

**ANALISIS HUBUNGAN STRES KERJA TERHADAP KEJADIAN HIPERTENSI  
PADA PEKERJA BAGIAN OFFICE DI PT X JAKARTA****Izzatu Millah<sup>1\*</sup>, Erma Kemalasari<sup>2</sup>, Erna Veronika<sup>3</sup>**<sup>1-3</sup>Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Esa Unggul

Email Korespondensi: izzatu.millah@esaunggul.ac.id

Disubmit: 20 Agustus 2025

Diterima: 28 September 2025

Diterbitkan: 01 Oktober 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v7i10.22244>**ABSTRACT**

*Hypertension, or high blood pressure, is a serious medical condition that significantly increases the risk of heart, brain, kidney, and other diseases. The number of people with hypertension continues to increase every year. By 2025, it is estimated that 1.5 billion people will have hypertension, and it is estimated that 9.4 million people will die each year from hypertension and its complications. The prevalence of hypertension among workers in Indonesia is 15.1%. Risk factors for hypertension can be caused by various factors, including work-related stress. The excessive workload received daily often forces workers to work overtime to meet deadlines, which can trigger work-related stress. This stress, stemming from the workload, can lead to health complaints, one of which is hypertension. To determine the relationship between work-related stress and the incidence of hypertension among office workers at PT X Jakarta in 2024. A descriptive quantitative study using a cross-sectional approach. The sample consisted of 90 office workers at PT X Jakarta. The study on the relationship between work-related stress and the incidence of hypertension among office workers at PT X in 2024, using a chi-square statistical test, yielded a p-value of 0.028. There is a relationship between work-related stress and the incidence of hypertension among office workers at PT X Jakarta in 2024.*

**Keywords:** *Hypertension, Work Stress, Workers***ABSTRAK**

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi medis serius yang secara signifikan meningkatkan risiko penyakit jantung, otak, ginjal, dan penyakit lainnya. Jumlah penyandang Hipertensi terus meningkat setiap tahunnya. Pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena Hipertensi dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat Hipertensi dan komplikasinya. Prevalensi hipertensi pada pekerja di Indonesia adalah 15,1%. Faktor risiko hipertensi bisa disebabkan berbagai macam faktor, diantaranya adalah stres kerja. Beban kerja yang diterima terlalu banyak setiap harinya membuat para pekerja seringkali melakukan lembur untuk menyelesaikan deadline hal ini dapat memicu stres kerja, dari faktor stres karena beban kerja tersebut membuat beberapa pekerja mengalami keluhan kesehatan salah satunya yaitu hipertensi. Diketahuinya hubungan stres kerja dengan kejadian hipertensi pada pekerja bagian office di PT X Jakarta tahun 2024. Jenis penelitian kuantitatif deskriptif dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Sampel

merupakan pekerja bagian office di PT X Jakarta yang berjumlah 90 responden. Penelitian tentang hubungan stres kerja dengan kejadian hipertensi pada pekerja bagian office di PT X tahun 2024 dengan uji statistic chi square di peroleh nilai p (0.028). Ada hubungan stres kerja dengan kejadian hipertensi hipertensi pada pekerja bagian office di PT X Jakarta tahun 2024.

**Kata Kunci:** Hipertensi, Stres Kerja, Pekerja.

## PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan kondisi dimana tekanan darah berada di atas normal. Hipertensi dikenal juga dengan penyakit tekanan darah tinggi. Tekanan darah seseorang normalnya setara atau kurang dari 120/80 mmHg. Jika seseorang memiliki tekanan darah diatas 140/90 mmHg maka ia menderita Hipertensi (Ekasari et al, 2021). Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi medis serius yang secara signifikan meningkatkan risiko penyakit jantung, otak, ginjal, dan penyakit lainnya (WHO, 2021).

Hipertensi merupakan masalah kesehatan masyarakat yang sampai saat ini menduduki peringkat tertinggi serta terjadi pergeseran pola penyakit di masyarakat yang awalnya penyakit infeksi menjadi penyakit degeneratif. Tingginya prevalensi penyakit degeneratif salah satunya yang menjadi masalah kesehatan adalah Hipertensi. Jumlah penyandang Hipertensi terus meningkat setiap tahunnya. Pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena Hipertensi dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat Hipertensi dan komplikasinya (Kemenkes RI, 2019). Hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Salah satu target global penyakit tidak menular adalah menurunkan prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030 (WHO, 2023).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar Riskesdas tahun

2021, prevalensi hipertensi pada penduduk Indonesia yang berumur 18 tahun sebesar 34,1%, tertinggi di Kalimantan Selatan (44,1%), Banten (33,5%), Papua Barat (23,1%), Sumatera Barat (22,9%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%). Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%). Menurut data Riset Kesehatan Dasar Riskesdas (2018), 34 % penduduk DKI Jakarta mengalami hipertensi baik ringan maupun berat. Menurut data dinas kesehatan DKI Jakarta hipertensi pada kelompok umur diatas 18 tahun untuk laki- laki sebesar 34,39% dan perempuan sebesar 35,24% (Kemenkes RI, 2021).

