

# HUBUNGAN STRES KERJA DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA PEKERJA BURUH DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KALIWUNGU KUDUS

Umi Faridah <sup>a\*</sup>, Yulisetyaningrum <sup>b</sup>, Rusnoto, Hengki Hermawan <sup>c</sup>

<sup>a</sup> Stikes Muhammadiyah Kudus, Program Keperawatan

<sup>b</sup> umifaridah@stikesmuhkudus.ac.id

<sup>b</sup> Stikes Muhammadiyah Kudus, Program Keperawatan

## Abstrak

Latar Belakang : Penyakit hipertensi merupakan masalah yang sedang dialami oleh seluruh dunia. Berdasarkan data WHO (2008), sebesar 40% penduduk usia dewasa menderita hipertensi. Hipertensi salah satunya disebabkan oleh factor stres, salah satunya orang zaman sekarang sibuk mengutamakan pekerjaan untuk mencapai kesuksesan. Kesibukan dan kerjakeras serta tujuan-tujuan yang berat mengakibatkan timbulnya rasa stress dan timbulnya tekanan yang tinggi. Tujuan : Diketuinya hubungan stress kerja dengan kejadian hipertensi pada pekerja pabrik di wilayah kerja Puskesmas Kaliwungu Kudus 2017. Metode : Jenis penelitian Analitik Korelasi. Menggunakan pendekatan Cross Sectional. Sampel 81 responden pasien rawat jalan puskesmas Kaliwungu dengan tehnik random sampling. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner. Analisa data univariat dan bivariate. Uji hubungan penelitian ini menggunakan Spearman rhow. Hasil Penelitian : Penelitian tentang hubungan stress kerja dengan kejadian hipertensi pada buruh pabrik di wilayah kerja puskesmas Kaliwungu Kudus 2017 dengan uji statistic Spearman Rhow di peroleh nilai p (0.000). Kesimpulan : Ada hubungan stress kerja dengan kejadian hipertensi pada pekerja pabrik di wilayah kerja Puskesmas Kaliwungu Kudus 2017. (Ha diterima, Ho ditolak)

**Kata Kunci** : Stres Kerja, Hipertensi

## Abstract

*Background: Hypertension is a problem that is being experienced by the whole world. Based on WHO (2008) data, 40% of adult population suffers from hypertension. Hypertension is one of the reasons caused by stress factors, one of which people today are busy prioritizing work to achieve success. Busyness and hard work and heavy goals result in a sense of stress and high pressure. Objective: Knowledge of the working stress relationship with the incidence of hypertension in factory workers in the work area of Puskesmas Kaliwungu Kudus 2017. Method: Types of research Correlation Analytic. Using Cross Sectional approach. Samples 81 respondents outpatient Puskesmas Kaliwungu with random sampling technique. Measuring tool used is questionnaire. Analysis of univariate and bivariate data. Testing this research relationship using Spearman rhow. Results: Research on the relationship of work stress with the incidence of hypertension in factory workers in the work area of Kaliwungu Kudus Health Center 2017 premises praise Spearman Rhow statistic in p value (0.000). Conclusion: There is a working stress relationship with the incidence of hypertension in factory workers in the work area of Puskesmas Kaliwungu Kudus 2017. (Ha accepted, Ho rejected)*

**Keywords** : Job Stress, Hypertension

## I. LATAR BELAKANG

Penyakit hipertensi merupakan masalah yang sedang dialami oleh seluruh dunia. Berdasarkan data WHO (2008), sebesar 40% penduduk usiadewasa menderita hipertensi. Prevalensi di Amerika sebesar 35%, dikawasan Eropa sebesar 41%, dan Australia sebesar 31,8%. Prevalensi hipertensi

pada kawasan Asia Tenggara adalah sebesar 37%, Thailand sebesar 34,2%, Brunei Darusalam 34,4%, Singapura 34,6% dan Malaysia 38%. (Sinubu, dkk, 2015)

Banyak negara saat ini, prevalensi hipertensi meningkat sejalan perubahan gaya hidup. Hipertensi sudah menjadi masalah kesehatan masyarakat dan akan menjadi

masalah yang lebih besar jika tidak ditanggulangi, dimana hipertensi adalah salah satu penyebab kematian nomor satu secara global. (Sinubu, dkk, 2015)

