

**HUBUNGAN STRES DENGAN HIPERTENSI ANGGOTA  
POLRI DI SEKOLAH POLISI NEGARA  
SELOPAMIRO YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Disusun oleh :  
AHMAD KHAIRUDIN  
201110201143**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH  
YOGYAKARTA  
2015**

## HALAMAN PERSETUJUAN

### HUBUNGAN STRES DENGAN HIPERTENSI ANGGOTA POLRI DI SEKOLAH POLISI NEGARA SELOPAMIRO YOGYAKARTA

#### NASKAH PUBLIKASI

**Disusun Oleh:**  
**AHMAD KHAIRUDIN**  
**201110201143**

Telah memenuhi persyaratan dan disetujui untuk mengikuti Ujian  
Skripsi Program Pendidikan Ners-Program Studi Ilmu Keperawatan  
di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah  
Yogyakarta

Oleh :

Pembimbing : Dwi Prihatiningsih, S.Kep.,Ns.,M.Ng

Tanggal : 12 Agustus 2015

Tanda tangan : .....



# HUBUNGAN STRES DENGAN HIPERTENSI ANGGOTA POLRI DI SEKOLAH POLISI NEGARA SELOPAMIORO YOGYAKARTA

Ahmad Khairudin & Dwi Prihatiningsih  
STIKES 'Aisyiah Yogyakarta  
Email : Ahmad.gondes@gmail.com

Abstract : This study aims at finding correlation between stress and hypertension of POLRI members at Police Academy Selopamioro Yogyakarta. This study was correlational analytic research design by using cross sectional approach. The sample of the data were taken by using purposive sampling which amount of 18 participants which fulfilling inclusive criterion. In analyzing both variables used Kendall Tau. The result shows that p was 0.040 ( $0.040 < 0.05$ ) with coefficient correlation of 0.464. There is correlation between stress and hypertension towards POLRI members at State Police Academy Selopamioro Yogyakarta.

Keywords : Stress, hypertension, POLRI members

Abstrak : Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara stres dengan kejadian hipertensi pada anggota POLRI di Sekolah Polisi Negara Selopamioro Yogyakarta POLDA DIY. Penelitian ini merupakan penelitian korelasi analitik design dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, dengan sampel 18 responden yang memenuhi kriteria inklusi. Untuk menganalisis hubungan dua variabel digunakan uji *Kendall Tau*. Dari hasil penelitian diketahui bahwa didapatkan hasil uji statistik nilai *p-value*, 0,040 lebih kecil daripada 0,05 ( $0,040 < 0,05$ ). Dengan koefisien korelasi 0,464. Maka dapat disimpulkan ada hubungan stres dengan hipertensi anggota POLRI di Sekolah Polisi Negara Selopamioro Yogyakarta.

**Kata Kunci** : Stres, Hipertensi, anggota POLRI

## PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan masalah kesehatan besar di seluruh dunia karena tingginya prevalensi dan berhubungan dengan peningkatan risiko penyakit kardiovaskular *World Health Organization* (WHO, 2007). Menurut *American Heart Association* (AHA), di Amerika tekanan darah tinggi ditemukan satu dari setiap tiga orang atau 65 juta orang dan 28% atau 59 juta orang mengidap prehipertensi. Semua orang yang mengidap hipertensi hanya satu pertiganya yang mengetahui keadaannya dan hanya 61% yang menjalani pengobatan (Muhammadun, 2010). Menurut WHO dan *the International Society of Hypertension* (ISH), saat ini terdapat 600 juta penderita hipertensi di seluruh dunia, dan 3 juta di antaranya meninggal setiap tahunnya. Tujuh dari setiap 10 penderita tersebut tidak mendapatkan pengobatan secara adekuat (Rahajeng, 2009).

Di Indonesia sendiri hipertensi merupakan penyebab kematian nomor 3 setelah stroke dan tuberkulosis, yakni 6,7% dari populasi kematian pada semua umur. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Balitbangkes) tahun 2007 menunjukkan prevalensi hipertensi secara nasional mencapai 31,7% (Departemen Kesehatan, 2010).

