

HUBUNGAN ANTARA STRES DENGAN KEJADIAN HIPERTENSIPADA DEWASA AWAL DI DUSUN BENDO DESA TRIMURTI SRANDAKAN BANTUL YOGYAKARTA

Evita Rizky (1), Wahyuningsih (2), Zulpahiyana(3)

INTISARI

Latar Belakang: Dewasa awal merupakan salah satu tahapan dalam perkembangan kehidupan manusia. Dewasa awal ini memiliki perubahan ataupun ciri-ciri dari masa kematangan fisik maupun psikologis dan cenderung lebih mudah mengalami stres. Terdapat beberapa jenis penyakit yang berhubungan dengan stres, diantaranya hipertensi. Stres yang dialami seseorang akan meningkatkan resistensi pembuluh darah perifer dan curah jantung sehingga akan menstimulasi aktivitas saraf simpatis yang akan memicu kerja jantung dan menyebabkan peningkatan tekanan darah.

Tujuan: Mengetahui hubungan antara stres dan kejadian hipertensi pada dewasa awal di Dusun Bendo Desa Trimurti Srandakan Bantul Yogyakarta.

Metode: Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *non eksperimental* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah dewasa awal di Dusun Bendo Desa Trimurti Srandakan Bantul Yogyakarta berjumlah 78 dewasa awal dengan menggunakan teknik *accidental sampling*. Data primer diperoleh melalui pengisian kuesioner dan pengukuran langsung dengan menggunakan kuesioner untuk mengukur tingkat stres pada dewasa awal dan menggunakan lembar observasi untuk melihat kejadian hipertensi dengan menggunakan tensimeter. Data yang diperoleh kemudian diuji dengan menggunakan uji statistik *Chi Square*.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki tingkat stres sedang (38%) dan menunjukkan hipertensi (56%). Hasil uji *chi square* menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara stres dengan kejadian hipertensi dengan nilai *p value* = 0,000. Keeratan hubungan cukup kuat dengan nilai $r = 0,593$.

Kesimpulan: Ada hubungan yang signifikan antara stres dengan kejadian hipertensi pada dewasa awal.

Kata Kunci: Dewasa Awal, Stres, Hipertensi

(1) Mahasiswa PSIK Alih Jenjang Universitas Alma Ata Yogyakarta

(2) Dosen Prodi S1 Keperawatan Universitas Alma Ata Yogyakarta

(3) Dosen Prodi S1 Keperawatan Universitas Alma Ata Yogyakarta

**THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS AND THE OCCURRENCE
HYPERTENSION IN YOUNG ADULTS IN DUSUN BENDO DESA
TRIMURTI SRANDAKAN BANTUL YOGYAKARTA**

Evita Rizky (1), Wahyuningsih (2), Zulpahiyana (3)

ABSTRACT

Background: Young adulthood represents a phase of human development. A notable characteristic of young adulthood is a tendency towards stress. There are many illnesses related to stress one of which is hypertension. Stress has the effect of increasing the resistance of peripheral blood vessels and the flow of blood to the heart which stimulates the sympathetic nervous system. This, in turn, causes the heart to pump faster than normal resulting in hypertension.

Purpose: To determine the relationship between stress and the occurrence of hypertension in young adults in Dusun Bendo Desa Trimurti Srandakan Bantul Yogyakarta.

Method: This study used a *non-experimental* design with a *cross-sectional* approach. The population used in this study was a group of 78 young adults in Dusun Bendo Desa Trimurti Srandakan Bantul Yogyakarta. This population was acquired using the technique of *accidental sampling*. The primary data was obtained through the use of questionnaires to measure the stress level of the young adults and observation sheets to detect the occurrence of hypertension via a tensimeter. The acquired data was analyzed using the *Chi Square* statistic.

Results: The results of this study show that the majority of respondents had a mild stress level (38%) and that they had hypertension (56%). The results of *chisquare* analysis indicate a statistically significant relationship between stress and the occurrence of hypertension with a *p value* of 0,000. The strength of the relationship is quite strong with a *value* of $r = 0,593$.

