

ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG BERPENGARUH TERHADAP TINGKAT STRESS PADA PENDERITA HIPERTENSI DI USIA PRODUKTIF

Ezarzora Bunga Shanabilla^{1*}, Merry Tiyas Anggraini², Nina Anggraeni Noviasari³

¹Mahasiswa Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Semarang

²⁻³Dosen Fakultas Kedokteran, Departemen Kedokteran Keluarga, Universitas Muhammadiyah Semarang

*)Email Korespondensi : ezarzora.shan@gmail.com

Abstract: Analysis of Factors That Influence Stress Level In Hypertension Patients In Productive Age. *Introduction: Stress affects almost 350 million people worldwide, making it the 4th most common disease in the world. Stress levels, both acute and chronic stress have a damaging effect on the function of the cardiovascular system. Stress is one of the risk factors that can trigger increased blood pressure, especially for patients with hypertension, currently hypertension occurs not only in the elderly but also in productive age due to risk factors that increase stress. Research objective: In this study it is important to know the factors that influence stress levels in hypertensive patients at productive age aimed at reducing complications from stress and death from hypertension. Research method: Quantitative method, identified using descriptive analytical design and Cross Sectional approach. Results: The results between stress levels and gender obtained a value of $p = 0.052$, which is no relationship. Stress level with education level $p = 0.650$, which is no relationship. Stress level with work p value = 0.588 , which is no relationship. Stress level with family support p value = 0.016 , which is a relationship. This study shows that there is a relationship between stress levels and family support and there is no relationship between stress levels and gender and stress levels and education levels, stress levels and jobs. Conclusion: Stress can be experienced by people in productive age, there are many hypertension sufferers in productive age who complain about pressure or demands on themselves and one of the factors that influences stress levels is family support.*

Keywords: Age, Family Support, Gender, Hypertention, Stress factors

Abstrak: Analisis Faktor-Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Tingkat Stress Pada Penderita Hipertensi Di Usia Produktif. Stres mempengaruhi nyaris melampaui 350 juta masyarakat dunia, demikian ini membuatnya menjadi penyakit ke-4 terbanyak di dunia. Tingkat stress, baik stress akut atau kronis memiliki efek merusak fungsi sistem kardiovaskular. Stres merupakan salah satu faktor resiko yang dapat memacu peningkatan tekanan darah khususnya bagi pasien dengan penyakit hipertensi, pada masa sekarang hipertensi terjadi tidak hanya pada lansia namun pada usia produktif diakibatkan faktor resiko yang meningkatkan stress. Pada penelitian ini penting untuk mengetahui faktor yang berpengaruh terhadap tingkat stress pada penderita hipertensi diusia produktif ditujukan untuk mengurangi komplikasi dari stress dan kematian akibat penyakit Hipertensi. Metode kuantitatif, diidentifikasi menggunakan desain deskriptif analitik serta pendekatan *Cross Sectional*. Hasil uji *Chi Square* antara tingkat stress dan jenis kelamin didapatkan nilai $p=0,052$ yaitu tidak ada hubungan. Tingkat stress dengan tingkat pendidikan $p=0,650$ yaitu tidak ada hubungan. Tingkat stress dengan pekerjaan nilai $p=0,588$ yaitu tidak ada hubungan. Tingkat stress dengan dukungan keluarga nilai $p=0,016$ yaitu terdapat hubungan. Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stress dengan dukungan keluarga dan tidak ada hubungan antara

tingkat stress dengan jenis kelamin dan tingkat stress dengan tingkat pendidikan tingkat stress dengan pekerjaan. Stres dapat dialami masyarakat di usia produktif, ada banyak penderita hipertensi di usia produktif yang mengeluh atas adanya tekanan maupun tuntutan dalam dirinya dan salah satu faktor yang berpengaruh pada tingkat stress yaitu dukungan keluarga.