Faktor resiko yang dapat menyebabkan hipertensi terdiri dari dua hal yaitu faktor yang dapat diubah dan tidak dapat diubah. Faktor yang tidak dapat diubah diantaranya adalah genetika, umur, jenis kelamin, serta ras atau suku bangsa, sedangkan faktor yang dapat diubah diantaranya obesitas, konsumsi garam, konsumsi rokok, konsumsi kopi, konsumsi alkohol, olahraga, serta stres (AHA, 2014; Brunner dan Suddarth, 2001).

Salah satu faktor resiko terjadinya hipertensi adalah stres dimana stres yang terjadi sangat memberikan efek negatif terhadap tubuh. Pada saat terjadi stres, tubuh bereaksi dengan mengeluarkan hormon stres berupa adrenalin dan kortisol. Hormon ini mengakibatkan jantung berdenyut dengan lebih kencang dan menyebabkan vasokonstriksi

pembuluh darah yang pada akhirnya akan mengakibatkan kenaikan tekanan darah (AHA, 2014; Brunner dan Suddarth, 2001).

Dampak stres terutama dalam pekerjaan terhadap terjadinya hipertensi juga telah diteliti oleh Markovits et al. (2004). Penelitian ini merupakan *prospective cohort study* yang bertujuan untuk mengetahui dampak tekanan dalam pekerjaan terhadap terjadinya hipertensi. Penelitian selama 8 tahun ini meneliti sampel sebanyak 3,200 karyawan dengan tekanan darah normal (normotensi) yang berumur antara 20 dan 32 tahun pada tahun 1987–1988 dan diikuti selama 8 tahun. Hasil penelitian ini menemukan bahwa tekanan dalam pekerjaan berhubungan dengan terjadinya hipertensi (Markovitz et al. 2004).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan melalui wawancara dengan salah seorang petugas kesehatan poliklinik yang bertugas di lingkungan Sekolah Polisi Negara Selopamioro Yogyakarta terdapat 106 anggota POLRI. Dan dari data pemeriksaan buku medis 3 bulan terakhir terdapat 32 orang (30%) yang menderita hipertensi dengan rata-rata tekanan darah 150/100 mmHg sampai dengan 180/110 mmHg. Dari data kesehatan Sekolah Polisi Negara tersebut maka akan diambil responden yang mengalami hipertensi, dengan kriteria usia antara 35-58 tahun, berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan, tidak mengonsumsi alkohol, dan yang mempunyai indeks masa tubuh (IMT)  $\leq 25 \text{ kg/m}^2$ .

Selain itu, hasil wawancara dengan Kepala Urusan Kesehatan Sekolah Polisi Negara Selopamioro Yogyakarta ditemukan bahwa terdapat beberapa kondisi psikososial yang berpotensi untuk menimbulkan stres pada sebagian anggota POLRI. Yang ditandai dengan mudah marah, insomnia, sakit kepala dan masih banyak keluhan lain, beban pekerjaan yang berat, jauh dari keluarga yang membuat intensitas bertemu dengan keluarga rendah. Dari uraian diatas peneliti tertarik untuk meneliti “Hubungan Stres Dengan Hipertensi Anggota Kepolisian Di Sekolah Polisi Negara Selopamioro Yogyakarta”.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode korelasi analitik design dengan pendekatan *cross sectional*, dimana variabel – variabel stres yang termasuk faktor resiko dan variabel – variabel hipertensi yang termasuk efek diobservasi pada waktu yang sama (Notoatmojo,2012).

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah tingkat stres, sedangkan variabel terikatnya adalah kejadian hipertensi dan variabel penggangguanya usia, jenis kelamin, asupan garam, obesitas, konsumsi alkohol, kebiasaan merokok. Populasi dalam penelitian ini adalah anggota kepolisian SPN Selopamioro Yogyakarta, yang menderita hipertensi sejumlah 27 responden. Sampel adalah bagian dari populasi yang diambil dengan menggunakan cara-cara tertentu (Wasis, 2008). Jumlah sampel ditentukan dengan cara *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dengan mengambil sampel berdasarkan pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri. Berdasarkan ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya (Notoatmodjo, 2012).

Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner untuk stres yang terdiri dari 23 item pertanyaan yang setiap itemnya mempunyai nilai yang berbeda. Untuk kisi-kisi instrument stress terdiri dari fisik, perilaku, pikiran dan emosi. Sedangkan untuk pengumpulan data tekanan darah dilakukan dengan alat tensi meter air raksa.

Analisa data dalam penelitian menggunakan uji *kendall's tau* untuk dua variabel yang kedua-duanya berskala ordinal (Sugiyono, 2012). Pengujian dilakukan dengan menggunakan komputerisasi. Uji signifikan dalam penelitian ini dilakukan dengan melihat nilai p dengan kriteria :  $P \leq 0,05$  :  $H_0$  ditolak sedangkan  $P > 0,05$  :  $H_0$  diterima. Kemudian untuk mengetahui kekuatan hubungan diinterpretasikan dengan tabel :

Interval koefisien	Tingkat Hubungan
0,00-0,199	Sangat rendah
0,20-0,399	Rendah
0,40-0,599	Sedang
0,60-0,799	Kuat
0,80-1,000	Sangat Kuat

Sumber : Sugiyono (2012)

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### ANALISA DATA

1. Karakteristik responden berdasarkan umur, jenis kelamin dan tingkat pendidikan.

Hasil penelitian karakteristik berdasarkan umur, jenis kelamin dan tingkat pendidikan dapat dilihat pada tabel 1 :

Tabel 1 Karakteristik Responden berdasarkan umur, jenis kelamin dan tingkat pendidikan anggota POLRI SPN Selopamioro.

Batasan Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1. Umur		
35 - 40 Tahun	3	16,7
41 - 46 Tahun	1	5,6
47 - 52 Tahun	2	11,1
53 - 58 Tahun	12	66,7
2. Jenis kelamin		
Laki-laki	17	94,4
Perempuan	1	5,6
3. Tingkat Pendidikan		
SMA	14	77,8
S1	4	22,2

Berdasarkan tabel 1 hasil penelitian tentang karakteristik responden berdasarkan umur menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur 53 - 58 sebanyak 12 orang (66,7%), sedangkan sebagian kecil berumur 41-46 sebanyak 1 orang (5,6%). Berdasarkan pendidikan menunjukkan bahwa sebagian besar responden pendidikan SMA sebanyak 14 orang (77,8%), sedangkan sebagian kecil pendidikan S1 sebanyak 4 orang (22,2%). Berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa sebagian besar responden

berjenis kelamin laki - laki sebanyak 17 orang (94,4%), sedangkan sebagian kecil berjenis kelamin perempuan sebanyak 1 orang (5,6%).

## 2. Tingkat Stres Anggota POLRI

Hasil penelitian tingkat stres dapat dilihat pada tabel 2 :

Tabel 2 Tingkat stres anggota POLRI SPN Selopamioro

Tingkat stres	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tingkat Stres Rendah	3	16.7
Tingkat Stres Sedang	7	38.9
Tingkat Stres Tinggi	8	44.4
Total	18	100.0

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa pada tingkat stres mayoritas memiliki kategori tinggi sebanyak 8 orang (44.4%), sedangkan paling sedikit kategori rendah sebanyak 3 orang (16,7%).

## 3. Kejadian Hipertensi

Hasil penelitian kejadian hipertensi dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3 Kejadian Hipertensi anggota POLRI SPN Selopamioro

Kejadian Hipertensi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Hipertensi Berat	1	5,6
Hipertensi Sedang	9	50
Hipertensi Ringan	8	44,4
Total	18	100

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa pada kejadian hipertensi mayoritas memiliki kategori hipertensi sedang sebanyak 9 orang (50%), sedangkan paling sedikit kategori hipertensi berat sebanyak 1 orang (5.6%).

## 4. Hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada anggota POLRI di Sekolah Polisi Negara Selopamioro Yogyakarta

Tabulasi silang hasil penelitian tingkat stres dengan kejadian hipertensi dapat dilihat pada tabel berikut :



Tabel 4 Tabulasi silang hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada anggota POLRI di Sekolah Polisi Negara Selopamioro Yogyakarta.