Conclusion: There is a statistically significant relationship between stress and the occurrence of hypertension in young adults.

Keywords: Young Adult, Stress, Hypertension

-
- (1) Student of PSIK Alih Jenjang at University of Alma Ata Yogyakarta
 - (2) Lecturer of Bachelor degree Nursing major at University of Alma Ata Yogyakarta
 - (3) Lecturer of Bachelor degree Nursing major at University of Alma Ata Yogyakarta

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah di atas 140/90 mmHg (1). Hipertensi juga disebut *the silent killer* atau pembunuh diam-diam, merupakan penyakit yang tidak menimbulkan gejala terlebih dahulu dan ditemukan secara kebetulan saat penderita datang ke pelayanan kesehatan untuk memeriksa penyakit yang dideritanya (2). Apabila tidak terkontrol, hipertensi dapat menimbulkan akibat yang lebih berat, misalnya jantung koroner, ginjal, dan sakit paru-paru. Oleh sebab itu, penderita hipertensi sebaiknya mengontrol tekanan darah (3).

Prevalensi hipertensi didunia pada tahun 2013 menurut *World Health Organization* (WHO) yaitu penduduk umur > 18 tahun mencapai 1 Milliar orang, yaitu hipertensi tertinggi di Afrika 46% sedangkan prevalensi terendah di Amerika 35%. Secara keseluruhan, negara-negara berpendapatan tinggi memiliki prevalensi lebih rendah yaitu 35% dari kelompok berpenghasilan rendah dan menengah 40%. Para peneliti memperkirakan bahwa tekanan darah tinggi hampir 9,4 juta kematian akibat penyakit kardiovaskuler setiap tahun (4). Tekanan darah tinggi dapat menyebabkan penyakit jantung dan stroke, dari jumlah 7,5 juta orang meninggal dunia hampir 13% di seluruh dunia karena penyakit hipertensi (4).

Hipertensi hampir mempengaruhi 26% dari populasi orang dewasa diseluruh dunia bahkan pada tahun 2025 diproyeksikan 29% dari populasi dunia (1,56 miliar orang dewasa) akan mengalami hipertensi (5). Data statistik kesehatan di Amerika menyebutkan 1 dari 4 orang dewasa menderita hipertensi. Kejadian hipertensi di Asia Tenggara telah membunuh 1,5 juta jiwa dan sepertiga populasi orang dewasa hidup dengan hipertensi (6), sedangkan angka prevalensi hipertensi di Indonesia sekitar 31,7% atau 1 dari 3 orang dewasa mengalami hipertensi, 76,1% tidak menyadari sudah terkena hipertensi (7).

Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) adalah salah satu provinsi yang menempati urutan 14 di Indonesia dengan prevalensi sebesar 25,7% (8). Berdasarkan informasi dari profil kesehatan kota Yogyakarta data tahun 2014 (9), kabupaten Bantul merupakan salah satu kabupaten di DIY yang memiliki tingkat kejadian hipertensi yang tinggi yaitu sebanyak 44.066. Hipertensi menduduki posisi kedua dari 10 besar penyakit yang ada di Puskesmas kabupaten Bantul ditahun 2014. Sedangkan pada tahun 2013 didapatkan sebanyak 18.259 angka kejadian hipertensi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti tanggal 31 Oktober 2016 di Puskesmas Serandakan, Bantul, didapatkan data angka kejadian hipertensi pada dewasa awal di Desa Trimurti meningkat pada tahun 2014 sebanyak 106 dan tahun 2015 yaitu 124 orang sedangkan pada 11 bulan terakhir yaitu bulan Januari sampai November tahun 2016 penderita hipertensi pada dewasa awal ada 186

orang dengan jumlah dewasa awal usia 26-35 tahun di Dusun Bendo Desa Trimurti, Srandakan, Bantul, Yogyakarta sebanyak 97 orang dari 6 RT. Dari jumlah tersebut peneliti melakukan studi pendahuluan ke 5 orang dewasa awal yang menunjukkan 3 diantaranya terkena hipertensi mengatakan sulit tidur, mengeluh sakit kepala, mudah lelah dan tersinggung. (10).