Kata Kunci: Dukungan keluarga, Faktor stres, Hipertensi, Jenis Kelamin, Usia

PENDAHULUAN

Stres dapat didefinisikan sebagai kondisi saat seseorang merasa khawatir maupun mengalami ketegangan mental akibat suatu keadaan yang kompleks. Stres merupakan reaksi alami tubuh yang memacu guna menangani tantangan serta ancaman dalam hidup. Semua individu mengalami stres hingga tingkat tertentu (WHO, 2019). Tingkat stress penderita hipertensi dapat dipengaruhi oleh faktor, antarlain jenis kelamin, usia, pernikahan, pekerjaan, tingkat pendidikan, perokok, alkohol, obesitas dan dukungan keluarga (Singh & Shankar, 2017). *World Health Organization* (WHO), melaporkan bahwa insiden terkait stres cukup umum terjadi di berbagai penjuru dunia. Stres mempengaruhi nyaris melampaui 350 juta masyarakat dunia, demikian ini membuatnya menjadi penyakit ke-4 terbanyak di dunia. Sementara itu, diperkirakan 1,33 juta orang di Indonesia mengalami stres atau gangguan kesehatan mental. Stres akut, atau stres berat, berpengaruh pada 1-3% populasi, dimana jumlah tersebut mencapai 14%. Pada tahun 2006, Jawa Tengah dilaporkan sebanyak 704.000 individu mengalami masalah kejiwaan, 608.000 individu mengalami stres, dan 96.000 lainnya didiagnosa menderita kegilaan. Data dari WHO mengungkapkan bila 3 per mil dari kurang lebih 32 juta masyarakat Jawa Tengah mengalami masalah gangguan jiwa dan 19 per mil lainnya mengalami stress. Angka tersebut bila dipresentasikan, maka berjumlah sekitar 2,2 persen dari keseluruhan penduduk Jawa Tengah (WHO, 2019) (Ambarwati dkk, 2017).

Tingkat stress, baik stress akut atau kronis memiliki efek merusak fungsi sistem kardiovaskular. Efek stress pada sistem kardiovaskular tidak hanya bersifat stimulasi tetapi juga bersifat penghambat. Dapat didalilkan bahwa

stress menyebabkan aktivasi sistem saraf otonom dan secara tidak langsung mempengaruhi fungsi sistem kardiovaskular. Stres berupa salah satu faktor resiko yang dapat memacu peningkatan tekanan darah khususnya bagi pasien dengan penyakit hipertensi yang diderita pada usia produktif (Singh dkk, 2017). Beberapa faktor yang menyebabkan stress dapat dilihat berdasarkan data terdahulu yang telah dijalankan di puskesmas rapak mahang. Stres dapat dialami masyarakat di usia produktif, mengacu pada survei pendahuluan yang telah dijalankan di Puskesmas Rapak Mahang Kabupaten Kutai Kartanegara Provinsi Kalimantan Timur didapati bila ada banyak penderita hipertensi di usia produktif yang berkunjung guna menjalani pemeriksaan di puskesmas tersebut. Para pasien mengeluh atas adanya tekanan maupun tuntutan dalam dirinya, contohnya tuntutan ekonomi, tuntutan pekerjaan, dan hal lain yang memicu terjadinya stress dalam diri pasien (Islami dkk, 2015). Pentingnya mengetahui faktor yang berpengaruh terhadap tingkat stress pada penderita hipertensi diusia produktif ditujukan untuk mengurangi komplikasi dari stress dan kematian akibat penyakit Hipertensi (Singh dkk, 2017).