Tingkat Stres	Kejadian Hipertensi		Hipertensi				Total	
	Berat		Sedang		Ringan			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Rendah	0	0%	0	0%	3	16,7%	3	16,7%
Sedang	0	0%	4	22,2%	3	16,7%	7	38,9%
Tinggi	1	5,6%	5	27,8%	2	11,1%	8	44,4%
Total	1	5,6%	9	50 %	8	44,4%	18	100%

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat mayoritas tingkat stres pada kategori tinggi mempengaruhi kejadian hipertensi dalam kategori sedang sebanyak 5 orang (27,8%) dan sebagian kecil tingkat stres pada kategori tinggi mempengaruhi kejadian hipertensi dalam kategori berat sebanyak 1 orang (5,6%).

Hasil penelitian yang dilakukan untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi dapat dilihat pada uji *Kendal Tau* pada tabel berikut :

Tabel 5 Korelasi *Kendall's tau* pada Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi

Korelasi <i>Kendall's tau</i>		Interpretasi
Koefisien Korelasi	0,464	Sedang
<i>p-value</i>	0,040	Ada hubungan

(Sumber: Primer, 2015)

Korelasi *Kendall's tau* digunakan untuk mencari hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi tingkat kepercayaan dalam penelitian adalah 95% pada  $\alpha = 0,05$ . Hasil penelitian ini didapat  $p$  value sebesar  $0,040 \leq 0,05$ , maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, yang berarti terdapat hubungan tingkat stress dengan kejadian hipertensi pada anggota POLRI di Sekolah Polisi Negara Selopamioro Yogyakarta.

## **Pembahasan**

### **Tingkat stres anggota POLRI di Sekolah Polisi Negara selopamioro Yogyakarta POLDA DIY.**

Tingkat stres mayoritas memiliki kategori tinggi sebanyak 8 orang (44.4%), sedangkan paling sedikit kategori rendah sebanyak 3 orang (16,7%). Sehingga dapat disimpulkan paling banyak tingkat stres tinggi yang dialami oleh anggota POLRI di SPN Selopamioro.

Hasil ini hampir sama dengan penelitian Siswoyo (2003) tentang pengaruh diet dan stresor psikososial terhadap tekanan darah. Hasil penelitian Siswoyo mengatakan bahwa orang yang mengalami stressor psikososial tekanan darahnya rata-rata tinggi (146,17 mmHg) dengan nilai ( $p$  value=0,000). Variabel yang mempengaruhi tekanan darah paling tinggi adalah stres psikososial (46,7%) selain itu terdapat variabel lain yang mempengaruhi tekanan darah yaitu : Tingkat Konsumsi Lemak, dan Konsumsi Natrium.

Menurut Rasmun (2004) sumber stres dapat berasal dari dalam tubuh, sumber stres dapat berupa biologik/fisiologik, kimia, psikologik, sosial dan spiritual, terjadinya stres karena stressor tersebut dirasakan dan dipersepsikan oleh individu sebagai suatu ancaman sehingga menimbulkan kecemasan yang merupakan tanda umum dan awal dari gangguan kesehatan fisik dan psikologis. Stres pada anggota POLRI dapat dikelompokkan dalam tiga kategori sebagai berikut : pertama faktor dari luar departemen polisi (yang meliputi keputusan pengadilan yang tak menguntungkan bagi POLRI, ketiadaan dukungan masyarakat, dan potensi kekerasan warga bahkan ketika berhadapan dengan penyelidikan lalu-lintas rutin atau pertengkar rumah tangga), kedua faktor internal (yang meliputi gaji rendah, kemajuan karir yang terbatas, pengembangan atau perangsang profesional yang kecil, dan ketiadaan dukungan administratif) dan yang ketiga faktor penyebab stres yang berasal pada peran polisi itu sendiri (perputaran shift, kerja administratif yang berlebihan) (Murtiningrum, 2005).

Hasil penelitian didapat juga tingkat stres pada kategori rendah sebanyak 3 orang (16,7%). Dilihat dari tabulasi silang yang berada dilampiran bahwa hal tersebut terjadi pada responden dengan rentang umur 53 -58 tahun, yang mengalami tingkat stres rendah.