Tingginya angka prevalensi penyakit hipertensi disebabkan oleh beberapa faktor penyebab diantaranya genetik, geografi, lingkungan, jenis kelamin, umur, obesitas, kurang olahraga, minum alkohol, dan merokok (11). Hal ini juga didukung oleh penelitian Wahyuningsih dan Endri Astuti dimana dalam penelitiannya terdapat hubungan antara obesitas, kebiasaan olahraga dan tipe kepribadian dengan kejadian hipertensi (12). Berdasarkan penelitian yang dilakukan Rau dan Koto, bahwa 62,7 % orang dengan hipertensi memiliki resiko yang lebih tinggi untuk mengalami komplikasi dari hipertensi yaitu stroke (13).

Dewasa awal merupakan salah satu tahapan dalam perkembangan kehidupan manusia. Masa dewasa awal ini dimulai dari usia 26-35 tahun (14) dan diawali dengan masa transisi dari masa remaja menuju masa yang melibatkan eksperimentasi dan eksplorasi (15). Dewasa awal cenderung mudah mengalami stres karena memiliki perubahan ataupun ciri-ciri dari masa kematangan fisik maupun psikologi seperti, dewasa awal cenderung bermasalah karena masa usia reproduktif, emosional, perubahan nilai, penyesuaian diri dengan hidup baru, ketergantungan, dll (16).

Selain penyakit degeneratif, masalah psikologis merupakan faktor penting yang dapat mempengaruhi kehidupan seseorang seperti kesepian, kurang percaya diri. Hal tersebut karena kurangnya peran keluarga dan peran lingkungan sosial yang biasanya berkaitan dengan hilangnya otoritas kedudukan dapat menimbulkan konflik atau keguncangan. Sehingga hal ini pula yang menyebabkan seseorang mudah mengalami stres (17)

Stres merupakan suatu kondisi atau keadaan tubuh yang terganggu karena tekanan psikologis dan biasanya stres dikaitkan dengan penyakit psikologis (18). Penelitian Ramadhani tentang tingkat stres, diketahui bahwa lebih dari setengah responden mengalami stres sedang yaitu sebanyak 47 orang (78,3%) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa stres pada penelitiannya dapat disebabkan oleh peristiwa-peristiwa yang dapat memicu terjadinya stres (19).

Stres berkaitan dengan hipertensi. Hubungan antara stres dengan kejadian hipertensi terjadi melalui aktivitas saraf simpatis. Peningkatan saraf dapat menaikkan tekanan darah secara *intermiten* (tidak menentu). Sehingga stres yang berkepanjangan dapat mengakibatkan tekanan darah menetap tinggi. Stres akan meningkatkan *resistensi* pembuluh darah *perifer* dan curah jantung sehingga akan menstimulasi aktivitas saraf simpatis (20).

Dari hal di atas, dapat dilihat bahwa manajemen stres perlu dimiliki oleh setiap individu termasuk dewasa awal agar dapat melakukan koping secara positif terhadap stres yang menyimpannya. Manajemen stres merupakan suatu program untuk melakukan pengontrolan atau pengukuran stres yang bertujuan untuk mengenal penyebab stres dan mengetahui teknik-teknik dalam mengelola stres, sehingga orang lebih baik dalam menangani stres dalam kehidupan (21).

