

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