METODE

Metode kuantitatif diterapkan pada penelitian ini. Data penelitian dikumpulkan melalui pemberian beberapa pertanyaan. Korelasi antara variabel bebas dan variabel terikat diidentifikasi menggunakan desain deskriptif analitik serta pendekatan *Cross Sectional*, identifikasi hubungan berlangsung sesaat dan secara bersamaan. Variabel terikat dalam studi ini yaitu tingkat stress, dan variabel bebas dalam studi ini yaitu tingkat pendidikan, jenis kelamin, pekerjaan dan

dukungan keluarga. Studi ini dilaksanakan di Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang pada bulan Februari 2022. Populasi penelitian ini yaitu penderita hipertensi di usia produktif pada di Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang pada tahun 2022. Data yang dirujuk diperoleh dengan teknik *Simple Random Sampling*, yakni pemilihan sampel secara acak dari populasi dengan mengacu pada frekuensi probabilitas keseluruhan anggota populasi. Pada penelitian ini, peneliti memilih sebanyak 30 total sampel. Kriteria Inklusi pada penelitian ini yaitu usia 17 – 47 tahun, menderita hipertensi dalam kurun waktu 1-5 tahun, minimal pendidikan SD, memiliki kemampuan baca tulis dan tidak memiliki gangguan penglihatan seperti kebutaan. Kriteria Eksklusi pada penelitian ini adalah responden dengan riwayat penyakit kronis (stroke, jantung, DM), responden dengan kondisi kegawatdaruratan, penderita hipertensi mengalami komplikasi yang mengakibatkan terganggunya proses penelitian dan responden tidak berada di tempat selama penelitian.

Angket (kuesioner) diaplikasikan dalam proses pengumpulan data. Lembar persetujuan juga dibagikan sebagai bukti responden berkenan berpartisipasi dalam penelitian. Responden akan menerima formulir persetujuan dan kuesioner secara acak,

kemudian itu mereka akan diminta untuk mengisi formulir tersebut. Jika terdapat bagian kuesioner yang belum dipahami responden, maka responden diberi kesempatan guna mengajukan pertanyaan pada saat proses pengisian oleh peneliti. Responden akan mengirimkan kembali kuesioner yang telah diisi kepada peneliti. Setelah itu, peneliti akan memastikan bahwa setiap pertanyaan kuesioner telah terjawab. Setelah pengumpulan, semua data akan diperiksa. Analisis data univariat dan bivariat akan diaplikasikan untuk mendapatkan hasil yang diinginkan. Uji *Chi Square* dijalankan untuk analisis bivariat. Penelitian ini telah mendapat persetujuan dari KEPK N0.001/KEPK-FK/UNIMUS/2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang.

HASIL

Tabel 1 memuat distribusi responden menurut kategori jenis kelamin dari 30 responden selaku subjek penelitian dengan jumlah 11 orang (36,7%) laki-laki dan 19 orang (63,3%) perempuan.

Tabel 2 menampilkan subjek penelitian dengan tingkat pendidikan SD yakni sejumlah 1 orang (3,3%), kemudian tingkat pendidikan SMP sejumlah 0 orang (0%), SMA/SML sejumlah 9 orang (30,0%), serta tingkat pendidikan PT sejumlah 20 orang (66,7%).

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Kategori Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	11	36,7
Perempuan	19	63,3
Total	30	100

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Kategori Tingkat Pendidikan

Tingkat Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
SD	1	3,3
SMP	0	0
SMA/SMK	9	30,0
PT	20	66,7
Total	30	100

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Kategori Pekerjaan

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
PNS	10	33,3
Swasta	8	26,7
Lain-lain	12	40,0
Total	30	100

Tabel 3 menampilkan subjek penelitian yang memiliki pekerjaan PNS yaitu sejumlah 10 orang (33,3%), kemudian pekerjaan swasta berjumlah 8 orang (26,7%) dan lain-lain berjumlah 12 orang (40,0%). Berdasarkan tabel 4 diketahui distribusi responden menurut kategori dukungan keluarga dengan dukungan keluarga baik yaitu sejumlah 13 orang (43,3%), cukup yaitu sejumlah 5 orang (16,7%) dan kurang sejumlah 12 orang (40,0%).

Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Kategori Dukungan Keluarga

Dukungan Keluarga	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	10	33,3
Cukup	8	26,7
Kurang	12	40,0
Total	30	100

Tabel 5. Distribusi responden berdasarkan Kategori Tingkat Stress

Tingkat Stress	Frekuensi	Persentase (%)
Ringan	5	16,7
Sedang	13	43,3
Berat	12	40,0
Total	30	100

Berdasarkan tabel 5 didapatkan distribusi responden berdasarkan kategori tingkat stress dengan tingkat stress ringan yaitu berjumlah 5 orang (16,7%), sedang yaitu berjumlah 13 orang (43,3%), dan berat yaitu 12 orang (40,0%). Dari hasil uji hipotesis dengan uji *Chi Square* guna meninjau hubungan antara tingkat stress dan jenis kelamin. Dalam hasil wawancara menggunakan kuesioner pada responden berjenis kelamin laki-laki ditemukan 7 orang mengalami stress berat, 1 orang mengalami stress ringan, dan 3 orang mengalami stress sedang. Sedangkan pada responden berjenis kelamin perempuan terdapat 4 orang mengalami stress ringan, responden 10 orang mengalami stress sedang dan 5 orang mengalami stress berat. Pada uji *Chi Square* memberikan nilai $p > 0,052$ ($p > 0,05$), yang menandakan bila tidak terdapat hubungan.

Tabel 6. Distribusi Tingkat Stress dengan Jenis Kelamin

Variabel	Tingkat Stress						Total		P-Value	
	Ringan		Sedang		Berat		N	%		
	N	%	N	%	N	%				
Jenis kelamin	Laki-laki	1	9,1	3	27,3	7	63,6	11	100	0,052
	Perempuan	4	21,1	10	52,	5	26,3	19	100	
Jumlah		5	16,7	13	43,3	12	40	30	100	

Dari hasil uji hipotesis melalui uji *Chi Square* guna mengidentifikasi hubungan antara tingkat stress dengan tingkat pendidikan. Dari wawancara menggunakan kuesioner pada responden dengan tingkat pendidikan SD ditemukan masing-masing 0 orang mengalami stress ringan dan stress sedang, serta 1 orang mengalami stress berat. Responden dengan tingkat pendidikan SMP yang mengalami stress ringan, sedang dan berat sebanyak 0 orang. Responden dengan tingkat pendidikan

SMA/SMK yang mengalami stress ringan sebanyak 2 orang, kemudian 4 orang mengalami stress sedang dan 3 orang mengalami stress berat. Responden dengan tingkat pendidikan Perguruan Tinggi yang mengalami stress ringan berjumlah 3 orang, kemudian 9 orang mengalami stress sedang, dan 8 orang mengalami stress berat. Pada uji *Chi Square* diperoleh nilai *p* adalah 0,650 ($p > 0,05$), yang menandakan tidak terdapat hubungan.

Tabel 7. Distribusi Hubungan antara Tingkat Stress dengan Tingkat Pendidikan

Variabel	Tingkat Stress						Total		P-Value	
	Ringan		Sedang		Berat		N	%		
	N	%	N	%	N	%				
Tingkat pendidikan	SD	0	0	0	0	1	100	1	100	0,650
	SMP	0	0	0	0	0	0	0	100	
	SMA/SMK	2	22,2	4	44,4	3	33,3	9	100	
	PT	3	15	9	45	8	40	20	100	
Jumlah		5	16,7	13	43,3	12	40	30	100	

Dari hasil uji hipotesis melalui uji *Chi Square* guna mengidentifikasi hubungan antara tingkat stress dengan pekerjaan. Dari hasil wawancara menggunakan kuesioner didapatkan responden dengan pekerjaan PNS memiliki stress ringan berjumlah 1 orang, responden dengan pekerjaan PNS memiliki stress sedang berjumlah 3 orang dan responden dengan pekerjaan PNS memiliki stress berat berjumlah 6 orang. Responden yang bekerja dalam lini Swasta memiliki stress ringan sebanyak 2 orang, responden dengan

pekerjaan Swasta memiliki stress sedang berjumlah 5 orang dan responden dengan pekerjaan Swasta memiliki stress berat sebanyak 1 orang. Responden dengan pekerjaan lain-lain dan mengalami stress ringan berjumlah 5 orang, mengalami stress sedang sejumlah 13 orang, dan sejumlah 12 orang mengalami stress berat. Pada uji *Chi Square* diperoleh nilai *p* adalah 0,588 ($p > 0,05$), yang menandakan tidak terdapat hubungan.

