatan fisik secara langsung.

Berdasarkan hal tersebut terdapat perbedaan dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti-peneliti sebelumnya yang dimana terdapat jurnal yang menyatakan bahwa kesepian dapat meningkatkan tekanan darah tinggi pada lansia dan terdapat jurnal yang mengatakan hal sebaliknya. Hasil penelitian ini diharapkan memberikan informasi terkait dengan hubungan kesepian yang terjadi pada lansia di indonesia khususnya wilayah Yogyakarta dengan kejadian tekanan darah tinggi. Oleh karena itu, Peneliti ingin mengetahui hubungan antara status kesepian atau loneliness dengan tekanan darah di Wilayah perkotaan Jetis, Yogyakarta.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuantitatif. Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan *cross-sectional* untuk mengetahui hubungan antara tingkat kesepian dan status hipertensi. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 14 Februari 2026 di wilayah RW 04 Cokrodiningratan, Jetis Yogyakarta.

Populasi dalam penelitian ini adalah lansia berusia 60 tahun atau lebih dan tinggal di cokrodiningratan. Kemantren cokrodiningratan memiliki luas wilayah sebesar 66 hektar dengan total jumlah penduduk perempuan sebanyak 4.629 jiwa dan laki-laki sebanyak 4.245 jiwa. Cokrodiningratan terdiri dari 11 RW dan 57 RT yang dimana memiliki 10 posyandu yang tersebar ke dalam beberapa RW.

Pengambilan data dilakukan menggunakan metode sampel convinience sampling, yang dimana Kriteria inklusi dalam pada penelitian ini adalah perempuan atau laki-laki yang dimana berusia 60 tahun atau lebih dan tinggal di Cokrodiningratan

Silvia Ananda Ayu Pratama, Nopryan Ekadinata*

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
Korespondensi penulis: Nopryan Ekadinata. *Email: nopryan.ekadinata@umy.ac.id

DOI: https://doi.org/10.56922/quilt.v6i7.3137

serta datang langsung ketika dilakukan pemeriksaan rutin di kemantren cokrodiningratan pada bulan Februari 2026. Kriteria eklusi pada penelitian ini yaitu lansia yang tidak mengikuti pemeriksaan kesehatan tidak dipilih dalam penelitian ini.

Variabel *dependent* yang digunakan dalam penelitian ini status hipertensi. Tekanan darah diukur menggunakan alat tensimeter satu persatu setiap respondennya. Alat tensimeter yang digunakan pada penelitian ini yaitu merk omron. Tensimeter omron adalah sebuah alat digital untuk mengukur tekanan darah menggunakan metode osilosmetrik. Alat dapat digunakan untuk mengukur tekanan darah sistolik dan diastolik dan manset dapat disesuaikan dengan lengan responden. Penggunaan Pengambila data dilakukan oleh mahasiswa profesi Ners Universitas Muhammadiyah Yogyakarta dan Petugas Kesehatan Puskesmas Jetis. Status hipertensi dalam penelitian ini dikategorikan menjadi 2 kelompok dimana pasien dikatakan hipertensi apabila hasil sistolik ≥ 140mmHg dan diastolik ≥90 mmHg. Sedangkan, sistolik <140 mmHg dan diastolik <90 mmHg termasuk kedalam kategori tidak hipertensi (Moiz et al., 2024).

Variabel *Independent* di dalam penelitian ini yaitu tingkat kesepian. Tingkat kesepian dalam penelitian diukur menggunakan UCLA 3 item (Guo et al., 2021). UCLA 3 item berisi 3 pertanyaan diantaranya ”Apakah anda sering merasa kekurangan teman” ”Apakah anda sering merasa dikucilkan” ”Apakah anda sering merasa terpisah dari orang lain” dengan 3 pilihan 1: Jarang hampir tidak pernah, 2: Kadang-kadang dan 3: sering. Skor yang didapatkan 3-5 dikatakan tidak kesepian dan 6-9 termasuk kedalam kategori kesepian. Penggunaan instrument UCLA 3 item sudah banyak digunakan secara luas oleh beberapa penelitian sebelumnya (Bottaro et al., 2023; Blanco et al., 2025).

