

Hubungan Tingkat Stres dengan Penyakit Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas S. Parman Kota Banjarmasin*The Relationship Between Stress Levels and Hypertension in the Working Area of S. Parman Health Center, Banjarmasin*Ari Widyarni¹, Hilda Irianty^{2*}, Nindya Kartika Maharani³^{1,2,3}Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan MAB Banjarmasin, Indonesia*Korespondensi Penulis : hildairianty89@gmail.com**Abstrak****Latar belakang:** Berdasarkan data yang diperoleh pada tahun 2022 di wilayah kerja Puskesmas S. Parman Kota Banjarmasin dari bulan Januari sampai dengan bulan Mei terdapat sebanyak 426 kasus penderita Hipertensi, yang dimana kasus Hipertensi ini termasuk kasus penyakit tidak menular tertinggi di wilayah kerja Puskesmas S. Parman tersebut.**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan penyakit Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas S. Parman Kota Banjarmasin.**Metode:** Metode penelitian ini adalah kuantitatif yang bersifat analisis dengan pendekatan *cross sectional* dengan jumlah populasi 426 pasien Hipertensi yang kemudian diambil sebagai sampel sebanyak 81 responden dengan teknik *Accidental Sampling*. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat menggunakan distribusi frekuensi dan analisis bivariat menggunakan uji Pearson Chi Square.**Hasil:** Penelitian menunjukkan bahwa responden yang menderita Hipertensi ringan sebanyak 53 responden (65,4%) dan responden yang mengalami stres sebanyak 51 responden (63%) yang berada pada tingkat stres sedang.**Kesimpulan:** Hasil penelitian didapatkan bahwa ada hubungan tingkat stres dengan penyakit Hipertensi (p -value = 0,027) di wilayah kerja Puskesmas S. Parman Kota Banjarmasin.**Kata Kunci:** Hipertensi; Tingkat Stres; Riwayat Keluarga**Abstract****Introduction:** Based on data obtained in 2022 in the working area of the S. Parman Health Center, Banjarmasin City from January to May there were 426 cases of hypertension sufferers, of which cases of hypertension were the highest non-communicable disease cases in the working area of the S. Parman Health Center.**Objective:** This study aims to determine the relationship between stress levels and hypertension in the working area of the S. Parman Health Center Banjarmasin.**Method:** This research method is quantitative analysis with a cross sectional approach with a population of 426 hypertensive patients who were then taken as a sample of 81 respondents with Accidental Sampling technique. Data analysis used was univariate analysis using frequency distribution and bivariate analysis using Pearson Chi Square test.**Result:** The results showed that the respondents who suffered from mild hypertension were 53 respondents (65.4%) and the respondents who experienced stress were 51 respondents (63%) who were at moderate stress levels.**Conclusion:** The results showed that there was a relationship between stress levels and hypertension (p -value = 0.027) in the working area of the S. Parman Health Center Banjarmasin.**Keywords:** Hypertension; Stress Level; Family History

PENDAHULUAN

Tekanan darah tinggi (Hipertensi) adalah suatu kondisi di mana pembuluh darah terus-menerus meningkatkan tekanan. Darah dibawa dari jantung ke seluruh bagian tubuh melalui pembuluh darah, yang dimana setiap kali jantung berdetak ia akan memompa darah ke dalam pembuluh. Tekanan darah merupakan kekuatan darah yang mendorong dinding pembuluh darah (arteri) saat dipompa oleh jantung. Semakin tinggi tekanan, maka semakin keras jantung harus memompa (1).

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi salah satu penyebab utama kematian prematur di dunia. Hipertensi sendiri dikenal sebagai “*silent killer*” atau pembunuh diam-diam yang dimana orang yang mengalami Hipertensi tidak memiliki gejala sama sekali. Pada tahun 2019, *World Health Organization (WHO)* mengestimasi bahwa prevalensi Hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk di dunia. Kurang dari seperlima dari jumlah penderita Hipertensi tersebut yang melakukan upaya pengendalian terhadap tekanan darah. Pada wilayah Afrika memiliki prevalensi Hipertensi tertinggi sebesar 27% sedangkan pada Asia Tenggara berada di posisi ketiga tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% terhadap total penduduk. WHO juga memperkirakan bahwa 1 diantara 5 orang perempuan di seluruh dunia memiliki Hipertensi yang dimana jumlahnya lebih besar diantara kelompok laki-laki yaitu 1 diantara 4. (2).