### **Kejadian hipertensi di Sekolah polisi Negara Selopamioro POLDA DIY**

Kejadian hipertensi mayoritas memiliki kategori hipertensi sedang sebanyak 9 orang (50%), sedangkan paling sedikit kategori hipertensi berat sebanyak 1 orang (5,6%). Hal ini sesuai dengan penelitian Zuraidah (2012) yang menyatakan bahwa hipertensi sedang lebih tinggi (59,4%) dan kategori hipertensi berat (40,6%) yang dikarenakan oleh stres (panik).

Terdapat responden yang memiliki hipertensi berat hal ini dapat terjadi karena pengaruh pekerjaan yang memicu hipertensi, dilihat dari karakteristik responden berdasarkan umur dapat dilihat sebagian besar responden berumur 53 - 58 sebanyak 12 orang (66,7%), Hal ini sesuai dengan teori Beevers (2002) bahwa dengan bertambahnya umur, risiko terjadinya hipertensi meningkat. Meskipun hipertensi bisa terjadi pada segala usia, namun paling sering dijumpai pada orang berusia 35 tahun atau lebih. Sebenarnya wajar bila tekanan darah sedikit meningkat dengan bertambahnya umur. Hal ini disebabkan oleh perubahan alami pada jantung, pembuluh darah dan hormon. Tetapi bila perubahan tersebut disertai faktor-faktor lain maka bisa memicu terjadinya hipertensi.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian Kurnia (2007), yang mengatakan bahwa dengan bertambahnya umur, risiko terjadinya hipertensi meningkat. Meskipun hipertensi bisa terjadi pada segala usia, namun paling sering dijumpai pada orang berusia 35 tahun atau lebih. Sebenarnya wajar bila tekanan darah sedikit meningkat dengan bertambahnya umur. Hal ini disebabkan oleh perubahan alami pada jantung, pembuluh darah dan hormon.

Hasil penelitian menunjukkan 50% mengalami kejadian hipertensi kategori ringan, hal demikian juga dapat dilihat dari karakteristik responden bahwa mayoritas responden

berjenis kelamin laki –laki sebanyak 26 orang (86,7%). Hal ini sesuai dengan teori prevalensi penderita hipertensi lebih sering ditemukan pada kaum pria daripada kaum wanita, hal ini disebabkan pada umumnya yang bekerja adalah pria, dan pada saat mengatasi masalah pria cenderung untuk emosi dan mencari jalan pintas seperti merokok sehingga tekanan darahnya dapat meningkat. Sedangkan pada wanita dalam mengatasi, masih dapat mengatasinya dengan tenang dan lebih stabil (Beeverz, 2002).

Kejadian hipertensi pada penelitian ini relevan dengan penelitian Markovitz et al. (2004) yang bertujuan untuk mengetahui dampak tekanan dalam pekerjaan terhadap terjadinya hipertensi. Sampel sebanyak 3,200 karyawan dengan tekanan darah normal, Hasil penelitian ini menemukan bahwa tekanan dalam pekerjaan berhubungan dengan terjadinya hipertensi,

#### **Hubungan antara stres dengan kejadian hipertensi pada anggota POLRI di Sekolah Polisi Negara Selopamiro Yogyakarta POLDA DIY.**

Hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi tingkat kepercayaan dalam penelitian adalah 95% pada  $\alpha = 0,05$ . Hasil penelitian ini didapat  $p$  value sebesar  $0,040 \leq 0,05$ , maka  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak, yang berarti terdapat hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada anggota POLRI di Sekolah Polisi Negara Selopamiro Yogyakarta. Hasil penelitian ini relevan dengan hasil penelitian Markovitz (2004) yang menemukan bahwa tekanan dalam pekerjaan berhubungan dengan terjadinya hipertensi.

Hasil ini sesuai dengan teori Brunner dan Suddarth (2001). Salah satu faktor resiko terjadinya hipertensi adalah stres. Stres yang terjadi sangat memberikan efek negatif terhadap tubuh. Pada saat seseorang mengalami stres, tubuh akan bereaksi dengan mengeluarkan hormon stres berupa hormon adrenalin dan kortisol. Peningkatan hormon adrenalin mengakibatkan jantung berdenyut lebih kencang atau cepat sedangkan hormon kortisol

menyebabkan vasokonstriksi pembuluh darah. Sehingga saat terjadi vasokonstriksi pembuluh darah dan jantung berdenyut cepat akhirnya akan mengakibatkan kenaikan tekanan darah.