Analisa univariat dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui distribusi data dan presentase dari setiap variabel. Pada penelitian ini menganalisis karakteristik dari variabel penelitian: Jenis kelamin, tingkat pendidikan, status hipertensi dan tingkat kesepian. Analisa Bivariat pada penelitian ini menggunakan uji *chi square* untuk mengetahui hubungan antara variabel *independent* dan *dependent*. Uji *Chi square* dikatakan signifikan apabila p-value <0,05 dan dikatakan tidak signifikan ≥0,05 (Dr.Valarmathi et al., 2024).

Silvia Ananda Ayu Pratama, Nopryan Ekadinata*

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
Korespondensi penulis: Nopryan Ekadinata. *Email: nopryan.ekadinata@umy.ac.id

DOI: https://doi.org/10.56922/quilt.v6i7.3137

HASIL

Tabel 1. Data Karakteristik Responden (N=67)

Variabel	Hasil
Jenis Kelamin	
Laki-laki	27/40.30
Perempuan	40/59.70
Tingkat Pendidikan	
SD/Sederajat	12/17.91
SMP/Sederajat	10/14.93
SMA/Sederajat	33/49.25
Perguruan Tinggi	12/17.91
Status Hipertensi	
Ya	35/52.24
Tidak	32/47.76
Status Kesepian	
Ya	53/79.10
Tidak	14/20.90

Tabel 1. menunjukkan bahwa responden penelitian ini mayoritas adalah perempuan dengan total 40 (59,70%) responden. Mayoritas tingkat pendidikan pada penelitian ini adalah SMA/Sederajat dengan total 33 (49,25%) responden. Selanjutnya, mayoritas lansia dengan status hipertensi sebanyak 35 (52,24%) responden. Selain itu, status kesepian pada penelitian ini mayoritas mengalami kesepian dengan total 53 (79,10%) responden.

Tabel 2. Hubungan antara tingkat kesepian dan status hipertensi pada lansia (N=67)

Variabel	Status Hipertensi		P-value*
Status kesepian	Ya	Tidak	0,001
Ya	33	20	
Tidak	2	12	

Tabel 2. menunjukkan bahwa hasil dari uji *chi-square* terkait hubungan antara Tingkat kesepian dan status hipertensi pada lansia didapatkan hasil nilai P-value 0,001 atau <0,05 yang dimana terdapat hubungan antara Tingkat kesepian dan status hipertensi pada lansia di wilayah perkotaan. Hasil cross tab dari tabel diatas menunjukkan status hipertensi dan kesepian di wilayah perkotaan. Mayoritas dari hasil tabel diatas lansia mengalami kesepian dan memiliki status hipertensi sebanyak 33 responden.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan nilai p value sebesar 0,001 yang dimana p value <0,05 sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara status hipertensi dengan Tingkat kesepian pada lansia. Penelitian yang dilakukan Yan et al., (2024) terdapat perbedaan yang signifikan Tingkat kesepian pada lansia dengan hipertensi dan tanpa hipertensi yang dimana lansia dengan hipertensi memiliki Tingkat kesepian yang lebih tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Xiao et al., (2025) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status hipertensi dan tingkat kesepian karena kesepian merupakan salah satu bentuk dari stress psikologis yang bisa mengakibatkan peningkatan tekanan darah.

Silvia Ananda Ayu Pratama, Nopryan Ekadinata*

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
Korespondensi penulis: Nopryan Ekadinata. *Email: nopryan.ekadinata@umy.ac.id

DOI: https://doi.org/10.56922/quilt.v6i7.3137

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Yazawa et al., (2022) orang yang mengalami kesepian cenderung memiliki perilaku kesehatan yang buruk karena menganggap lingkungan sekitar sebagai ancaman sehingga dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah. Selain itu, kesepian dapat mempengaruhi penyakit kardiovaskuler salah satunya hipertensi dimana Ketika individu mengalami kesepian dapat terjadinya stress sehingga berdampak terhadap perilaku sehari hari yang mengakibatkan tekanan darah tidak terkontrol (Nakou et al., 2025).

Berdasarkan penelitian Song et al., (2022) lansia sangat beresiko mengalami kesepian karena lansia yang memiliki masalah Kesehatan seperti hipertensi, diabetes, penyakit jantung dan sebagainya dapat menurunkan kemampuan dalam melakukan aktivitas fisik, keterbatasan dalam melakukan kegiatan dan berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Kondisi kesepian yang dirasakan oleh masing-masing individu dapat meningkatkan hormon kortisol yang menyebabkan terjadinya stress sehingga tekanan darah tidak dapat terkontrol dengan baik (Yousefi et al., 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Wang et al., (2024) mengatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status hipertensi dan tingkat kesepian karena kesepian merupakan perasaan yang dirasakan oleh setiap individu dimana tidak langsung mempengaruhi peningkatan tekanan darah. Terjadinya peningkatan tekanan darah diakibatkan oleh kurangnya aktivitas fisik, Menurut hasil meta analisis hubungan antara kesepian dan penyakit kardiovaskuler tidak konsisten karena sebagian menunjukkan adanya hubungan dan sebagian tidak terdapat hubungan yang signifikan (Abdelwahab et al., 2024).