Di Indonesia, sebanyak 6,7% dari populasi kematian pada semua umur disebabkan oleh Hipertensi sehingga Hipertensi dikatakan sebagai penyebab kematian ketiga setelah *stroke* dan *tuberkulosis*. Estimasi jumlah kasus Hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang dengan angka kematian akibat Hipertensi sebesar 427.218 kematian. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%) (3). Menurut Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018, menyatakan bahwa prevalensi Hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun yaitu sebesar 34,1%, yang mana tertinggi yaitu Kalimantan Selatan (44.1%), sedangkan terendah di Papua (22,2%). Beberapa penyebab penyakit Hipertensi yaitu seperti berlebihan mengonsumsi minuman kopi dan minuman beralkohol, merokok, rasa cemas, terkejut dan stress yang berlebihan atau sulit dikendalikan, kandung kemih yang penuh (seperti selalu ingin buang air kecil) dan lain sebagainya (3). Faktor-faktor lainnya yang mempengaruhi terjadinya Hipertensi yaitu usia, keturunan, obesitas, pola makan banyak garam, aktifitas, tingkat stres, merokok, dan minuman keras (4).

Stres diakibatkan terdapatnya penekanan di lingkungan sekitar yang akhirnya memunculkan rangsangan terhadap reaksi tubuh & psikis serta memicu meningkatnya tekanan darah pada penderita Hipertensi (5) Hubungan antara stres dengan terjadinya Hipertensi diduga akibat aktivitas saraf simpatis yang dimana mengalami peningkatan saraf sehingga menyebabkan naiknya tekanan darah secara *intermiten* (tidak menentu) (6) Beberapa reaksi yang dipicu oleh kondisi stres yaitu seperti meningkatnya tekanan darah, pembuluh darah menyempit, hingga cara bernapas seseorang cenderung menjadi lebih cepat. Pada saat stres, hormon *korisol* dan *adrenalin* akan dilepas oleh tubuh sehingga membuat kerja jantung akan menjadi lebih cepat. Hormon tersebut juga mampu meluapkan energi secara percuma sehingga menimbulkan rasa mudah lelah (7) Jika stres yang dialami berkepanjangan dan tidak mengelola stres dengan baik maka dapat mengakibatkan tekanan darah menetap tinggi sehingga menimbulkan kondisi Hipertensi (6).

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti (8) di Puskesmas Bua menunjukkan bahwa dari 80 responden yang diteliti, jumlah responden yang memiliki tingkat stres ringan yang mengalami kejadian Hipertensi diperoleh sebanyak 0 (0%) dan tidak Hipertensi sebanyak 21 (100%) yang dimana masyarakat mengalami stres tetapi tidak memiliki riwayat Hipertensi. Adapun responden yang memiliki tingkat stres sedang yang mengalami kejadian Hipertensi diperoleh sebanyak 40 (88,9%) responden, dan yang tidak Hipertensi sebanyak 5 (11,1%), kemudian yang memiliki tingkat stres berat yang mengalami kejadian Hipertensi sebanyak 13 (92,9%) dan tidak mengalami Hipertensi sebanyak 1 (7,1%).

Menurut (9) Dalam penelitian (10), bahwa stress yang berkelanjutan mempengaruhi tubuh seseorang dan dapat mendorong perilaku menjadi tidak sehat. Stress adalah realitas kehidupan sehari-hari yang tidak bisa dihindari. Hasil penelitian (11) didapatkan dari 98 responden terdapat 45,9% (45 orang) yang mengalami stress berat. Dikutip dari penelitian (8) bahwa orang yang mengalami stress diakibatkan adanya penekanan di sekitar lingkungan.

Berdasarkan data yang di dapat di Puskesmas S.Parman dikatakan bahwa kejadian Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas S. Parman Kota Banjarmasin pada tahun 2021 terdapat kasus sebanyak 662 penderita Hipertensi. Sedangkan pada tahun 2022 di wilayah kerja tersebut dari bulan Januari sampai dengan bulan Mei terdapat sebanyak 426 kasus penderita Hipertensi, yang dimana kasus Hipertensi ini merupakan kasus penyakit tidak menular tertinggi yang ada di wilayah kerja Puskesmas S.Parman tersebut (12).

