



**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN DERAJAT
HIPERTENSI DI UPTD PUSKESMAS JIMBARAN
KABUPATEN SEMARANG**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan

Oleh :

ANGGITA KURNIA SARI

NIM. 010118A013

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

2022

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Keperawatan
Skripsi, Januari 2022
Anggita Kurnia Sari
010118A013

**Hubungan Tingkat Stres Dengan Derajat Hipertensi Di UPTD Puskesmas
Jimbaran Kabupaten Semarang**

ABSTRAK

Latar Belakang : Stres merupakan respon tidak spesifik dari tubuh terhadap tuntutan-tuntutan yang diterimanya, fenomena universal yang tidak dapat dihindari dalam suatu kehidupan seseorang. Stres berkepanjangan dapat menjadikan tubuh melakukan pembiasaan dan membuat perubahan patologis. Gejala yang muncul dapat berupa penyakit hipertensi. Banyak faktor yang dapat memicu terjadinya hipertensi yakni umur, jenis kelamin, genetik, kurang aktivitas fisik dan stres. Kondisi stres yang bersifat kontinu atau terus-menerus dapat mempengaruhi hormon adrenal dan memacu jantung berdenyut lebih kuat sehingga terjadi peningkatan tekanan darah.

Tujuan : Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan derajat hipertensi di UPTD Puskesmas Jimbaran Kabupaten Semarang

Metode : Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, desain penelitian *analitik observasional*, dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada anggota Prolanis dengan hipertensi sebanyak 40 orang, sampel yang digunakan berjumlah 29 responden dengan teknik *accidental sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner DASS 42. Analisis data menggunakan uji *kendall tau-c*.

Hasil : Nilai p value $(0,001) < \alpha (0,05)$ yang berarti ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan derajat hipertensi.

Kesimpulan : Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan derajat hipertensi di UPTD Puskesmas Jimbaran Kabupaten Semarang.

Saran : Bagi responden diharapkan dapat mengontrol stres dengan manajemen stres. Bagi tempat penelitian disarankan memberikan penyuluhan mengenai teknik-teknik dalam mengurangi stres.

Kata Kunci : Tingkat Stres, Hipertensi

Ngudi Waluyo University
Bachelor of Nursing Study Program
Final Project, January 2022
Anggita Kurnia Sari
010118A013

**The Correlation Between Stress Level And Hypertension Degrees In
Jimbaran Public Health Center Working Area, Semarang Regency**

ABSTRAC

Background : Stress is a non-specific response of the body to the demands it receives, a universal phenomenon that cannot be avoided in a person's life. Prolonged stress can be a habit and cause pathological changes with one of the symptoms is hypertension. Many factors can trigger hypertension namely age, gender, genetics, lack of physical activity and stress. Continuous stress conditions can affect the adrenal hormones and stimulate the heart to beat stronger, resulting in an increase in blood pressure.

Objective : The objective of this study is to determine the correlation between stress level and the degrees of hypertension in Jimbaran Public Health Center working area, Semarang Regency.

Methods : This study used quantitative methods, observational analytical research design, with a cross sectional approach. The population of Prolanis member with hypertension were 40 people, the sample was 29 respondents taken with accidental sampling technique. The research instrument used the DASS 42 questionnaire. Data analysis used the Kendall tau-c test.

Result : The p value $(0.001) < (0.05)$ which means that there is a significant relationship between stress level and degrees of hypertension.

Conclusion : There is significant relationship between stress level and the degrees of hypertension in Jimbaran Public Health Center working area, Semarang Regency.

Suggestion : Respondents are expected to be able to control stress using stress management. It is recommended to provide counseling techniques to reduce stress.

Keyword : Stress Level, Hypertension

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul :
**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN DERAJAT HIPERTENSI DI
UPD PUSKESMAS JIMBARAN KABUPATEN SEMARANG**

Oleh :
**ANGGITA KURNIA SARI
NIM. 010118A013**

Telah dipertahankan dan diujikan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1
Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo, pada :
Ungaran, 4 Februari 2022

Tim Penguji
Ketua/Pembimbing Utama

Ns. Yunita Galih Yudanari, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0612067802

Anggota/Penguji 1

Anggota/Penguji 2

Ns. Faridah Aini, S.Kep., M.Kep., Sp.KMB.
NIDN. 0629037605

Ns. Fiki Wijayanti, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0609018805