Prevalensi hipertensi pada pekerja di Indonesia adalah 15,1%. Sementara itu, berdasarkan Riskesdas tahun 2021, prevalensi hipertensi di Indonesia secara umum adalah 34,1%. Dari prevalensi hipertensi sebesar 34,1% diketahui bahwa sebesar 8,8% terdiagnosis hipertensi dan 13,3% orang yang terdiagnosis hipertensi tidak minum obat serta 32,3% tidak rutin minum obat. Sebanyak 58 % Penderita hipertensi tidak minum obat karena mereka merasa sehat (Infodatin, 2019).

Hipertensi dipengaruhi oleh faktor-faktor yang dibagi dalam dua kelompok besar yaitu faktor yang tidak dapat diubah seperti usia, riwayat keluarga, dan jenis kelamin, serta faktor yang dapat diubah seperti, stres kerja, pola makan,

aktivitas fisik, konsumsi kopi dan kebiasaan merokok dikategorikan sebagai penyumbang utama terjadinya hipertensi (Ekasari et al, 2021). Stres kerja merupakan salah satu faktor penyebab hipertensi. Stres berlebih akan meningkatkan risiko hipertensi. Saat stres, kita mengalami perubahan pola makan, malas beraktivitas, mengalihkan stres dengan merokok atau mengonsumsi alkohol di luar kebiasaan. Hal-hal tersebut secara tidak langsung dapat menyebabkan hipertensi (Ekasari et al, 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Ervina (2022) pada pekerja sektor informal di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Jagakarsa mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan hipertensi, menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik kurang, konsumsi kopi dalam kategori sedang (3-4 gelas/hari), perokok aktif, mengalami stres kerja, dan memiliki beban kerja fisik berlebihan dengan kejadian hipertensi. Penelitian yang dilakukan oleh Fitriyani (2024) juga menunjukkan adanya hubungan antara stres kerja dengan hipertensi pada pengemudi ojek online di kota Tegal.

PT. X merupakan perusahaan yang bergerak di bidang penyedia layanan kesehatan (*health provider*) yang berfokus pada pelanggan korporasi untuk menjaga kesehatan karyawan perusahaan mitra tersebut. Perusahaan ini (bagian office) terdiri dari 7 Divisi dan 120 orang pekerja juga memiliki jaringan usaha yang tersebar hampir di seluruh Indonesia. Aktivitas harian utama yang biasa dilakukan oleh pekerja di bagian office PT. X Jakarta adalah melakukan pengecekan kesehatan, melakukan pendataan dan validasi hasil, dan kemudian menyampaikan hasil pemeriksaan tersebut kepada

konsumen. Beban kerja yang mereka tanggung terlalu banyak setiap harinya membuat para pekerja seringkali melakukan lembur untuk menyelesaikan deadline, dari faktor stres karena beban kerja membuat beberapa pekerja mengalami keluhan Kesehatan salah satunya yaitu hipertensi. Pekerja yang mengalami sakit akan lebih memilih untuk izin tidak masuk untuk bekerja sehingga beban pekerjaan akan dilimpahkan kepada pekerja lainnya. Jika dari pekerja lainnya yang diberikan pekerjaan lebih besar, maka akan banyak mengalihkan kepenatannya dalam bekerja dengan mengonsumsi makanan yang tinggi akan lemak dan garam atau bahkan mengonsumsi rokok, sehingga dengan kebiasaan buruk seperti itu

akan membuat banyak pekerja mengalami sakit salah satunya tekanan darah tinggi, karena dari beberapa pekerja yang tidak dapat menjaga pola hidup yang lebih sehat.