Dari uraian permasalahan tersebut, maka penulis tertarik untuk meneliti apakah terdapat hubungan tingkat stres dengan penyakit Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas S. Parman Kota Banjarmasin.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif yang bersifat analisis dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita Hipertensi pada bulan Januari sampai dengan Mei tahun 2022 di wilayah kerja Puskesmas S. Parman Kota Banjarmasin dengan jumlah pasien Hipertensi sebanyak 426 pasien. Sampel penelitian ini adalah pasien yang bersedia menjadi responden dan menderita Hipertensi (tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg) yang berusia ≥ 18 tahun di wilayah kerja Puskesmas S. Parman Kota Banjarmasin dengan jumlah sebanyak 81 responden yang diambil dengan teknik Accidental Sampling.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa data rekam medik tekanan darah pasien, wawancara serta kuisioner yang berisi daftar pertanyaan mengenai Hipertensi dan stres pada pasien di wilayah kerja Puskesmas S. Parman Kota Banjarmasin. Dan analisis data yang digunakan adalah data univariat dan bivariat dengan menggunakan Uji Chi-Square.

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	n	%
Umur Responden		
Dewasa Awal (26-35 tahun)	1	1,2
Dewasa Akhir (36-45 tahun)	4	4,9
Lansia Awal (46-55 tahun)	5	6,2
Lansia Akhir (56-65 tahun)	40	49,4
Manula (> 65 tahun)	31	38,3
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	27	33,3
Perempuan	54	66,7
Pendidikan		
Tidak Sekolah	2	2,5
Tamat SD	10	12,3
Tamat SMP/SLTP	17	21
Tamat SMA/SLTA	43	53,1
Tamat Perguruan Tinggi/Diploma/Magister	9	11,1
Status Pekerjaan		
Tidak Bekerja	69	85,2
PNS/TNI/POLRI	1	1,2
Swasta	2	2,5
Wiraswasta	9	11,1
Riwayat Keluarga		
Ya	47	58
Tidak	34	42
Jumlah	81	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan hasil penelitian di wilayah kerja Puskesmas S. Parman Kota Banjarmasin bahwa dari 81 responden didapatkan responden terbanyak berada pada umur Lansia akhir yaitu sekitaran umur 56-65 tahun sebanyak 40 orang (49,4%), mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 54 responden (66,7%), dengan tingkat pendidikan terakhir responden sebagian besar yaitu tamat SMA/SLTA sebanyak 43 responden (53,1%), yang sebagian besar responden tidak bekerja sebanyak 69 responden (85,2%), serta responden yang mengalami Hipertensi rata-rata memiliki riwayat keluarga sebanyak 47 responden (58%).

Analisis Univariat

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Penyakit Hipertensi dan Tingkat Stres di Wilayah Kerja Puskesmas S. Parman Kota Banjarmasin

Variabel	n	%
Penyakit Hipertensi		
Hipertensi Ringan	53	65,4
Hipertensi Sedang	12	14,8
Hipertensi Berat	16	19,8

Tingkat Stres		
Tingkat Stres Ringan	30	37
Tingkat Stres Sedang	51	63
Tingkat Stres Berat	0	0
Jumlah	81	100

Berdasarkan hasil distribusi responden di wilayah kerja Puskesmas S. Parman Kota Banjarmasin menunjukkan bahwa dari 81 responden diketahui sebanyak 53 responden (65,4%) menderita Hipertensi ringan, 16 responden (19,8%) menderita Hipertensi berat dan 12 responden (14,8%) menderita Hipertensi sedang. Pada tingkat stres pasien Hipertensi menunjukkan sebanyak 51 responden (63%) berada pada tingkat stres sedang, 30 responden lainnya (37%) berada pada tingkat stres ringan, sedangkan yang mengalami tingkat stres berat tidak ada.