Hipertensi merupakan salah satu factor penting sebagai pemicu Penyakit Tidak Menular (Non Communicable Disease = NCD) seperti Penyakit Jantung, Stroke dan lain-lain yang saat ini menjadi momok penyebab kematian nomer wahid di dunia. Hasil penelitian sporadis di 15 Kabupaten/ Kota di Indonesia, yang dilakukan oleh Felly PS, dkk (2011-2012) dari Badan Litbangkes Kemkes, memberikan fenomena 17,7% kematian disebabkan oleh Stroke dan 10,0% kematian disebabkan oleh Ischaemic Heart Disease. Dua penyakit penyebab kematian teratas ini, soulmate factor nya adalah Hipertensi. Provinsi Jawa Tengah, terdapat sekitar (26,4 9,5 = 16,9%) masyarakatnya yang Kurang sadar / tidak tahu bahwa dirinya dalam kondisi Hipertensi. Seperti juga di Provinsi Gorontalo, terdapat sekitar (29 11,3 = 17,7%) masyarakatnya yang tidak tahu dirinya Hipertensi dst. (KEMENKES, 2015)

Hasil dari Riskesdas (2015) Prevalensi hipertensi di Indonesia yang di dapat melalui pengukuran pada umur  $\geq 18$  tahun sebesar 25,8%, tertinggi di Bangka Belitung (30,09%), diikuti Kalimantan Selatan (29,6%), dan Jawa Barat (29,4%). Untuk prevalensi provinsi Sulawesi Utara berada di posisi ke 7 dari 33 provinsi yang ada di Indonesia yaitu sebesar 27,1%. Dan melalui hasil penelitian dari Riskesdas (2013) terhadap hipertensi menurut karakteristiknya didapat bahwa status pekerjaan juga dapat mempengaruhi terjadinya hipertensi dengan prevalensi sebesar 24,72%. (KEMENKES, 2015).

Jumlah penduduk berisiko ( $> 15$  th) yang dilakukan pengukuran tekanandarah pada tahun 2015 tercatat sebanyak 2.807.407 atau 11,03 persen. Persentase penduduk yang dilakukan pemeriksaan tekanan darah tahun 2015 tertinggi di Kota Salatiga sebesar 41,52 persen, sebaliknya persentase terendah pengukuran tekanan darah adalah di Kabupaten Banjarnegara sebesar 0,83 persen. Kabupaten/kota dengan cakupan di atas rata-rata provinsi adalah Jepara, Pati, Kota

Magelang, Kota Tegal, dan Kota Surakarta. (DINKES JATENG, 2015).

Hipertensi merupakan faktor resiko terjadinya penyakit jantung, stroke, ginjal dan gangguan penglihatan (Smeltzer and Bare, 2008) hamper 69% dari penderita serangan jantung, 77% dari penderita stroke, 74% dari penderita gagal jantung mengidap hipertensi, dan 60% dari penderita hipertensi berahir stroke, sisanya pada penyakit jantung, gagal ginjal, dan kebutaan (Tri,2008).

Hipertensi salah satunya disebabkan oleh faktor stres, salah satunya orang zaman sekarang sibuk mengutamakan pekerjaan untuk mencapai kesuksesan. Kesibukan dan kerja keras serta tujuan- tujuan yang berat mengakibatkan timbulnya rasa stres dan timbulnya tekanan yang tinggi. Perasaan tertekan membuat tekanan darah menjadi naik. Selain itu, orang yang sibuk juga tidak sempat untuk berolahraga. Akibatnya lemak tubuh semakin banyak dan tertimbun yang dapat menghambat aliran darah. Pembuluh yang terhimpit oleh tumpukan lemak menjadikan tekanan darah menjadi tinggi. Inilah salah satu penyebab terjadinya hipertensi. (Sinubu, dkk, 2015).

Penelitian yang dilakukan oleh S.Parikh (2011) dalam jurnal *The Study of Epidemiology & Determinents of Hypertension in Urban Health Training Centre (UHTC)* menunjukkan bahwa aktivitas fisik memiliki hubungan terhadap hipertensi. Dan responden yang memiliki pekerjaan berat beresiko terjadi hipertensi. Sementara dalam penelitian ini responden ( 3,4 %) pekerja sedang mengalami hipertensi yang secara signifikan lebih rendah ( nilai  $z = 8.27$ ,  $p = 0,001$  ) dibandingkan prevalensi 31,1 % di antara pekerja berat/menetas. Beberapa temuan yang sama yang diteliti di daerah perkotaan Chandigarh, ada 86.8% hipertensive berada di kelompok yang sering melakukan aktivitas fisik & risiko terjadi hipertensi sebesar 35% pada kelompok yang memiliki aktivitas kurang. Hampir semua orang didalam kehidupan mereka mengalami stres berhubungan dengan pekerjaan mereka. Hal ini dapat dipengaruhi karena tuntutan kerja yang terlalu banyak (bekerja terlalu keras dan sering kerja lembur) dan jenis pekerjaan yang

harus memberikan penilaian atas penampilan kerja bawahannya atau pekerjaan yang menuntut tanggung jawab bagi manusia. Beban kerja meliputi pembatasan jam kerja dan jam kerja yang diharuskan adalah 6-7 jam setiap harinya. Sisanya digunakan untuk keluarga dan masyarakat, istirahat, tidur dan lain-lain. Dalam satu minggu seseorang bekerja dengan baik selama 40-50 jam, lebih dari itu terlihat kecenderungan yang negatif seperti kelelahan kerja, penyakit dan kecelakaan kerja (Sinubu, dkk, 2015).

