

BAB 7

SIMPULAN DAN SARAN

7.1 Simpulan

Penelitian yang dilakukan mengenai korelasi antara tingkat stres dengan derajat hipertensi pada pekerja aparatur pemerintahan di Kota Kupang menunjukkan bahwa responden yang menderita hipertensi derajat 1 dan derajat 2 seimbang dan sebagian besar tidak mengalami stres atau normal dan stres ringan. Hal ini dapat disebabkan karena responden penelitian yang telah dapat mengatasi atau mengontrol stres yang dialami, namun belum memerhatikan dengan menyuluruh faktor lain yang dapat menyebabkan hipertensi seperti konsumsi alkohol, konsumsi garam berlebih, kurang berolahraga, dan dislipidemia.

Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini terdapat korelasi positif yang bermakna antara tingkat stres dengan derajat hipertensi pada pekerja aparatur pemerintahan di Kota Kupang. Semakin tinggi tingkat stres, maka semakin tinggi derajat hipertensi. Sebaliknya, semakin rendah tingkat stres, maka semakin rendah derajat hipertensinya.

7.2 Saran

7.2.1 Bagi peneliti selanjutnya

1. Sebagai bahan referensi peneliti berikutnya untuk memperdalam dan melakukan penelitian mengenai korelasi antara tingkat stres dengan derajat hipertensi dengan faktor-faktor lain yang berperan pada peningkatan tekanan darah seperti konsumsi alkohol, kurang berolahraga, dislipemia.

7.2.2 Bagi responden dan masyarakat

Diharapkan para responden dan masyarakat pada umumnya dapat lebih meningkatkan kesadaran dan kewaspadaan terhadap konflik kehidupan yang dapat menyebabkan kondisi stres, serta rutin melakukan pengukuran tekanan darah. Hal ini untuk meminimalisir peningkatan derajat hipertensi pada penderita hipertensi di kemudian hari.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes RI Infodatin. Hipertensi si pembunuh senyap [Internet]. Infodatin Kemenkes RI. 2019 [cited 2022 Mar 16]. p. 1–5. Available from: <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-hipertensi-si-pembunuh-senyap.pdf>
2. WHO. Hypertension [Internet]. 2022 [cited 2022 Mar 5]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Hipertensi penyakit paling banyak diidap masyarakat [Internet]. Kementerian Kesehatan RI. Sekretariat Jenderal. Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun. 2019 [cited 2022 Mar 16]. Available from: <https://kemkes.go.id/baca/umum/20190517/5130282/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat/>
4. Kemenkes RI. Laporan Provinsi Nusa Tenggara Timur Riskesdas 2018 [Internet]. Tim riskesdas 2018. Lembaga penerbit balitbangkes. 2019 [cited 16 Mar 2022]. p. 126–9. Available from: <https://drive.google.com/drive/folders/1XYHFQuKucZIwmCADX5ff1aDhfJgqzI-l>
5. Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Timur. Profil Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Timur Tahun 2014 [Internet]. 2014 [cited 2022 Mar 16]. p. 71–6. Available from: https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL_KES_PROVINSI_2014/19_NTT_2014.pdf
6. Dinas Kesehatan Kota Kupang. Profil Kesehatan Kota Kupang Tahun 2018 [Internet]. 2018 [cited 2022 Mar 16]. p. 49–50. Available from: <https://dinkes-kotakupang.web.id/bank-data/category/1-profil-kesehatan.html?download=36:profil-kesehatan-tahun-2018>
7. Laporan Nasional Riskesdas. Laporan Nasional RKD2018 FINAL.pdf [Internet]. 2018 [cited 2022 Apr 07]. p. 198. Available from: http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf
8. Nurwela TS, Israfil. Hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada pasien di Puskesmas Sikumana Kota Kupang [Internet]. SS. 2019 [cited 2022 Apr 07];1:368–76. Available from: <http://semnaskesling.poltekeskupang.ac.id/index.php/ss/article/view/56>
9. Ompusunggu S, Syachroni, Syarifah U, Yulianto A, Kalikulla R. Riset Kesehatan Dasar 2013 Provinsi Nusa Tenggara Timur [Internet]. 2013 [cited 2022 Mar 16]. p. 68–70. Available from: <https://www.pusat2.litbang.kemkes.go.id/wp-content/uploads/2018/03/Riskesdas-Dalam-Angka-Prov-NTT.pdf>
10. Ramdani HT, Rilla EV, Yuningsih W. Hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada penderita hipertensi [Internet]. J.keperawatan aisyiyah. 2017 [cited 2022 Apr 14];4(1):37–45. Available from: <http://journal.unisa-bandung.ac.id/index.php/jka/article/view/5/5>
11. Faridah U, Rusnoto GAF. Hubungan antara stres dengan kejadian hipertensi di RSUD Dr. Raden Soedjati Soemodiarjo Purwodadi [Internet]. Jurnal ilmu keperawatan dan kebidanan. 2022 [cited 2022 Apr 14];13(1):356–9.