Hasil penelitian ini didukung oleh teori Beevers (2002) yang mengatakan bahwa faktor resiko hipertensi yang dapat dirubah salah satunya adalah stres. Stres bisa bersifat fisik maupun mental, yang menimbulkan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari dan mengakibatkan jantung berdenyut lebih kuat dan lebih cepat, kelenjar seperti tiroid dan adrenalin juga akan bereaksi dengan meningkatkan pengeluaran hormon dan kebutuhan otak terhadap darah akan meningkat yang pada akhirnya akan mengakibatkan kenaikan tekanan darah.

Hasil penelitian berdasarkan tabulasi silang mayoritas kejadian hipertensi dalam kategori sedang sebanyak 5 orang (27,8%) dan sebagian kecil tingkat stres pada kategori tinggi mempengaruhi kejadian hipertensi dalam kategori berat sebanyak 1 orang (5,6%).

Hal di atas didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Siswoyo (2003) yang meneliti tentang pengaruh diet dan stressor psikososial terhadap tekanan darah pada lansia. Hasil survey ini menunjukkan bahwa salah satu faktor yang berpengaruh terhadap tekanan darah usia adalah stressor psikososial. Begitu pula dengan penelitian Prabowo (2005) yang menunjukkan bahwa stres berhubungan dengan kejadian hipertensi pada pasien rawat inap di Rumah Sakit Dr. Oen Surakarta.

Hasil penelitian ini relevan dengan hasil penelitian Prabowo (2005) Hubungan Stres dengan Kejadian Hipertensi Pada pasien Rawat Inap Rumah Sakit Dr. Oen Surakarta. Hasil uji Chi square dengan derajat kemaknaan 5% menunjukkan ada hubungan bermakna antara stres dan dengan kejadian hipertensi ( $p= 0,0001$ ). Relevan dikarenakan penelitian yang bertujuan mencari hubungan stress dengan kejadian hipertensi dapat dibuktikan peneliti namun pada pasien rumah sakit yang berbeda.

## **Keeratan hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi di SPN Selopamioro Yogyakarta.**

Keeratan hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada penelitian ini didapatkan nilai koefisien korelasi 0,464 yang berarti tingkat keeratannya adalah sedang.

Hasil ini sesuai dengan teori Brunner dan Suddarth (2001). Salah satu faktor risiko terjadinya hipertensi adalah stres. Stres yang terjadi sangat memberikan efek negatif terhadap tubuh. Pada saat seseorang mengalami stres, tubuh akan bereaksi dengan mengeluarkan hormon stress berupa hormon adrenalin dan kortisol. Peningkatan hormon adrenalin mengakibatkan jantung berdenyut lebih kencang atau cepat sedangkan hormon kortisol menyebabkan vasokonstriksi pembuluh darah. Sehingga saat terjadi vasokonstriksi pembuluh darah dan jantung berdenyut cepat akhirnya akan mengakibatkan kenaikan tekanan darah.

Hasil penelitian ini relevan dengan hasil penelitian Prabowo (2005) yang menemukan Hubungan Stres dengan Kejadian Hipertensi Pada pasien Rawat Inap Rumah Sakit Dr. Oen Surakarta, dengan nilai interval koefisien 0,554 yang berarti nilai tingkat keeratan hubungannya adalah stres.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa :

1. Tingkat stres anggota POLRI di Sekolah Polisi Negara Selopamioro Yogyakarta POLDA DIY, hasil penelitian pada tingkat stres mayoritas memiliki kategori tinggi sebanyak 8 orang (44,4%), sedangkan paling sedikit kategori rendah sebanyak 3 orang (16,7%).
2. Kejadian hipertensi di Sekolah polisi Negara Selopamioro POLDA DIY, Kejadian hipertensi mayoritas memiliki kategori hipertensi sedang sebanyak 9 orang (50%), sedangkan paling sedikit kategori hipertensi berat sebanyak 1 orang (5,6%).