Berdasarkan hal tersebut, maka perlu dilakukan analisis hubungan antara stres dengan kejadian hipertensi pada dewasa awal di Dusun Bendo Desa Trimurti, Srandakan, Bantul, Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah yang dijadikan dasar penelitian ini adalah : adakah hubungan antara stres dengan kejadian hipertensi pada dewasa awal di Dusun Bendo Desa Trimurti, Srandakan, Bantul, Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan :

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara stres dengan kejadian hipertensi pada dewasa awal di Dusun Bendo Desa Trimurti, Srandakan, Bantul, Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden di Dusun Bendo Desa Trimurti, Srandakan, Bantul, Yogyakarta (umur, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan).
- b. Mengetahui frekuensi tingkat stres pada dewasa awal di Dusun Bendo Desa Trimurti, Srandakan, Bantul, Yogyakarta.
- c. Mengetahui frekuensi kejadian hipertensi pada dewasa awal di Dusun Bendo Desa Trimurti, Srandakan, Bantul, Yogyakarta.
- d. Mengetahui keeratan hubungan antara stres dengan Kejadian Hipertensi di Dusun Bendo Desa Trimurti, Srandakan, Bantul, Yogyakarta

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoriti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan para pembaca dan menjadi sumber informasi dan sumber referensi dan kontribusi penting khususnya bagi ilmu keperawatan jiwa mengenai hubungan antara stres dengan kejadian hipertensi pada dewasa awal.

2. Manfaat Praktisi

a. Bagi Profesi Keperawatan

Sebagai referensi bagi petugas kesehatan untuk meningkatkan pemberian informasi mengenai stres untuk mengurangi terjadinya hipertensi dan sebagai alat bantu untuk

meningkatkan mutu pelayanan dan memberikan tindakan keperawatan yang optimal serta dapat meningkatkan derajat kesehatan

b. Bagi Dinas Kesehatan Bantul

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan rekomendasi kebijakan untuk mempertahankan dan meningkatkan kelangsungan program pelayanan kesehatan masyarakat.

c. Bagi Puskesmas Srandakan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk menjadi materi penyuluhan pada usia dewasa awal mengenai kejadian hipertensi.

d. Bagi responden

Manfaat penelitian ini bagi dewasa awal adalah sebagai informasi kepada kepada dewasa awal agar lebih memperhatikan kesehatannya dalam mengendalikan stres sehingga dapat mengontrol hipertensinya dengan baik.

e. Bagi keluarga

Penelitian ini dapat digunakan keluarga untuk melakukan pendekatan dan perawatan yang tepat dalam memotivasi tahap dewasa awal dengan hipertensi agar dapat menjalankan diet hipertensi yang baik dan benar juga membantu tahap dewasa awal dalam meminimalkan untuk terjadinya stres.

f. Bagi Universitas Alma Ata

Penelitian ini diharapkan menjadi salah satu sumber kepustakaan di Universitas Alma Ata dan sumber informasi untuk mahasiswa Universitas Alma Ata dan peneliti-peneliti lainnya.

g. Bagi peneliti Selanjutnya

Sebagai acuan dalam melakukan penelitian lebih lanjut dalam bidang keperawatan jiwa khususnya tentang masalah-masalah yang berkaitan dengan stres pada dewasa awal.

E. Keaslian Penelitian

Keaslian dari penelitian ini dapat diketahui dari penelitian serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis lain, diantaranya :

Tabel 1.1. Keaslian Penelitian

No	Peneliti	Judul	Metode dan Hasil	Persamaan	Perbedaan
1	Sartika (2014)	Hubungan tingkat stres dengan hipertensi pada dewasa madya (dewasa setengah baya) usia 40-60 tahun di Niten Nogotirto Gamping Sleman Yogyakarta (22)	Metode : Deskriptif analitik dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . Hasil: Ada hubungan yang bermakna secara statistik antara tingkat stres dengan hipertensi pada dewasa madya di Niten Nogotirto Gamping Sleman Yogyakarta ($p < \alpha$; $0,034 < 0,05$).	Variabel <i>independent</i> yaitu stres dan variabel <i>dependent</i> hipertensi Pendekatan penelitian <i>cross sectional</i>	Perbedaannya terdapat pada populasi, sampel, tempat dan waktu penelitian yaitu di Dusun Bendo Desa Trimurti Srandakan Bantul Yogyakarta dan respondennya adalah dewasa awal usia 26-35 tahun.
2	Luluk Siti Nur (2015)	Hubungan antara tingkat stres dengan kenakalan remaja di SMPN 13 Yogyakarta (23)	Metode: non eksperimen dengan pendekatan <i>cross sectional</i> dengan menggunakan analisa data <i>kendall's tau</i> Hasil: Ada hubungan yang signifikan antara tingkat	Variabel <i>independent</i> stres Pendekatan penelitian <i>cross sectional</i>	Perbedaannya terdapat pada populasi, sampel, tempat dan waktu penelitian di Dusun Bendo Desa Trimurti Srandakan Bantul Yogyakarta dan respondennya dewasa awal usia 26-35 tahun