Berdasarkan data hasil *Medical check up* (MCU) pada pekerja di bagian *office* PT. X Tahun 2023, menunjukkan dari 138 pekerja yang melakukan MCU terdapat pekerja yang mengalami hipertensi sebanyak 18 orang (13%). Kemudian pada bulan Mei 2024 dari 120 pekerja yang MCU yang mengalami hipertensi meningkat menjadi sebanyak 24 orang (20%). Meskipun peningkatan penyakit tidak terlalu tinggi, namun penyakit hipertensi masih termasuk urutan kelima dalam 10 penyakit tertinggi tahun 2024 yang ada di PT. X.

## KAJIAN PUSTAKA

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah yang dapat mengakibatkan peningkatan angka kesakitan

(morbiditas) dan juga angka kematian (mortalitas). Hipertensi sering disebut juga sebagai *the silent killer* (pembunuh diam-diam) karena penderita tidak tahu bahwa dirinya menderita hipertensi. Tekanan darah fase sistolik 140 mmHg menunjukkan fase

darah yang sedang dipompa oleh jantung dan fase diastolik 90 mmHg menunjukkan fase darah yang kembali ke jantung (Triyanto, 2018).

Hipertensi sulit dideteksi oleh seseorang sebab hipertensi tidak memiliki tanda/gejala khusus. Gejala-gejala yang mudah untuk diamati seperti terjadi pada gejala ringan yaitu pusing atau sakit kepala, cemas, wajah tampak kemerahan, tengkuk rasa pegal, cepat marah, telinga berdengung, sulit tidur, sesak napas, rasa berat di tengkuk, mudah lelah, mata berkunang-kunang, mimisan (keluar darah dari hidung) (Fauzi, 2014).

Besarnya tekanan darah selalu dinyatakan dengan dua angka. angka pertama menyatakan tekanan sistolik, yaitu tekanan yang dialami dinding pembuluh darah ketika darah mengalir saat jantung memompa darah keluar dari jantung. Angka yang kedua disebut tekanan darah diastolik, adalah angka angka yang menunjukkan besarnya tekanan yang dialami dinding pembuluh darah ketika darah mengalir masuk kembali ke dalam jantung (Adib, 2012).

Tekanan sistolik diukur ketika jantung berkontraksi, sedangkan tekanan diastolik diukur ketika jantung mengendur (relaksasi). kedua angka ini sama pentingnya dalam mengidentifikasi kesehatan, namun dalam praktiknya, terutama untuk orang yang sudah memasuki usia 40 tahun, yang lebih riskan adalah jika angka diastoliknya tinggi, yaitu di atas 90 mmHg (Adib, 2012).

Menurut Riyadi (2011) pencegahan hipertensi terbagi atas

dua bagian, yaitu pencegahan primer dan pencegahan sekunder. Pencegahan primer dilakukan untuk mengendalikan faktor risiko hipertensi antara lain tekanan darah di atas rata-rata, adanya riwayat hipertensi pada anamnesis keluarga, ras (negro), takikardia, obesitas, dan konsumsi garam yang berlebihan. Pencegahan sekunder dikerjakan bila penderita telah diketahui menderita hipertensi karena faktor tertentu.

Faktor risiko seseorang yang menderita hipertensi akan memiliki penderitaan yang lebih berat jika penderita tersebut memiliki banyak faktor risiko yang menyertainya. Faktor risiko pemicu timbulnya hipertensi dibagi menjadi dua kelompok, yaitu faktor yang tidak dapat diubah seperti umur/usia, jenis kelamin, Riwayat hipertensi. Sedangkan faktor yang dapat diubah seperti konsumsi garam, kolesterol, kafein, Alkohol, Obesitas, Kurang aktifitas/kurang olahraga, Stres, Kebiasaan merokok, Indeks massa tubuh (IMT), Penggunaan kontrasepsi hormonal (Estrogen).

Stres merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan respon fisik, emosional, kognitif, dan perilaku terhadap peristiwa yang dinilai sebagai ancaman atau tantangan. Stres juga merupakan gangguan emosional atau perubahan lingkungan disebabkan oleh stresor. Stres tersebut dapat berasal dari individu itu sendiri, lingkungan keluarga, lingkungan tempat tinggal dan dapat pula berasal dari tempat-tempat dimana individu banyak menghabiskan waktunya seperti kantor dan tempat pendidikan (Irlaks et al., 2020).