Analisis Bivariat

Tabel 3. Hubungan Tingkat Stres dengan Penyakit Hipertensi Responden di Wilayah Kerja Puskesmas S. Parman Kota Banjarmasin

Tingkat Stres	Penyakit Hipertensi						Total		p-value
	Ringan		Sedang		Berat		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
Tingkat Stres Ringan	25	83,3	3	10	2	6,7	30	100	0,027
Tingkat Stres Sedang	28	54,9	9	17,6	14	27,5	51	100	
Total	53	65,4	12	14,8	16	19,8	81	100	

Berdasarkan hasil analisis tabulasi silang pada hubungan tingkat stres dengan penyakit Hipertensi responden di wilayah kerja Puskesmas S. Parman Kota Banjarmasin tahun 2022 menunjukkan bahwa dari 81 responden tersebut sebanyak 25 responden (83,3%) penderita Hipertensi ringan mengalami tingkat stres ringan, 28 responden (54,9%) penderita Hipertensi ringan mengalami tingkat stres sedang, 3 responden (10%) penderita Hipertensi sedang mengalami tingkat stres ringan, 9 responden (17,6%) penderita Hipertensi sedang mengalami tingkat stres sedang, 2 responden (6,7%) penderita Hipertensi berat mengalami tingkat stres ringan, sedangkan 14 responden (27,5%) penderita Hipertensi berat mengalami tingkat stres sedang.

Dari hasil uji statistik Pearson Chi Square didapatkan nilai p-value $0,027 < \alpha (0,05)$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak yang artinya ada hubungan antara tingkat stres dengan penyakit Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas S. Parman Kota Banjarmasin.

PEMBAHASAN

Penyakit Hipertensi

Berdasarkan hasil penelitian pasien Hipertensi yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas S. Parman Kota Banjarmasin tahun 2022 menunjukkan bahwa dari 81 responden tersebut diketahui sebanyak 53 responden (65,4%) menderita Hipertensi ringan, 16 responden (19,8%) menderita Hipertensi berat dan 12 responden (14,8%) menderita Hipertensi sedang.

Dari hasil tersebut di atas menunjukkan bahwa responden paling banyak mengalami Hipertensi ringan sebanyak 53 responden (65,4%) yang diakibatkan oleh berbagai faktor seperti masyarakat yang kurang mengontrol tekanan darah teratur, sulit mengontrol emosi, mudah marah karena beberapa masalah sehingga mengalami stres dalam tingkat sedang, bertambahnya usia sehingga berkemungkinan memperbesar resiko mengalami Hipertensi, maupun karena memiliki riwayat keluarga Hipertensi ataupun komplikasi penyakit lainnya yang memicu terjadinya penyakit Hipertensi tersebut. Selain itu, sebagian besar responden yang mengalami Hipertensi ringan sebanyak 32 responden berjenis kelamin perempuan, yang dimana perempuan lebih cenderung berisiko menderita Hipertensi khususnya setelah mereka memasuki masa menopause (usia diatas 45 tahun).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (10) tentang Hubungan Tingkat Stres dan Riwayat Keluarga dengan Hipertensi pada Pasien Rawat Jalan di Wilayah Kerja Puskesmas Puruk Cahu Murung Raya yang menunjukkan bahwa sebanyak 36 responden (40,4%) mengalami Hipertensi ringan, sedangkan Hipertensi sedang sebanyak 35 responden (39,3%) dan Hipertensi berat sebanyak 18 responden (20,2%).

Tingkat Stres

Berdasarkan hasil penelitian pasien Hipertensi yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas S. Parman Kota Banjarmasin tahun 2022 menunjukkan bahwa dari 81 responden tersebut diketahui sebanyak 51 responden (63%) berada pada tingkat stres sedang, 30 responden lainnya (37%) berada pada tingkat stres ringan, sedangkan pada tingkat stres berat tidak ada yang mengalami.

Dari hasil tersebut di atas menunjukkan bahwa responden paling banyak mengalami stres pada tingkat sedang sebanyak 51 responden (63%). Responden mengalami stres kebanyakan diakibatkan oleh sering merasa tertekan dan mengalami kegelisahan terutama saat tidur sehingga tidur kurang nyenyak. Selain itu, kurang mampu mengontrol emosi, mudah marah atau kesal, mudah tersinggung dengan ucapan atau perilaku orang lain ataupun banyaknya masalah atau pekerjaan yang tidak terselesaikan sehingga menyebabkan seseorang dengan mudah mengalami stres.