Tabel 8. Distribusi Hubungan antara Tingkat Stress dengan Pekerjaan

Variabel	Tingkat Stress						Total		P-Value	
	Ringan		Sedang		Berat		N	%		
	N	%	N	%	N	%				
Pekerjaan	PNS	1	10	3	30	6	60	10	100	0,588
		2	25	5	62,5	1	12,5	8	100	
	Swasta Lain-lain								100	
		2	16,7	5	41,7	5	41,7	12		
Jumlah		5	16,7	13	43,3	12	40	30	100	

Dari hasil uji hipotesis melalui uji *Chi Square* atas hubungan antara tingkat stress dan dukungan keluarga. Dari hasil wawancara menggunakan kuesioner pada responden dengan dukungan keluarga baik didapatkan sejumlah 3 orang mempunyai tingkat stress ringan, sejumlah 8 orang memiliki tingkat stress sedang, serta sejumlah 2 orang mempunyai tingkat stress berat. pada responden dengan dukungan keluarga cukup ditemukan 1 orang memiliki

tingkat stress ringan, 5 orang mengalami tingkat stress sedang dan 5 orang memiliki tingkat stress berat. Responden dengan dukungan keluarga kurang memiliki tingkat stress ringan dan sedang sejumlah 0 orang, dan sejumlah 5 orang mempunyai tingkat stress berat. Pada uji *Chi Square* diperoleh nilai p adalah 0,016 ($p < 0,05$), yang menandakan bila terdapat hubungan.

Tabel 9. Distribusi Hubungan antara Tingkat Stress dengan Dukungan Keluarga

Variabel	Tingkat Stress						Total	P-value		
	Ringan		Sedang		Berat					
	N	%	N	%	N	%	N		%	
Dukungan Keluarga	Baik	3	23,1	8	61,5	2	15,4	13	100	0,016
	Cukup	2	16,7	5	41,7	5	41,7	12	100	
	Kurang	0	0	0	0%	5	100	5	100	
Jumlah		5	16,7	13	43,3	12	40	30	100	

PEMBAHASAN

Stres dialami secara berbeda antara jenis kelamin, kelelahan emosional dapat terjadi pada wanita, sementara laki-laki cenderung merasa lebih depersonalisasi. Sebenarnya, perempuan berisiko lebih besar untuk masalah psikologis, karena kombinasi faktor penentu biologis dan sosial, ini termasuk stereotip gender, ketidakadilan, segregasi sosial, dan otonomi (Costa dkk, 2021). Jenis stressor akan berbeda pada gender laki-laki dan perempuan, gender mengarah pada peran serta tanggung jawab masing-masing sebagaimana jenis kelaminnya yang diberlakukan dalam berbagai keluarga, masyarakat maupun budaya yang dapat dipengaruhi oleh stress. Stres dapat datang dari situasi atau pemikiran apa pun yang membuat seseorang merasa frustrasi, cemas atau marah karena manajemennya tidak dapat diisolasi dari gender. Menurut hasil analisis *Chi Square* tidak ditemukan adanya keterkaitan antara jenis kelamin dan tingkat stress. Perlu diketahui bahwa stres merupakan keadaan dinamis saat seseorang menemui peluang masalah permintaan terkait hal yang dia kehendaki yang hasilnya dinilai pasti dan tidak pasti. Strategi manajemen yang

digunakan dapat mengurangi pengaruh negatifnya terhadap kegiatan yang akan dilakukan (Sofoluwe, 2015).