Hubungan antara stres dengan hipertensi diduga terjadi melalui aktivitas saraf simpatis yang dapat meningkatkan tekanan darah secara bertahap. Hormon adrenalin akan

meningkat sewaktu kita stres, dan itu bisa mengakibatkan jantung memompa lebih cepat sehingga tekanan darah pun meningkat. Apabila stres menjadi berkepanjangan dapat berakibat tekanan darah (Ladyani *et al.*, 2021).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Gambaran kejadian hipertensi dan stres kerja pada pekerja serta menganalisa hubungan antara stres kerja dengan kejadian hipertensi pada pekerja di PT X Jakarta. Penelitian ini diharapkan mampu menjadi pertimbangan dalam menentukan program pengelolaan risiko stres kerja pada pekerja sehingga engka kejadian hipertensi dapat diturunkan.

Berdasarkan uraian di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini “apakah ada hubungan antara stres kerja dengan kejadian hipertensi yang dialami oleh pekerja di PT X?.

#### METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional, dimana variabel dependennya adalah kejadian hipertensi dan variabel

independennya adalah stres kerja pada pekerja di bagian office PT X. Penelitian ini dilakukan pada bulan September sampai dengan November tahun 2024. Populasi dalam penelitian ini seluruh pekerja di bagian *office* PT. X Jakarta Tahun 2024 yang berjumlah 120 pekerja, dan sampel yang diambil adalah sebanyak 90 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah jenis *Non Random Sampling* dengan Teknik *Quota Sampling* (sampel berjatah) yaitu Teknik pengambilan sampel secara merata perhari.

Data primer yang diperoleh dengan penyebaran kuesioner DASS-21 untuk mengukur tingkat stres kerja pada pekerja, sedangkan data sekunder yang digunakan adalah data hasil Medical Check Up karyawan PT X tahun 2024. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner DASS-21 untuk mengukur Tingkat stres kerja pada pekerja di PT X. Analisis data meliputi analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk mengetahui distribusi frekuensi dari masing-masing variabel, analisis bivariat digunakan untuk melihat hubungan antara variabel yang di ukur, dengan menggunakan uji *chi-square*.

#### HASIL PENELITIAN

Table 1. Distribusi frekuensi Hipertensi pada pekerja PT X Jakarta

Hipertensi	Jumlah	Persentase (%)
Hipertensi	57	63,3
Tidak Hipertensi	33	36,7
TOTAL	90	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa dari total 90 responden didapatkan bahwa prevalensi tertinggi terdapat pada

pekerja yang mengalami kejadian hipertensi yaitu 57 orang (63,3%) dibandingkan dengan yang tidak mengalami hipertensi (36,7%).

Table 2. Distribusi frekuensi Stres kerja pada pekerja PT X Jakarta

Stres kerja	Jumlah	Persentase (%)
Stres	63	70
Tidak Stres	27	30
<b>TOTAL</b>	<b>90</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa dari total 90 responden didapatkan prevalensi tertinggi terdapat pada pekerja yang

mengalami stres kerja yaitu 63 orang (70%) dibandingkan dengan yang tidak mengalami stres kerja (30%).

**Tabel 3. Hubungan antara stres kerja dengan kejadian Hipertensi**

Stres kerja	Hipertensi				TOTAL		P Value	PR (95% CI)
	Hipertensi		Tidak Hipertensi		N	%		
	N	%	N	%				
Stres	45	71,4	18	28,6	63	100	0,028	1,607 (1,025 - 2,520)
Tidak Stres	12	44,4	15	55,6	27	100		

Hasil penelitian pada tabel 3 diperoleh proporsi tertinggi yaitu 63 responden yang termasuk kategori stres yaitu sebesar 45 responden (71,4%) yang mengalami kejadian hipertensi, sedangkan dari 27 responden yang termasuk kategori tidak stres terdapat 12 responden (44,4%) yang memiliki kejadian hipertensi.

Hasil analisis bivariat menggunakan uji statistik *chi square* ditemukan  $P\ value = 0,028 < 0,05$

artinya  $P\ value <$  dari  $\alpha$  yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara Tingkat stres dengan kejadian hipertensi. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa PR (*Prevalance Ratio*) yaitu 1,607 (95% CI: 1,025 - 2,520) yang artinya responden yang termasuk kategori stres berisiko 1,607 kali mengalami kejadian hipertensi dibandingkan dengan responden yang tidak stres.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan Berdasarkan hasil responden dengan kategori stres proporsi tertinggi yaitu pada hipertensi sebanyak 45 orang (71,4%). Pada responden dengan kategori tidak stres proporsi tertinggi yaitu pada tidak hipertensi/normal dengan jumlah orang 15 responden (55,6%). Pada hasil analisis bivariat diperoleh hasil bahwa antara stres kerja dengan kejadian hipertensi memiliki hubungan yang bermakna dengan  $P\ value 0.028$ . Selain itu diketahui nilai

PR yaitu 1,607 artinya responden dengan kategori stres memiliki 1,607 kali lebih besar mengalami hipertensi bila dibandingkan dengan kategori tidak stres.