			stres dengan kenakalan remaja dengan nilai $p=0,019$		dengan analisa yang digunakan peneliti yaitu <i>chi square</i> .
3	Finda Amriana (2012)	Hubungan Antara Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Shelter Dongkelan Desa Wukirsari Kec. Cangkringan Kab.Sleman Provinsi Yogyakarta (24)	<p>Metode : Deskriptif analitik dengan pendekatan <i>cross sectional</i> dengan menggunakan analisan <i>korelasi spearman reank</i></p> <p>Hasil: Menunjukkan Ada hubungan antara tingkat stres pada lansia di <i>shelter</i> Dongkelan Desa Wukirsari Kec. Cangkringan Kab.Sleman Provinsi Yogyakarta yaitu stres sedang sebanyak 30 responden (69,8%), dn kejadian hipertensi 20 responden (46,5%). Nilai <i>spearman rank</i> $p=0,021$.</p>	Variabel <i>independen</i> dan variabel <i>dependent</i> Pendekatan penelitian <i>cross sectional</i>	Perbedaannya terdapat pada populasi, sampel, tempat dan waktu penelitian yaitu di dusun Bendo des Trimurti Srandakan Bantul Yogyakarta dan respondennya adalah dewasa awal usia 26-35 tahun. Dan uji statistik yang di gunakan peneliti yaitu <i>chi square</i> .

DAFTAR PUSTAKA

1. Adib, M. *Cara Mudah Memahami dan Menghindari Hipertensi, Jantung, dan Stroke*. Yogyakarta: Dianlika Printika. 2009
2. Kaidah, S., Fakhrurrazy, Setyaningtyas, D. *Pengetahuan dan Perilaku Penderita Hipertensi di Unit Kesehatan Pelabuhan (UKS PEL) PT. Pelindo III Banjarmasin Priode Juli-Agustus 2008*. Al' Ulum, Vol. 45, No. 3. Juli 2010 ; 41-46. 2010
3. Irianto, Djoko Pekik. *Panduan Gizi Lengkap Keluarga dan Olahragawan*. Yogyakarta: ANDI. 2007
4. World Health Organization. *The World Health Statistic*. [Http://www.apps.who.int/biodata](http://www.apps.who.int/biodata) di peroleh tanggal 17 Oktober 2016. 2013
5. Pawar, S., Lokhande, K. D., Padma, S., & Diwan, A. *Effect Of Pharmacist Mediated Patient In Terms Of Knowledge, Compliance And Lifestyle Modification*. International Journal Of Pharmacy and Pharmaceutical Sciences, Vol 6, Issue 4. 2014. Page: 277-281. 2014
6. World Health Organization. *The World Health Statistic 2011*. <http://www.apps.who.int/biodata> di peroleh tanggal 17 Oktober 2016.
7. Kemenkes RI. *Profil kesehatan Indonesia Tahun 2013*. Jakarta : Kemenkes RI. 2013
8. Riskesda. *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar*. <http://www.doestoe.com/does/19707850>. Diakses pada tanggal 11 Oktober 2016. 2013
9. Dinkes Bantul. *Profil Kesehatan Tahun 2015(data tahun 2014)*. Yogyakarta : Diskes Bantul. 2015
10. Puskesmas Srandakan. *Data Penyakit Hipertensi di Puskesmas Srandakan*. Srandakan: Puskesmas Srandakan. 2016
11. Emi Yuliantini dan Yonny C Maigoda. *Impact Of Sports and Nutrition Counseling To Blood Pressure and Nutritional Status Based On Waist Circumference In Hypertensive Patients At Bengkulu Municipality*. Jurnal Gizi. Bengkulu : Politeknik Kesehatan Gizi Bengkulu. Hal : 291. 2011
12. Wahyuningsih dan Endri Astuti. *Faktor Yang Mempengaruhi Hipertensi Pada Usia Lanjut*. Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia. Yogyakarta: Universitas Alma Ata. Hal : 73. 2013, diakses dari ejournal.almaata.ac.id/ pada tanggal 11 Desember 2016.
13. Rau, M.,J., Koto, F. *Faktor Risiko Kejadian Stroke di RSUD Undata Palu Tahun 2011*. Ejournal Preventif FKIK.1:1. 2011
14. Depkes, RI. *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Departemen Republik Indonesia. 2009