3. Terdapat hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada anggota POLRI di Sekolah Polisi Negara Selopamioro Yogyakarta.
4. Keeratan hubungan antara stres dengan kejadian hipertensi di Sekolah Polisi Negara Selopamioro Yogyakarta dalam kategori sedang yaitu dengan koefisien korelasi 0.464.

### **Saran**

1. Bagi Kepala SPN Selopamioro Yogyakarta

Hasil penelitian dapat menjadi bahan masukan untuk menentukan kebijakan dalam membuat program untuk menurunkan stres dalam menangani hipertensi pada anggota POLRI di SPN Selopamioro dengan mengatur jadwal kerja, menyarankan setiap anggota POLRI untuk berhenti merokok, mengadakan pengobatan bagi penderita hipertensi, dan menyadarkan tentang bahaya hipertensi.

2. Bagi anggota POLRI di SPN Selopamioro Yogyakarta

Hasil penelitian dapat menjadi bahan masukan bagi anggota POLRI mengenai stress sebagai salah satu faktor yang dapat menyebabkan kejadian hipertensi, sehingga angka kejadian hipertensi bisa ditekan dengan cara menangani stres dan berhenti merokok.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

- a. Hasil penelitian dapat sebagai sumber rujukan untuk melakukan studi tentang kejadian hipertensi atau melakukan intervensi terhadap responden agar dapat terhindar dari kejadian hipertensi.
- b. Diharapkan peneliti selanjutnya mengendalikan variabel pengganggu tentang merokok dengan mengambil responden yang tidak merokok.

## DAFTAR RUJUKAN

- Aden, 2010. *Manfaat dan Khasiat Madu Keajaiban Sang Arsitek Alam*, Hanggar Kreator: Yogyakarta.
- Adi W. Gunawan. (2006). *Genius Learning strategy*. Jakarta: PT. Gramedia
- AHA, 2014. 'Stress and Blood Pressure', Website American Heart Association, diakses pada 23 Januari 2013, [http://www.heart.org/HEARTORG/Conditions/HighBloodPressure/PreventionTreatmentofHighBloodPressure/Stress-and-Blood-Pressure\\_UCM\\_301883\\_Article.jsp](http://www.heart.org/HEARTORG/Conditions/HighBloodPressure/PreventionTreatmentofHighBloodPressure/Stress-and-Blood-Pressure_UCM_301883_Article.jsp)
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. PT Rineka Cipta: Jakarta.
- Bararah, 2010, *Mengukur tekanan Darah yang Benar*, diakses tanggal 16 November 2014, <http://health.detik.com/read/2010/07/12/160040/1397639/766/mengukur-tekanan-darah-yang-benar>
- Bruner dan Suddarth. 2001. *Buku Ajar Keperawatan Medikal-Bedah Edisi 8 vol.2*. Jakarta: EGC.
- Beevers, D.G. (2002). *Tekanan Darah*. Dian Rakyat : Jakarta
- Departemen Kesehatan. 2010. *Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2010 Bidang Biomedis*. Jakarta: Badan Litbangkes, Depkes RI, 2010.
- Departemen Kesehatan RI. 2005. *Rencana dan Strategi 2005-2009*. Jakarta : Depkes RI
- Ganong, 2003, *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran Edisi 20*, Penerbit Buku Kedokteran : Jakarta
- Guiton, 1995. 1995. *Fisiologi Manusia dan Mekanisme Penyakit*. Penerbit Buku Kedokteran: Jakarta
- Hardjana, A. M. 2002. *Stres Tanpa Distres*. Jakarta: Salemba Medika
- Hidayat, A. 2007. *Riset Keperawatan dan Tehnik Penulisan Ilmiah*, Salemba Medika; Jakarta
- Hutapea, P., dan Thoha, N. (2009). *Kompetesi plus teori, desain, kasus, dan penerapan untuk stress*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Kurnia, R., 2007. *Karakteristik Penderita Hipertensi Yang Dirawat Inap Di Bagian Penyakit Dalam Rumah Sakit Umum Kota Padang Panjang Sumatera Barat Tahun 2002-2006*. Skripsi Mahasiswa FKM USU.Medan
- Looker Terry dan Olga Gregson. 2005. *Managing Stress*. BACA: Yogyakarta.
- Mahdiana, 2010. *Mencegah Penyakit Kronis Sejak Dini*, Tora Book: Yogyakarta