Ketua Program Studi S1 Keperawatan

Dekan Fakultas Kesehatan

Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes.
NIDN. 0614087402

Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0627097501

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : Anggita Kurnia Sari

NIM : 010118A013

Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi berjudul "**Hubungan Tingkat Stres dengan Derajat Hipertensi di UPTD Puskesmas Jimbaran Kabupaten Semarang**" adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di perguruan tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebutkan nama pengarang dan judul asal serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpanan dan ketidakbenaran di dalam penelitian ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang sudah saya peroleh dan sanksi lain dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Ungaran, Januari 2022

Yang membuat pernyataan


Anggita Kurnia Sari

PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : Anggita Kurnia Sari

NIM : 010118A013

Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas
Ngudi Waluyo

Dengan ini menyatakan memberikan kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, mempublikasi Skripsi saya yang berjudul **“Hubungan Tingkat Stres Dengan Derajat Hipertensi Di UPTD Puskesmas Jimbaran Kabupaten Semarang”** untuk kepentingan akademik.

Ungaran, Januari 2022
Yang Membuat Pernyataan

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Anggita Kurnia Sari', written over a faint, larger signature.

Anggita Kurnia Sari

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

DATA PRIBADI

Nama : Anggita Kurnia Sari
Tempat/tanggal lahir : Kab.Semarang/3 Maret 2000
Agama : Islam
Alamat : Dsn. Sorogenen rt 04/rw 03, Ds. Samban, Kec. Bawen,
Kab. Semarang, Provinsi Jawa Tengah.

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD Negeri Samban 01 : Tahun 2006 - 2012
2. SMP Negeri 01 Bandungan : Tahun 2012 - 2015
3. SMA Islam Sudirman Ambarawa : Tahun 2015 - 2018
4. Universitas Ngudi Waluyo : Tahun 2018 – sekarang

DATA ORANG TUA

Nama Ayah : Samsuri
Nama Ibu : Umum Suprihati

Pekerjaan

Ayah : Buruh
Ibu : Karyawati

Agama : Islam

Alamat: Dsn. Sorogenen rt 04/rw 03, Ds. Samban, Kec. Bawen, Kab. Semarang,
Provinsi Jawa Tengah.

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya, sehingga skripsi dengan judul **“Hubungan Tingkat Stres dengan Derajat Hipertensi di UPTD Puskesmas Jimbaran Kabupaten Semarang”** ini dapat terselesaikan dengan baik. Keberhasilan dalam penyusunan skripsi penelitian ini tidak lepas dari arahan, bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak baik secara lisan maupun tulisan, maka perkenankanlah peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum, selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep., selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes., selaku ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo.
4. Ns. Yunita Galih Yudanari, S.Kep., M.Kep., selaku pembimbing utama yang telah banyak meluangkan waktu dalam memberikan bimbingan dan arahan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
5. Dosen dan seluruh staf Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan banyak ilmu yang bermanfaat kepada penulis.
6. Kepada kedua orang tua saya Bapak Samsuri dan Ibu Umum Suprihati dan seluruh keluarga yang telah memberikan kasih sayang, doa, dukungan dan motivasi.

7. Kepada rekan dekat saya dan teman – teman seperjuangan S1 Keperawatan angkatan 2018 yang telah memberikan motivasi serta dukungannya.
8. Dan kepada seluruh pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna, maka dari itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi tercapainya kesempurnaan skripsi ini.

Akhir kata penulis sampaikan terimakasih kepada semua pihak yang telah berperan serta dalam penyusunan skripsi ini dari awal sampai akhir. Semoga Allah SWT senantiasa meridhai segala usaha kita, Aamiin.

Ungaran, Januari 2022

Anggita Kurnia Sari

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI	iv
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	v
PERNYATAAN KESEDIAAN PUBLIKASI.....	vi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	vii
ABSTRAK BAHASA INDONESIA.....	viii
ABSTRAK BAHASA INGGRIS	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan	6
D. Manfaat	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Konsep Hipertensi.....	8
B. Konsep Stres	17
C. Kerangka Teori.....	27
D. Kerangka Konsep.....	28
E. Hipotesis.....	28
BAB III METODE PENELITIAN.....	29
A. Desain Penelitian.....	29
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	29
C. Populasi dan Sampel	29

D. Definisi Oprasional	31
E. Prosedur Pengumpulan Data	32
F. Etika Penelitian	37
G. Pengolahan Data.....	38
H. Analisis Data	40
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	42
A. Hasil Penelitian	42
B. Hasil Pembahasan	45
C. Keterbatasan Penelitian.....	52
BAB V PENUTUP.....	53
A. Simpulan	53
B. Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN.....	59

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	27
Gambar 2.3 Kerangka Konsep	28