Hubungan stres dengan Hipertensi sangat erat. Terjadinya Hipertensi dipicu oleh adanya stres yang dialami, yang dimana hubungan ini diduga akibat aktivitas saraf simpatis yang mengalami peningkatan saraf sehingga dapat menaikkan tekanan darah secara intermiten (tidak menentu). Stres yang berkepanjangan dapat mengakibatkan tekanan darah menetap tinggi (6). Beberapa reaksi yang dipicu oleh kondisi stres yaitu seperti meningkatnya tekanan darah, pembuluh darah menyempit, hingga cara bernapas seseorang cenderung menjadi lebih cepat. Pada saat stres, hormon *korisol* dan *adrenalin* akan dilepas oleh tubuh sehingga membuat kerja jantung akan menjadi lebih cepat. Hormon tersebut juga mampu meluapkan energi secara percuma sehingga menimbulkan rasa mudah lelah (7).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (4) tentang Hubungan antara Tingkat Stres dengan Kualitas Hidup Lansia di Desa Bulangan Haji Kecamatan Pagantenan Kabupaten Pamekasan yang mengatakan bahwa menurut tingkat stres sebagian besar responden yang mengalami Hipertensi mengalami stres sedang sebanyak 27 responden (51,9%) dan sebagian kecil mengalami stres sangat berat sebanyak 2 orang (3,9%).

Selain itu, pada penelitian yang dilakukan oleh (8) tentang Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi pada IRT pada Masa Pandemi di Puskesmas Bua juga mengatakan bahwa responden yang mengalami tingkat stres ringan sebanyak 21 responden (26,3%), tingkat stres sedang sebanyak 45 responden (56,3%) dan tingkat stres berat sebanyak 14 responden (17,5%).

Hubungan Tingkat Stres dengan Penyakit Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas S.Parman Kota Banjarmasin tahun 2022

Berdasarkan hasil penelitian secara analisis tabulasi silang pada pasien Hipertensi yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas S.Parman Kota Banjarmasin tahun 2022 menunjukkan bahwa dari 81 responden tersebut sebanyak 25 responden (83,3%) penderita Hipertensi ringan mengalami tingkat stres ringan, 28 responden (54,9%) penderita Hipertensi ringan mengalami tingkat stres sedang, 3 responden (10%) penderita Hipertensi sedang mengalami tingkat stres ringan, 9 responden (17,6%) penderita Hipertensi sedang mengalami tingkat stres sedang, 2 responden (6,7%) penderita Hipertensi berat mengalami tingkat stres ringan, sedangkan 14 responden (27,5%) penderita Hipertensi berat mengalami tingkat stres sedang.

Dari hasil uji statistik *Pearson Chi Square* didapatkan nilai $p\text{-value } 0,027 < \alpha (0,05)$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak yang artinya ada hubungan antara tingkat stres dengan penyakit Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas S.Parman Kota Banjarmasin tahun 2022.

Dari hal tersebut di atas maka dapat dinyatakan bahwa responden yang menderita Hipertensi mengalami stres dengan tingkat sedang maupun ringan yang artinya stres tersebut memicu terjadinya peningkatan tekanan darah sehingga terjadilah Hipertensi dengan rentang dari Hipertensi ringan hingga berat.

Stres diakibatkan terdapatnya penekanan di lingkungan sekitar yang akhirnya memunculkan rangsangan terhadap reaksi tubuh dan psikis serta memicu meningkatnya tekanan darah pada penderita Hipertensi (5). Stres yang berkepanjangan dan tidak mengelola stres dengan baik dapat mengakibatkan tekanan darah menetap tinggi sehingga menimbulkan kondisi Hipertensi. Selain itu, hubungan antara stres dengan Hipertensi ini juga diduga akibat aktivitas saraf simpatis yang mengalami peningkatan saraf sehingga dapat menaikkan tekanan darah secara *intermiten* (tidak menentu) (6).

Responden yang mengalami stres kebanyakan diakibatkan oleh sering merasa tertekan dan mengalami kegelisahan terutama saat tidur sehingga tidur kurang nyenyak. Selain itu juga, kurang mampu mengontrol emosi, mudah marah atau kesal, mudah tersinggung dengan ucapan atau perilaku orang lain ataupun banyaknya masalah atau pekerjaan yang tidak terselesaikan juga menjadi penyebabnya sehingga menyebabkan seseorang mudah mengalami stres.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (8) tentang Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi pada IRT pada Masa Pandemi di Puskesmas Bua yang menunjukkan bahwa nilai $p\text{-value } 0,000$ yang berarti $p < \alpha (0,05)$ yang artinya ada hubungan tingkat stres dengan kejadian Hipertensi pada ibu rumah tangga pada masa pandemi covid-19 di Puskesmas Bua tahun 2021.