- Markum, 2009, *Pengaruh Pola Tekanan Darah dalam 24 Jam Terhadap Morbiditas dan Mortalitas Kardiovaskuler*, diakses pada 11 November 2014. <http://www.jantunghipertensi.com/hipertensi/66.html>
- Markovitz, J.H, Matthews K.A, Whooley M, Lewis C.E, Kurt J. Greenlund, K.J, (2004), 'Increases in job strain are associated with incident hypertension in the CARDIA study', *Annals of Behavioral Medicine*, Volume 28, Issue 1, pp 4-9.
- Marliani L dan Tantan S, 2007 . *100 Question & Answers Hipertensi*. Jakarta : PT Elex Media Komputindo, Gramedia
- Murtiningrum. (2005). *Analisis Pengaruh Konflik Pekerjaan Keluarga terhadap stres kerja dengan dukungan sosial sebagai variabel moderasi*. Semarang : Fakultas Manajemen Pasca Sarjana Universitas Diponegoro
- Martuti, 2009, *Merawat dan menyembuhkan Hipertensi*, Kreasi Wacana: Yogyakarta
- Maryani dan Kristiana, 2008. *Khasiat dan Manfaat Rosella*, Agro Media Pustaka: Tangerang
- Muhammadun. (2010). *Hidup Bersama Hipertensi Seringai Darah Tinggi Sang Pembunuh Sejati*. Jogjakarta: In-Books
- Notoatmodjo, S. (2010). *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Rineka Cipta: Jakarta.
- Notoadmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta: Jakarta.
- Profil Kesehatan Provinsi Yogyakarta, 2008. Departemen Kesehatan RI Provinsi Yogyakarta
- Rahajeng E dan Sulistyawati tuminah. 2009. *Prevalensi hipertensi dan determinannya di Indonesia*. *Majalah Kedokteran Indonesia*, Volume: 59, Nomor: 12
- Rasmun, 2004. *Stress, Koping dan Adaptasi Teori dan Pohon Masalah Keperawatan*. Jakarta: CV Sagung Seto
- Zuraidah (2012). *Analisis Faktor Resiko Hipertensi Pada Masyarakat di Kemuning Kota Palembang*. Riset Pembinaan Tenaga Kesehatan
- Riwikdo, H. (2009) *Statistik Untuk Penelitian Kesehatan dengan Aplikasi Program R dan SPSS*. Pustaka Rihama: Yogyakarta
- Setiawan Z. 2004. *Prevalensi dan Determinan Hipertensi di Pulau Jawa Tahun 2004*. Diakses pada 27 November 2014, [http://www.fkm.ui.ac.id/index.php?option=com\\_content&task=view&id=56](http://www.fkm.ui.ac.id/index.php?option=com_content&task=view&id=56) ,
- Shadine, 2010, *Mengenal Penyakit Hipertensi, Diabetes, Stroke dan Serangan Jantung*, Keen Book: Jakarta
- Shimpsons, Sheldon G, 2005. *Mayo clinic hipertensi, mengatasi tekanan darah tinggi*. Jakarta : PT. Intisari Mediatama

Sugiyono, 2008, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*, Alfabeta: Bandung

Susanto A, 2011, *Hubungan Antara Stress Dengan Kejadian Hipertensi Di Dusun 14 Sungapan, Galur Kulon Progo*. Jurnal Stikes Aisyiyah Yogyakarta.

Udjianti, 2010, *Keperawatan Kardiovaskuler*, Salemba Medika: Jakarta

Utami, 2009. *Solusi Sehat Mengatasi Hipertensi*, Argomedia Pustaka: Jakarta.

WHO. (2007). *Hypertension Report*. Geneva : WHO Technical Report Series

William. , 2007. *Tekanan Darah Tinggi*, Erlangga: Jakarta

Wirakusumah, E. 2004. *Tips dan Solusi Gizi agar Tetap Sehat, Cantik dan bahagia, di masa Menopause dengan Terapi Ekstrogen Alami*, Gramedia Pustaka Utama: Jakarta



STIKES  
Aisyiyah  
YOGYAKARTA