Faktor-faktor yang mendukung terkontrolnya tekanan darah pada lansia yang tidak mengalami kesepian karena terdapat dukungan sosial dari lingkungan sekitar seperti keluarga dan teman sebaya yang dapat berperan untuk memotivasi gaya hidup yang sehat serta meningkatkan kepatuhan minum obat (Salari et al., 2025). Kualitas hidup yang baik berhubungan dengan keterlibatan dalam aktivitas fisik dan sosial serta memiliki rutinitas yang terstruktur maupun interaksi social sehari-hari sehingga lansia tidak mengalami kesepian (Zaharia et al., 2024). Sehingga, lansia yang tidak mengalami kesepian cenderung memiliki tekanan darah yang terkontrol karena memiliki dukungan sosial dan kualitas hidup yang baik.

Penelitian yang dilakukan memiliki kelemahan seperti sampel yang digunakan sebanyak 67 responden yang dimana sampel dalam kategori kecil sehingga belum dapat menggambar fenomena populasi secara luas. Selain itu metode penelitian yang digunakan yaitu cross-sectional dimana tidak bisa mengkaji hubungan secara causal antara kesepian dan status hipertensi, sehingga perlu adanya penelitian cohort untuk penelitian lanjutan. Kekuatan yang terdapat dalam penelitian ini yaitu menggambarkan data primer. Fenomena hubungan status kesepian dan hipertensi secara lebih aktual.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status hipertensi dengan tingkat kesepian pada lansia di wilayah cokdoriningratan, Jetis, Yogyakarta dengan hasil p-value 0,001. Lansia yang mengalami kesepian mayoritas memiliki tekanan darah yang tidak terkontrol dibandingkan dengan lansia yang tidak mengalami kesepian.

DAFTAR PUSTAKA

Abdelwahab, S. I., Zaino, M. R., Abdallah, A., Altraifi, A., Hakami, N., Amin, E. I. El, Alshehri, M. M., Alghamdi, S. M., Alqahtani, A. S., Alenazi, A. M., Alqahtani, B., Alhowimel, A., & Uddin, S. (2024). The impact of social isolation and loneliness on cardiovascular disease risk factors : a systematic review , meta - analysis , and bibliometric investigation. *Scientific Reports*, 1–15.

Bissett, M., Aggar, C., Hockings, M., Prassos, T., & Baker, J. R. (2026). *An integrative review of loneliness and quality of life in older adults who lived alone during COVID-19 : considerations for supporting reconnection*.

Silvia Ananda Ayu Pratama, Nopryan Ekadinata*

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
Korespondensi penulis: Nopryan Ekadinata. *Email: nopryan.ekadinata@umy.ac.id

DOI: https://doi.org/10.56922/quilt.v6i7.3137

Blanco, J. R., Baeza, A. G., de Miguel Buckley, R., De La Torre-Lima, J., Cano Smith, J., & Olalla, J. (2025). Loneliness and social isolation in people with HIV. *Current Opinion in HIV and AIDS*, *20*(2), 172–182.

Bottaro, R., Valenti, G. D., & Faraci, P. (2023). *Assessment of an Epidemic Urgency : Psychometric Evidence for the UCLA Loneliness Scale Assessment of an Epidemic Urgency : Psychometric Evidence for the UCLA Loneliness Scale*. *1578*.

Burlacu, A., Kuwabara, M., & Brinza, C. (2025). *Key Updates to the 2024 ESC Hypertension Guidelines and Future Perspectives*. 1–13.

Chen, F., Lee, C., Chen, Y., Lin, Y., Yeh, C., Lin, C., & Cheng, H. (2025). Journal of the Formosan Medical Association Pathophysiology and blood pressure measurements of hypertension in the elderly. *Journal of the Formosan Medical Association*, *124*(S1), S10–S16.