Hasil penelitian yang menunjukkan adanya hubungan antara stres kerja dengan kejadian hipertensi sesuai dengan teori Lawson (2007) dalam Tindangen *et al* (2020) kondisi stres menyebabkan tubuh menghasilkan hormon adrenalin lebih banyak, sehingga jantung berkerja lebih kuat dan

cepat. Rangkaian reaksi akan muncul dari organ lain jika terjadi dalam waktu yang lama. Perubahan fungsional tekanan darah yang disebabkan oleh kondisi stres dapat menyebabkan hipertropi kardiovaskuler jika terjadi secara berulang-ulang. Demikian juga stres yang terjadi pada penderita hipertensi memiliki dampak dalam peningkatan tekanan darahnya yang condong menetap atau bahkan bertambah tinggi sehingga memicu kondisi hipertensinya menjadi lebih berat. Kondisi stres meningkatkan aktivitas saraf simpatis yang kemudian meningkatkan tekanan darah secara bertahap, artinya semakin berat kondisi stres seseorang maka semakin tinggi pula tekanan darahnya.

Seseorang yang mengalami kondisi tertekan, akan menyebabkan adrenalin dan kortisol dilepaskan ke aliran darah sehingga menyebabkan peningkatan tekanan darah agar tubuh siap untuk bereaksi. Itulah yang terjadi saat kita berada dalam situasi bahaya atau siaga, tubuh mempersiapkan reaksi menyerang (*fight*) atau melarikan diri (*flight*) yang dipicu adrenalin. Bila seseorang terus berada dalam situasi seperti ini, tekanan darahnya akan bertahan pada tingkat tinggi (Darmadi, 2016).

Hasil penelitian di atas sejalan dengan penelitian yang dilakukan Utami (2017) menunjukkan bahwa diperoleh nilai uji chi square dengan nilai P value= 0,022 yang artinya ada hubungan antara faktor stres dengan Kejadian Hipertensi Pada Petugas Pemadam Kebakaran Jakarta Selatan Tahun 2017.

Penelitian yang dilakukan oleh Situmorang (2020) diketahui dari 40 responden terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan hipertensi dengan nilai sistolik  $p < 0,05$  dan keeratan hubungan 0,717 yang mempunyai hubungan kuat sedangkan nilai

diastolik  $P 0,01 < 0,05$  dan keeratan hubungan 0,503 mempunyai hubungan sedang. Dapat disimpulkan bahwa stres mampu mempengaruhi tekanan darah baik sistolik maupun diastolik pada responden.

Stres adalah suatu kondisi yang disebabkan oleh transaksi antara individu dengan lingkungan yang menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan yang berasal dari situasi dengan sumber-sumber daya system biologis, psikologis dan social dari seseorang. Orang-orang yang mengalami stres ialah mereka yang sering marah marah, agresif, tidak dapat relaks. Stres yang terlalu besar maka dapat memicu terjadinya berbagai penyakit (Bustan, 2015).

Berdasarkan penelitian pada pekerja bagian office PT. X didapatkan hasil bahwa setiap orang mempunyai Tingkat stres yang berbeda-beda. Pekerja yang mengalami stres dipicu oleh adanya beberapa faktor seperti faktor individu dimana adanya masalah kehidupan pribadi. Menurut hasil kuesioner pengukuran stres pun terlihat bahwa pertanyaan kuesioner yang memiliki skor tertinggi adalah "pekerja sering merasakan mudah marah karena hal sepele" mendapatkan hasil 60,24% yang berarti pekerja sering merasakan hal tersebut, dan untuk pertanyaan hasil skor terendah pada pertanyaan "pekerja sering merasakan mulut kering" mendapatkan hasil 20,14% dengan itu dapat dikatakan tidak banyak pekerja yang merasakan hal tersebut.

Hasil wawancara pada pekerja, menunjukkan bahwa pekerjaan dapat membuat para pekerja mudah marah pada saat berhubungan dengan client. Dimana setiap client mempunyai keinginan yang berbeda-beda dan client pun memberikan tuntutan kepada pekerja untuk segera memproses segala kesepakatan antara Perusahaan dan

client, banyak dari pekerja yang mengalami stres akan mudah terpancing emosi, mudah marah atau bahkan pekerja akan merasa bahwa pekerjaan yang sedang dilakukan adalah beban yang sungguh berat dan dapat mengakibatkan pekerja sulit untuk relaks atau dalam kondisi tenang saat bekerja.