Berdasarkan data survei awal di Puskesmas Kaliwungu Kudus pada tanggal 23 Desember 2016, didapatkan data 3 bulan terakhir dari bulan September sampai November 2016 dengan jumlah pasien hipertensi total Laki-laki dan perempuan sebanyak 484 orang dengan rincian Pasien Hipertensi, pada bulan September jumlah pasien hipertensi Laki-laki 39 dan perempuan 120, pada bulan Oktober jumlah pasien hipertensi laki-laki 69 dan perempuan 71, pada bulan November jumlah pasien hipertensi laki-laki 77 dan perempuan 54. Dari data diatas didapatkan kesimpulan bahwa rata-rata jumlah pasien hipertensi di Puskesmas Kaliwungu sejumlah laki-laki 80 perbulan, perempuan 82 perbulan dan jumlah total pasien hipertensi sebanyak 161 perbulan. Selain itu peneliti juga melakukan wawancara kepada pasien hipertensi dan didapatkan hasil dari 10 responden, 60% penderita hipertensi dikarenakan stress akibat kerja, 30% karena kurangnya waktu olah raga dan istirahat, 10% karena factor keturunan.

Berdasarkan berbagai penjelasan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terhadap Hubungan stress kerja dengan kejadian Hipertensi di Puskesmas Kaliwungu Kudus Tahun 2016.

## II. METODE PENELITIAN

peneliti ini akan mencoba menganalisa hubungan antara Stres kerja dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Kaliwungu Kudus 2017. Sesuai dengan metode penelitian maka rancangan yang digunakan peneliti adalah cross sectional yaitu suatu penelitian untuk

mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (point time approach) (Notoatmojo 2010 ). Dalam penelitian ini menggunakan Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah simple random sampling, yaitu cara pengambilan sampel dari semua anggota populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam anggota populasi (Saryono, 2010). Jumlah sampel dalam penelitian ini 81 responden. Instrument dalam penelitian ini menggunakan kuesioner ceklist Stres kerja. analisa bivariate penelitian ini menggunakan Dalam penelitian ini menggunakan uji Spearman-rho.

## III. HASIL PENELITIAN

Distribusi Frekuensi Stres Kerja responden di Puskesmas Kaliwungu Kabupaten Kudus Tahun 2017 (N=81)

Stres Kerja	Frekuensi	Presentase (%)
Ringan	7	8.6
Sedang	31	38.3
Berat	43	53.1
Total	81	100.0

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki stress kerja katagori berat sebesar 43 (53,1%).

Distribusi Frekuensi Kejadian Hipertensi responden di Puskesmas Kaliwungu Kabupaten Kudus Tahun 2017 (N=81)

Kejadian Hipertensi	Frekuensi	Presentase (%)
Tidak Hipertensi	16	19.8
Hipertensi	65	80.2
Total	81	100.0

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami hipertensi sebesar 65 (80,2%) responden, sedangkan yang tidak hipertensi sebesar 16 (19,8%) responden.

Distribusi Frekuensi Stres Kerja Dengan Kejadian Hipertensi responden di Puskesmas Kaliwungu Kabupaten Kudus Tahun 2017

Stres Kerja	Hipertensi				Total		P Value
	Hipertensi		Tidak Hipertensi		F	%	
	F	%	F	%			
Ringan	0	0	7	100	7	100	0.000
Sedang	22	70.96	9	29.03	31	100	
Berat	43	100	0	0.0	43	100	
Total	65	80.25	16	19.75	81	100	

Berdasarkan tabel di atas dapat dijabarkan bahwa dari 7 responden dengan jenis stress kerja katagori ringan, diperoleh sebanyak 7 (100%) responden tidak mengalami hipertensi. Lalu dari 31 responden dengan stress kerja katagori sedang, diperoleh sebanyak 22 (70.96%) responden mengalami Hipertensi dan 9 (29.03%) responden tidak mengalami hipertensi. Dan dari 43 responden dengan jenis stres kerja berkatagori berat diperoleh responden sebanyak 43 yang mengalami hipertensi, dan yang tidak mengalami hipertensi tidak ada.