Dr.Valarmathi, Hemapriya, M., Jasmine, D., & S., S. (2024). *CHI-SQUARE TESTS: A QUICK GUIDE FOR HEALTH RESEARCHERS*. *12*(10), 1214–1222.

Fan, Z., Shi, X., Lu, X., Zhang, J., & Li, L. (2025). Impact of self-stigma of loneliness on psychological distress in older adults: mediation effect of relative deprivation and moderation effect of positive solitude. *Fan et Al. BMC Geriatrics*, 14.

Guo, L., An, L., Luo, F., & Yu, B. (2021). *Social isolation , loneliness and functional disability in Chinese older women and men : a*. *December 2020*, 1222–1228.

Kim, J. H., & Thiruvengadam, R. (2024). Hypertension in an ageing population : Diagnosis , mechanisms , collateral health risks , treatments , and clinical challenges. *Ageing Research Reviews*, *98*(July 2023), 102344. https://doi.org/10.1016/j.arr.2024.102344

Moiz, A., Zolotarova, T., & Eisenberg, M. J. (2024). Annals of Medicine Outpatient management of essential hypertension : a review based on the latest clinical guidelines. *Annals of Medicine*, *56*(1).

Nakou, A., Dragioti, E., Nektaria, N. B., & Varvara, Z. (2025). *Loneliness , social isolation , and living alone : a comprehensive systematic review , meta-analysis , and meta-regression of mortality risks in older adults*. 1–21.

Salari, N., Najafi, H., Rasoulpoor, S., Canbary, Z., Heidarian, P., & Mohammadi, M. (2025). *The global prevalence and associated factors of loneliness in older adults: a systematic review and meta-analysis*.

Song, J., Wu, H., Lan, H., & Xu, D. (2022). *The Influence of Disease Status on Loneliness of the Elderly : Evidence from Rural China*.

Unwanah, L., & Ramtana, S. D. (2023). *Profil Kesehatan Yogyakarta Tahun 2023* (S. D. Ramtana, N. D. Iriani, A. W. Hardini, & M. A. Romdhoni (eds.)).

Wang, S., Zhang, H., Lou, Y., You, Q., Jiang, Q., & Cao, S. (2024). Association of social isolation and loneliness with the risk of hypertension in middle aged and older adults : Findings from a national representative longitudinal survey. *Journal of Affective Disorders*, *349*(January), 577–582.

Xiao, S., Yi, Z., Wu, Y., Hao, M., & Liu, L. (2025). Loneliness , living habits and hypertension among people over 60 years old in rural areas of Northeast China : Across-sectional study. *Frontiers in Public Health*, *December*, 1–10.

Yan, K., Gao, S., Sun, Q., & Wang, K. (2024). *Association of daily physical activity with hypertension , depressive symptoms , loneliness , and poor sleep quality in aged 60 – 79 older adults*. 1–10.

Silvia Ananda Ayu Pratama, Nopryan Ekadinata*

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
Korespondensi penulis: Nopryan Ekadinata. *Email: nopryan.ekadinata@umy.ac.id

DOI: https://doi.org/10.56922/quilt.v6i7.3137

Yazawa, A., Inoue, Y., Yamamoto, T., Watanabe, C., & Tu, R. (2022). *Can social support buffer the association between loneliness and hypertension ? a cross-sectional study in rural China*. 1–13.

Yousefi, Z., Sameie-sis, S., Targhi, S. T., Araj-khodaei, M., Sanaie, S., & Adams, C. (2023). *Loneliness as a Predictor of Hypertension in Older Adults : The TOPS Study*. 1–6.

Zaharia, G., Ib, V., & Cauli, O. (2024). *The Long-Lasting Effect of Multidisciplinary Interventions for Emotional and Social Loneliness in Older Community-Dwelling Individuals : A Systematic Review*. 3847–3863.

Zhang, J., Zhang, Y., Wu, Z., & Fu, X. (2024). *Enhancing understanding of healthy aging based on time-varying dependencies among multidimensional health , life satisfaction , and health behaviors of older adults aged 60 years and over*. 1–17.

Zhang, W., & Zhang, J. (2025). *Social isolation and cognitive decline in older adults : a longitudinal study across 24 countries*.

Silvia Ananda Ayu Pratama, Nopryan Ekadinata*

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
Korespondensi penulis: Nopryan Ekadinata. *Email: nopryan.ekadinata@umy.ac.id

DOI: https://doi.org/10.56922/quilt.v6i7.3137