Selain itu juga, pada penelitian yang dilakukan oleh (10) tentang Hubungan Tingkat Stres dan Riwayat Keluarga dengan Hipertensi pada Pasien Rawat Jalan di Wilayah Kerja Puskesmas Puruk Cahu Murung Raya yang menunjukkan bahwa nilai $p\text{-value } 0,000 < 0,05$ yang artinya ada hubungan antara tingkat stres dengan kejadian Hipertensi pada pasien rawat jalan di wilayah kerja Puskesmas Puruk Cahu Murung Raya tahun 2021.

KESIMPULAN

Studi ini menyimpulkan bahwa penyakit Hipertensi responden sebagian besar mengalami Hipertensi ringan sebesar 65,4% dan tingkat Stres responden sebagian besar mengalami stres sedang sebesar 63%. Ada hubungan tingkat stres ($p\text{-value}=0,027$) dengan penyakit Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas S. Parman Kota Banjarmasin.

SARAN

Diharapkan bagi Puskesmas upaya tindak lanjut meningkatkan komitmen kerjasama lintas sektor/tokoh masyarakat untuk melakukan promosi kesehatan/penyuluhan tentang penatalaksanaan Hipertensi terutama bagi Lansia sebagai responden terbanyak untuk selalu aktif datang ke Faskes melakukan kontrol rutin dan patuh minum obat sesuai dengan resep yang dianjurkan dokter. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian lebih dalam maupun lebih luas lagi dengan variabel yang berbeda seperti gaya hidup, pola makan dan riwayat keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization (WHO). Hypertension. 2022;
2. World Health Organization (WHO). World Hypertension Day 2019. World Health Organization (WHO). 2019.
3. Kemenkes RI. Hipertensi Si Pembunuh Senyap. 2019. p. 1–5.
4. Hermawan MBA. Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Desa Bulangan Haji Kecamatan Pagantenan Kabupaten Pamekasan. Pamekasan; 2021.
5. Situmorang DF. Anggota Prolanis Di Wiayah Kerja Puskesmas Parongpong Fakultas Ilmu Keperawatan. Klabat J Nurs. 2020;2(1):11–18.
6. Sevtiliana dkk E. Hubungan Pengetahuan, Pola Makan dan Stres dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Pekauman Banjarmasin Tahun 2021. 2021;1(69):1–13.
7. P2PTM Kemenkes RI. Kenapa stres dapat menyebabkan penyakit?.. Kementerian Kesehatan RI. 2021.
8. Ikhsan H. Hubungan Tingkat Stress Dengan Kejadian Hipertensi Pada IRT Pada Masa Pandemi Di Puskesmas Bua Tahun 2021. 2021;1(1):17–21.
9. Rustam, H. K., & Tentama F. Membuat Skala Stres Akademik Dan Aplikasinya Bagi Mahasiswa : Validitas Dan Reliabilitas Tes Dalam Psikometri. Int J Sci Technol Res [Internet]. 2020;9(1):661–7. Available from: <http://eprints.uad.ac.id/20080/1/Creating-Academic-Stress-Scale-And-The-Application-For-Students-.pdf>
10. Septiana Ayu Cahyaning Tyas M zulfikar. HUBUNGAN TINGKAT STRESS DENGAN TINGKAT TEKANAN DARAH PADA LANSIA. J Penelit Keperawatan Kontemporer [Internet]. 2021;1(2):75–82. Available from: <file:///C:/Users/User/Downloads/272-Article Text-1085-1-10-20210728.pdf>
11. Hasbi Taobah Ramdani dkk. HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA PENDERITA HIPERTENSI. J Keperawatan Aisyiyah [Internet]. 2017;4(1):37–45. Available from: <https://journal.unisa-bandung.ac.id/index.php/jka/article/view/5/5>
12. Puskesmas S.Parman. Profil Kesehatan Puskesmas S.Parman Kota Banjarmasin Tahun 2021. 2021.
13. Nabila dkk A. Hubungan Tingkat Stres dan Riwayat Keluarga dengan Hipertensi pada Pasien Rawat Jalan di Wilayah Kerja Puskesmas Puruk Cahu Murung Raya Tahun 2021. 2021;1–14.