Uji statistic Spearman Rho yang dipilih dengan alasan bahwa pada penelitian ini sesuai judul yaitu menggunakan uji korelasi, lalu di Devinisi Oprasional Variabel terdapat skala ordinal dan ordinal, dan pada penelitian ini data yang di gunakan adalah data non parametric. Hasil uji diperoleh nilai p value sebesar  $0.000 < \alpha = 0.05$  yang menyatakan Ho ditolak artinya ada hubungan bermakna antara pola stress kerja dengan kejadian hipertensi pada pekerja pabrik di wilayah kerja Puskesmas kaliwungu Kudus 2017. Dan untuk nilai koefisien korelasi yaitu 0.627 yang artinya antara dua variabel tersebut memiliki tingkat hubungan yang kuat antara variabel stress kerja dengan kejadian hipertensi.

**IV. PEMBAHASAN**

Dari hasil temuan data responden sebanyak 81 responden, terdapat 43 responden dengan katagori berat mengalami hipertensi.

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan dengan uji statistic Nonparametric Correlations Spearman row diperoleh nilai p value sebesar  $0.001 < \alpha = 0.005$  yang menyatakan Ho ditolak artinya ada hubungan bermakna antara stress kerja dengan kejadian hipertensi pada pekerja

buruh di wilayah kerja Puskesmas Kaliwungu Kudus 2017. Dengan nilai keeratanya yaitu 0.627 yang berarti tingkat keeratan antara variabel stress kerja dengan kejadian hipertensi yaitu kuat.

Hasil yang sama dikemukakan oleh kalangi (2015), dalam penelitiannya ditemukan hubungan antara streskerja dengan kejadian hipertensi. Pada 80 responden yang memiliki tingkat stress kerja dengan hipertensi didapatkan data sebanyak 71 orang (88,8%) mengalami hipertensi, dan sebanyak 9 orang (11,2%) tidak mengalami hipertensi. Lingkungan yang tidak nyaman tempat kerja, beban kerja yang berlebihan serta tuntutan ekonomi semakin menaik, memicu terjadinya stress kerja(Kalangi, 2015).

Menurut Vander Molen, Hoonakker & Van Duivenboolen dalam Agwu dan Tiemo (2012) mengidentifikasi bahwa penyebab stres kerja di pabrik yaitu tuntutan pekerjaan yang melebihi kemampuan karyawan, kondisi fisik yang menurun dapat memcu terjadinya stress kerja yang berkepanjangan. Dari stress kerja tersebut akan berdampak pada kondisi fisik serta kesehatan salah satunya yaitu kenaikan tekanan darah.

Dari uraian kedua sumber diatas, sesuai dengan yang ditemukan peneliti selama melakukan penelitian bahwa responden yang memeriksakan kesehatanya di Puskesmas kesehatan dengan diagnose dokter yang bertugas, bahwa sebagian besar mengalami hipertensi dengan alasan sesuai jawaban dari kuesioner yang di berikan peneliti yaitu beban kerja yang berlebihan, tempat kerja yang tidak nyaman, atasan yang tidak ramah, tuntutan pekerjaan yang melebihi kemampuan pekerja, upah yang tidak sesuai, dan kondisi fisik

tempat kerja seperti cahaya, suhu, bau ruangandan sekat tempat kerja.

Temuan peneliti selama penelitian juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Agwu dan Tiemo (2012) dalam judul Hubungan Tingkat Stres Kerja dengan Masalah Kesehatan Pada Pekerja Kontraktor di Wonosobo 2012. Menunjukkan bahwa pekerja dengan tingkat stress kerja berat beresiko mengalami hipertensi dengan hasil uji statistic yaitu  $p$  value  $0.001 < 0.005$ . yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakana antara stress kerja berat dengan hipertensi.

Penelitian yang dilakukan oleh Puguh Novi Prasetyo (2015) dalam judul Faktor Penyebab Stres Kerja Karyawan kontraktor Di Surabaya 2015. Menunjukkan bahwa stress kerja paling sering dipengaruhi oleh faktor beban kerja dan waktu (38.518%), faktor pengembangan karir (19.816%), dan faktor lingkungan kerja yang buruk (10.113%). Menurut penelitian Puguh juga dari tiga faktor penyebab stress kerja juga berdampak bagi kesehatan karyawan berupa peningkatan detak jantung, tekanan darah naik, menimbulkan sakit kepala, bahkan sampai memicu serangan jantung.