- Available from: <http://thesis.ums.ac.id/datapublik/t23417.pdf#>
12. Sanger RC. Kinerja aparatur pemerintah kecamatan dalam meningkatkan pelayanan publik (suatu studi pelayanan e-ktp di Kecamatan Langowan Timur) [Internet]. 2017 [cited 2022 Apr 14]. Available from: <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/governance/article/view/1509/1204>
 13. Maryam S. Stres keluarga: model dan pengukurannya [Internet]. *Jurnal psikoislamedia*. 2017 [cited 2022 Apr 14];1(2):335–43. Available from: <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/Psikoislam/article/download/920/727>
 14. Maramis WF. Catatan ilmu kedokteran jiwa. In: 2nd ed. Surabaya: Airlangga University Press; 2018. p.77–106.
 15. Asih GY, Widhiastuti H, Dewi R. Stres kerja. 1st ed. Semarang: Semarang University Press; 2018. p. 4–36.
 16. Guyton AC, Hall J. Buku ajar fisiologi kedokteran. 12th ed. Singapura : Elsevier; 2014.
 17. Awaliyah R, Aini F, Wakhid A. Hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di Klinik Gracia Ungaran Kabupaten Semarang [Internet]. 2020 [cited 2022 Feb 23];60–73. Available from: <http://repository2.unw.ac.id/636/>
 18. Rahmawati MN, Rohaedi S, Sumartini S. Tingkat stres dan indikator stres pada remaja yang melakukan pernikahan dini. *Jurnal pendidikan keperawatan Indonesia*. 2019;5(1):p.25–33. Available from: <https://ejournal.upi.edu/index.php/JPKI/article/view/11180>
 19. Mahmud R, Uyun Z. Studi deskriptif mengenai pola stres pada mahasiswa praktikum [Internet]. *Jurnal indigenus*. 2021 [cited 2022 Apr 11];1(2):p.29–39. Available from: <https://journals.ums.ac.id/index.php/indigenus/article/view/4970/3307>
 20. Lovibond S., Lovibond P. Manual for the depression anxiety stress scales. 2nd ed. Sydney: Psychology Foundation; 1995.
 21. Purnami CT, Sawitri DR. Instrumen “perceive stress scale” online sebagai alternatif alat pengukur tingkat stress secara mudah dan cepat [Internet]. Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat UNDIP. 2019 [cited 2022 Apr 11]; p.311–4. Available from: <https://proceedings.undip.ac.id/index.php/semnasppm2019/article/download/119/138>
 22. Kessler R. Kessler psychological distress scale (K10). 2003;66(1): p.46–7.
 23. Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia. Konsensus penatalaksanaan hipertensi 2021: update konsensus perhi 2019. 2021. p.5-36.
 24. Nuraini B. Risk factors of hypertension [Internet]. *J.majority*. 2015 [cited 2022 Apr 11];4(5):p.10–9. Available from: <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/viewFile/602/606>
 25. Krisnanda MY. Hipertensi [Internet]. 2017 [cited 2022 Apr 11]. Available from: https://simdos.unud.ac.id/uploads/file_penelitian_1_dir/3f252a705ddbef7abf69a6a9ec69b2fd.pdf
 26. Susetyo PB, Leonard E. Hipertensi manajemen komprehensif. Surabaya:

- Universitas Airlangga; 2015.
28. Widjaya N, Anwar F, Laura SR, Rizki PR, Wijayanti E. Hubungan usia dengan kejadian hipertensi di Kecamatan Kresek dan Tegal Angus, Kabupaten Tangerang [Internet]. *Jurnal kedokteran yarsi*. 2018 [cited 2022 Apr 11];26(3):p131. Available from: <https://academicjournal.yarsi.ac.id/index.php/jurnal-fk-yarsi/article/view/756>.
 29. Wahyu D. Hubungan indeks massa tubuh dengan tekanan darah pada anggota prolanis di Puskesmas Simo Kecamatan Balerejo [Internet]. 2018 [cited 2022 Apr 11];p.121. Available from: <http://repository.stikes-bhm.ac.id/654/1/1.pdf>
 29. Sherwood L. *Fisiologi manusia: dari sel ke sistem*. 8th ed. Jakarta: EGC; 2014.
 31. Suangga GI. Hubungan indeks massa tubuh dengan hipertensi di Rumah Sakit Pendidikan Universitas Hasanuddin. *J Med* [Internet]. 2017 [cited 2022 Apr 12]; p.1–77. Available from: http://digilib.unhas.ac.id/opac/detail-opac/download?id=37664&type=DC_SRW
 31. Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia. Pedoman tatalaksana hipertensi pada penyakit kardiovaskular [Internet]. *Phys Rev D*. 2015 [cited 2022 Apr 12]; Available from: http://www.inaheart.org/upload/image/Pedoman_TataLaksana_hipertensi_pada_penyakit_Kardiovaskular_2015.pdf.
 32. Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia. Konsensus hipertensi 2019 [Internet]. 2019 [cited 2022 Mar 26];p.118. Available from: http://www.inash.or.id/upload/event/event_Update_konsensus_2019123191.pdf
 33. Lumbantobing R, Rahtriawati M. Pengaruh stress terhadap peningkatan sensorik rungu wicara melati Jakarta. *Fak Kedokteran, Univ Kristen Indonesia* [Internet]. 2018;2(1):55–65 [cited 2022 Apr 24]. Available from: <http://repository.uki.ac.id/5186/1/PENGARUHSTRESSTERHADAPPENINGKATANTEKANANDARAH.pdf>
 34. Islami KI. Hubungan antara stres dengan hipertensi pada pasien rawat jalan di Puskesmas Rapak Mahang Kabupaten Kutai Kartanegara Kalimantan Timur [Internet]. 2015 [cited 2022 Apr 12]. Available from: <http://eprints.ums.ac.id/39382/1/02.%20Naskah%20Publikasi.pdf>.
 35. Sastroasmoro S, Ismael S. *Dasar-dasar metodologi penelitian klinis*. Edisi 5. Jakarta: Sagung Seto; 2014.
 36. Dahlan MS. *Besar sampel dalam penelitian kedokteran dan kesehatan*. Seri 2 Edi. Jakarta: Salemba Medika; 2016.
 37. Dahlan MS. *Statistik untuk kedokteran dan kesehatan deskriptif, bivariat, dan multivariat, dilengkapi aplikasi SSPS*. Edisi 6. Jakarta: Epidemiologi Kedokteran; 2020.38.
 38. Saleh M, Basmanelly, Huriani E. Hubungan tingkat stres dengan derajat hipertensi pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Andalas Padang tahun 2014 [Internet]. *Ners jurnal keperawatan*. 2014 [cited 2022 Nov 6]. Available from: <http://ners.fkep.unand.ac.id/index.php/ners/article/view/40/35>.
 39. Supriyono S. Analisis faktor-faktor yang berhubungan tekanan darah sistol

pada peserta pelatihan manajemen puskesmas. J Inspirasi [Internet]. 2019 [cited 2022 Nov 22];10(1):32–48. Available from: https://www.researchgate.net/publication/334826110_Analisis_Faktor-Faktor_yang_Berhubungan_Tekanan_Darah_Sistole_pada_Peserta_Pelatihan_Manajemen_Puskesmas