Kondisi-kondisi tersebutlah yang mengakibatkan stres sehingga memicu tekanan darah tinggi (hipertensi) pada pekerja di bagian office PT X, sehingga dalam penelitian ini didapatkan adanya hubungan antara stres kerja dengan kejadian hipertensi pada pekerja bagian office di PT X Jakarta.

#### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa terdapat hubungan antara stres kerja dengan kejadian hipertensi pada pekerja bagian office PT X Jakarta tahun 2024. Dengan dilakukannya penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi Perusahaan dalam melakukan program pengelolaan stres kerja dan penurunan kejadian hipertensi dengan mengacu pada faktor-faktor lain yang mempengaruhinya.

#### DAFTAR PUSTAKA

Adib, M. (2012). Cara Mudah Memahami Dan Menghindari Hipertensi, Jantung, Stroke. Dianloka.

Awaliyah, R. (2020). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Produktif Di Klinik Gracia Ungaran Kabupaten Semarang. Universitas Ngudi Waluyo Semarang, Journal Information, 1-133.

[Http://Repository2.Unw.Ac.Id/636/](http://Repository2.Unw.Ac.Id/636/).

- Bustan, M. N. (2015c). Manajemen Pengendalian Penyakit Tidak Menular (1<sup>st</sup> Ed.). In *The Journal Of Special Education* (Vol. 25). <https://doi.org/10.1177/002246699202500404>.
- Darmadi, R. Hernawan, A. D. & Trisnawati, E. (2016). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Pegawai Negeri Sipil. In *Skripsi Ilmu Kesehatan*. Fakultas Ilmu Kesehatan.
- Ekasari, M. F. (2021). Hipertensi: Kenali Penyebab, Tanda Gejala Dan Penanganannya. In *Hipertensi: Kenali Penyebab, Tanda Gejala Dan Penanganannya*.
- Ervina. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pekerja Sektor Informal Di Puskesmas Wilayah Jagakarsa. Uin Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Fauzi. (2014). Buku Pintar Deteksi Gejala Dan Pengobatan Asam Urat, Diabetes Dan Hipertensi. Yogyakarta: Araska.
- Fitriyani, N.N, Masrikhiyah, F., Ratnasari, D. (2024). Hubungan Stres Kerja, Status Gizi, Dan Asupan Natrium Pada Pengemudi Ojek Online. Pontianak Nutrition Journal Volume 8 Nomor 1 Maret 2025.
- Infodatin. (2019). Infodatin Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan Ri Situasi Dan Analisis Lanjut Usia. Jakarta Selatan
- Irlaks, V. S., Murni, A. W., & Liza, R. G. (2020). Hubungan Antara Stres Akademik Dengan Kecenderungan Gejala Somatisasi Pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas

- Andalas Angkatan 2015. *Jurnal Kesehatan Andalas* 9(3), 334-342.
- Kemenkes Ri. (2019). Hipertensi Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://www.kemkes.go.id/article/view/19051700002/Hipertensi-Penyakit-Paling-Banyak-Diidap-Masyarakat.html>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Hasil Riset Kesehatan Dasar. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Ladyani, F., Febriyani, A., Prasetya, T., Berliana, I., Gizi, D., Fakultas, M., Universitas, K., Imunologi, D., Kedokteran, F., Malahayati, U., & Dalam, D. P. (2021). Pendahuluan Metode. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i1.514>
- Riyadi. (2011). *Buku Keperawatan Medikal Bedah*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Situmorang, F. D. (2020). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Anggota Prolanis Di Wilayah Kerja Puskesmas Parongpong. *Klabat Journal Of Nursing*, 2(1), 11-1.
- Tindangen, B. F. N. E., Langi, F. F. L. G., & Kapantow, N. H. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Guru Sekolah Dasar Di Kecamatan Tombariri Timur. *Kesmas*, 9(1), 189-196.
- Triyanto, E. (2018). *Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Graha Ilmu.
- Utami, R. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Petugas Pemadam Kebakaran Jakarta Selatan Tahun 2017. *Doctoral Dissertation, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta*.
- World Health Organization. (2021). *A Global Brief On Hypertension: Silent Killer, Global Public Health Crisis*.
- World Health Organization. (2023). *Hypertension*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>