Berlandaskan pada temuan penelitian, distribusi responden menurut kategori tingkat pendidikan mengungkapkan bila jumlah responden dengan berlatar pendidikan Perguruan Tinggi lebih banyak daripada SD, SMP dan SMA. Tingkat pendidikan akan berkaitan dengan bagaimana seseorang mengambil keputusan dalam menjaga kesehatannya (Kurnia dkk, 2023). Pada penelitian ini menurut hasil uji *Chi Square* tidak ditemukan hubungan antara tingkat pendidikan dengan tingkat stress, berdasarkan penelitian mengenai tingkat stress dengan pendidikan yang didapat dari negara-negara Eropa, ditemukan individu dengan tingkat pendidikan lebih rendah mengalami stres kerja yang lebih besar sehingga perbedaan pendidikan tampaknya lebih jelas di negara-negara Eropa Timur (terutama Slovenia dan Polandia), dibandingkan dengan yang diamati di Eropa Utara, di mana Inggris, Swedia dan Denmark. Peneliti mengamati responden dengan pendidikan rendah ataupun tinggi menunjukkan tidak adanya pengaruh antara tingkat stres dengan pekerjaan sehingga hubungan

antara tingkat pendidikan dan stres perlu ditinjau lebih lanjut pada posisi pekerjaan, tidak adanya kolerasi terhadap tingkat pendidikan dengan tingkat stress dapat dipicu karena adanya kemajuan sarana dan prasarana, memicu timbulnya berbagai masalah baru yang belum pernah ditemukan sebelumnya, sehingga responden dengan tingkat pendidikan tinggi maupun rendah berpotensi mengalami efek psikologis negatif yang sama (Lunau dkk, 2015)

Mengacu dari hasil penelitian sebelumnya yang mengatakan pekerjaan dapat mempengaruhi tingkat stress, hasil dari penelitian tersebut adalah stress muncul ketika pegawai tidak mampu memenuhi apa yang menjadi tuntutan pekerjaan mereka. Ketidakjelasan apa yang menjadi tanggung jawab, kekurangan waktu dalam menyelesaikan tugas, tidak ada dukungan fasilitas untuk menjalankan pekerjaan merupakan contoh pemicu stress (Wintoro dkk, 2018), namun pada penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil distribusi responden menurut kategori pekerjaan didapati bila jumlah responden dengan kategori pekerjaan Lain-lain lebih mendominasi dibandingkan PNS dan Swasta. Menurut hasil uji *Chi Square* tidak ditemukan hubungan antara pekerjaan dan tingkat stress, responden berpartisipasi dengan karakteristik individu yang bervariasi. Stres sangat dipengaruhi oleh karakteristik individu, dalam pembentuk stressor yang nanti akan mempengaruhi tingkat stress, apabila individu mampu berperan untuk mendorong diri saat melaksanakan pekerjaannya maka individu cenderung memiliki tingkat stress yang rendah, faktor lain seperti pemahaman pola kerja yang terjadwal, pengalaman dan upah dapat mempengaruhi (Suroso, 2006)

Pada hasil penelitian ini, didapatkan hasil pada distribusi responden menunjukkan bahwa dukungan keluarga baik mendominasi dibandingkan dukungan keluarga cukup dan kurang, yang mana berdasarkan kategori dukungan keluarga yang mendapatkan dukungan keluarga baik lebih mendominasi dibandingkan

dukungan keluarga cukup dan kurang. Dari hasil uji *Chi Square* ditemukan bila dukungan keluarga berhubungan dengan tingkat stress, kondisi demikian selaras dengan penelitian yang telah dijalankan sebelumnya yakni dukungan dari anggota keluarga akan memberikan rasa nyaman, perhatian dan rasa diperhatikan (Kurnia dkk, 2023). Sesuai dengan penelitian sebelumnya, dukungan keluarga dalam memberi perlindungan pada keluarga dari dampak pemicu tekanan atau stress, sehubungan dengan ini dukungan berfungsi menjadi penahan timbulnya stress. Pihak perorangan ataupun keluarga dengan sistem dukungan sosial yang baik secara teori akan mendapatkan tekanan yang lebih rendah dibandingkan pihak perorangan maupun keluarga dengan sistem dukungan yang kurang baik. Suatu sistem dukungan akan menangkal stress dalam diri seseorang dan keluarga secara lebih cepat. Seseorang maupun keluarga dengan sistem dukungan yang baik akan mampu mengatasi permasalahan yang sulit secara lebih cepat dan tepat sasaran (McCubbin, 2001).