Diperkuat lagi dengan penelitian yang dilakukan oleh Robbins dan Judge (2011) dalam judul Dampak Stres kerja Terhadap Karyawan Di Tangerang 2011. Bahwa dampak stress kerja salah satunya yaitu psikologis dari stress kerja antara lain dapat menyebabkan ketidakpuasan kerja, mengakibatkan ketegangan, kecemasan, kejengkelan, kejenuhan dan sikap yang suka menunda-nunda pekerjaan. gampang/mudah merasa tersinggung, kurang puas dengan hasil kerja, tidak masuk/absent, menurunnya tingkat produktivitas, tidak bersemangat dalam bekerja, merasa gelisah dalam bekerja, cenderung membuat kekeliruan, menunda-nunda mengerjakan pekerjaan, sulit tidur akibat pekerjaan, menurunnya nafsu makan karena beban kerja, dan Adanya tingkat keluar karyawan yang tinggi. Lalu dampak bagi kesehatannya yaitu sakit kepala, tekanan darah tinggi, sakit maag, mudah kaget, kaku leher belakang sampai punggung, dada terasa panas/nyeri, rasa tersumbat di kerongkongan dan sejumlah gejala lain.

Dari ketiga penelitian diatas peneliti menarik kesimpulan bahwa stress kerja dapat memicu terjadinya berbagai masalah kesehatan terutama kejadian tekanan darah tinggi atau hipertensi pada karyawan pabrik yang di sebabkan oleh faktor faktor penyebab stress kerja seperti beban kerja yang berlebihan, lingkungan tempat kerja yang buruk, serta meningkatnya kebutuhan hidup dengan tidak adanya kenaikan gaji yang sesuai.

## V. KESIMPULAN

1. Stres Kerja pada pasiendi Puskesmas Kaliwungu Kudus 2017 dengan katagori ringan 7 responden, katagori sedang 31 responden, dan berat 43 responden.
2. Hipertensi pada pasien di Puskesmas Kaliwungu Kabupaten Kudus 2017 dengan jumlah responden 81 pasien rawat jalan Puskesmas Kaliwungu Kudus, 65 responden mengalami Hipertensi, dan 16 responden tidak mengalami hipertensi.
3. Ada hubungan stres kerja dengan kejadian hipertensi pada pekerja buruh pabrik di wilayah kerja Puskesmas Kaliwungu Kudus 2017 dengan hasil uji statistic kendall's tau diperoleh hasil nilai  $p$  value 0.000 kurang dari nilai  $\alpha$  0.05 yang menyatakan  $H_0$  ditolak artinya ada hubungan bermakna antara stress kerja dengan hipertensi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agus, R. (2011). Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Arikunto, S. (2010). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta: Rineka Cipta.
- Hidayat, A. A. (2007). Riset Keperawatan Dan Teknik Penulisan Ilmiah. Jakarta: Salemba Medika.
- Machfoedz, I. (2009). Metodologi Penelitian Bidang Kesehatan, Keperawatan, Kebidanan, Kedokteran. Yogyakarta: Fitramaya.
- Notoatmojo, S. (2010 ). Metode Penelitian Kesehatan . Jakarta: PT Rineka Cipta.

- Nursalam. (2008). Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2008). Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2013). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Surabaya: Salemba Medika.
- Riyanto, A. (2011). Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Nuha Medika.
- Riyanto, Y. (2010). Paradigma Baru Pembelajaran. Jakarta: Kencana Prenada Bahan Ajar Group.
- Saifudin, A. (2012). Metode Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Saryono. (2010). Metodologi Penelitian Kesehatan Penuntun Praktis Bagi Pemula. Yogyakarta: Mitra Cendekia.
- Shi, J. (2008). Health Services Research in Health Care. Delmar Pub.
- Sugiyono. (2009). Statistika Untuk Penelitian. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sugiyono. (2010). METODE PENELITIAN PENDIDIKAN(Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D). Bandung: Alfabeta.
- Swarjana, I. K. (2015). Metodologi Penelitian Kesehatan (Edisi Revisi). Yogyakarta: Perpustakaan Nasional.
- Sylvia, A. (2016). Beban Kerja, Stres Kerja. Jakarta: Salemba Medica.
- Videbeck. (2008). Stres Kerja Fisik. Bandung: EGC.
- wade, r. (2016). Studi Kejadian Hipertensi Akibat Bising Yang Tinggal Di Wilayah Kereta Api Semarang . Tesis.
- WHO. (2015). Pengendalian Hipertensi. Kesehatan Sedunia.
- Yudik, P. (2010). Olahraga Bagi Wanita Hamil. Jurnal Penelitian