KESIMPULAN

hubungan antara tingkat stress dengan dukungan keluarga dan tidak ada hubungan antara tingkat stress dengan jenis kelamin dan tingkat stress dengan tingkat pendidikan tingkat stress dengan pekerjaan. Stres dapat dialami masyarakat di usia produktif, ada banyak penderita hipertensi di usia produktif yang mengeluh atas adanya tekanan maupun tuntutan dalam dirinya dan salah satu faktor yang berpengaruh pada tingkat stress yaitu dukungan keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2019). Gambaran tingkat stres mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(1), 40-47.
- Costa, C., Briguglio, G., Mondello, S., Teodoro, M., Pollicino, M., Canalella, A., ... & Fenga, C. (2021). Perceived stress in a gender perspective: a survey in a population of unemployed subjects

- of Southern Italy. *Frontiers in public health*, 9, 640454.
- Islami, K. I., Fanani, M., Herawati, E., & KJ, S. (2015). *Hubungan antara stres dengan hipertensi pada pasien rawat jalan di puskesmas rapak mahang kabupaten kutai kartanegara provinsi kalimantan timur* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Kurnia, A. D., Hariyati, S., Melizza, N., Al Husna, C. H., Amatayakul, A., & Handoko, A. (2023). Personal factors related to self-care management among people with hypertension at primary health care: A cross-sectional study. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 11(3), 203-213.
- Lunau, T., Siegrist, J., Dragano, N., & Wahrendorf, M. (2015). The association between education and work stress: does the policy context matter?. *PloS one*, 10(3), e0121573.
- McCubbin, L. (2001). Challenges to the definition of resilience [Paper presentation]. In *109th Annual Meeting of the American Psychological Association, San Francisco, CA, United States*. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED458498.pdf>.
- Paususeke, L. J., Bidjuni, H., & Lolong, J. (2015). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Dalam Penyusunanskripsi Di Fakultas Kedokteran Program Studi Ilmu Keperawatan Unsrat Manado. *Jurnal Keperawatan*, 3(2).
- Singh, S., Shankar, R., & Singh, G. P. (2017). Prevalence and Associated Risk Factors of Hypertension: A Cross-Sectional Study in Urban Varanasi. *International journal of hypertension*, 2017(1), 5491838
- Singh, S., Shankar, R., & Singh, G. P. (2017). Prevalence and Associated Risk Factors of Hypertension: A Cross-Sectional Study in Urban Varanasi. *International journal of hypertension*, 2017(1), 5491838.
- Sofoluwe, A. O., Akinsolu, A. O., & Ogbudinkpa, I. C. (2015). The relationship between gender, stress and job performance among academic staff in tertiary institutions in Anambra state, Nigeria.
- Suroso, A. I., & Siahaan, R. (2006). Pengaruh stres dalam pekerjaan terhadap kinerja karyawan: studi kasus di Perusahaan Agribisnis PT NIC. *Jurnal Manajemen & Agribisnis*, 3(1), 19-30.
- Wintoro, A. Y., Dwiputri, R. R., Yuniarti, S., Iskandarsyah, A., & Annisa, B. (2018). Mengenal lebih dekat: Stress kerja pada dokter internsip. *Journal of Psychological Science and Profesion (JPSP) Vol, 2*.
- World Health Organization. (2018). Mental health atlas 2017. Geneva: World Health Organization; 2018. *World Health Organization WHO MiNDbank*. Available from: http://www.who.int/mental_health/mindbank/en.