15. Papalia D. E., Olds, S.W, & Feldman, R. D. *Human Development (Perkembangan Manusia Edisi 10 Buku 2)*. (Penerj. Brian Marwensdy). Jakarta: Salemba Humanika. 2009
16. Nakita. *Sehat dan Bugar Berkat Gizi Seimbang*. Gramedia : Jakarta. 2010
17. Komari, M. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Stres Pada Lansia di Panti Werdha Dharma Bakti Surakarta*. Di akses 1 Desember 2016, dari <http://ctd.eprints.ums.ac.id/901/1/J220060036.pdf>. 2008
18. Mumpuni, Y, & Wulandari, A. *Cara Jitu Mengatasi Stres*. Yogyakarta : Andi Offset. 2010
19. Ramadhani, V. “*Hubungan Stres Dengan Kejadian Imsonia Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werda Kasih Sayang Ibu Batu Sangkar (SKRIPSI)*”. Fakultas Kesehatan dan MIPA, Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat Bukit Tinggi. [Http://jurnal.umsb.ac.id/wp-content/uploads/2014/09/skripsi-viska.pdf](http://jurnal.umsb.ac.id/wp-content/uploads/2014/09/skripsi-viska.pdf).(14 Desember 2016.via google). 2014
20. Dewi, S & Familia. *Hidup Bahagia Bersama Hipertensi*. A Plus Books.. Jakarta. 2010
21. Segarahayu, R. D. *Pengaruh Manajemen Stres Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Narapidana di LPW Malang*. Jurnal Online,1 (1),1-5. 2013.
22. Sartika. *Hubungan Tingkat Stres dengan Tingkat Hipertensi pada Dewasa Madya di Niten Nogotirto Gamping Sleman Yogyakarta*. Skripsi Program Studi Ilmu Keperawatan. Universitas Aisyiyah Yogyakarta. Yogyakarta. 2014
23. Luluk Siti. *Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Kenakalan Remaja di SMPN 13 Yogyakarta*. Skripsi Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Alma Ata Yogyakarta: Yogyakarta. 2015.
24. Finda Amriana. *Hubungan Antara Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Shelter Dongkelan Desa Wukirsari Kec. Cangkringan Kab.fSleman Provinsi Yogyakarta*. Karya Tulis Ilmiah Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Yogyakarta. 2012
25. Hurlock., E,B. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Tentang Kehidupan*. Edisi Kelima. 1980
26. Lim. *Psikologi Perkembangan Masa Dewasa Awal*. Abepura: Sekolah Tinggi Filsafat Teologi “Fajar Timur”. 2011
27. Hawari, D. *Manajemen stress, cemas dan depresi*. Jakarta: FKUI. 2010
28. Nasir, A. & Muhid A. *Buku dasar-dasar Keperawatan Jiwa: Pengobatan dan Teori*. Jakarta: Salemba Medika. 2010
29. Nursalam. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan, Edisi 3*. Jakarta : Salemba Medika. 2013. In: Lovibond, SH & Lobibond, PF. *Depression Anxiety Stress Scale 21 (DASS 21)*. 1995.
30. Yosep, Iyus. *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*, Bandung: PT Rapika Aditama. 2016
31. Hidayat A. A. A. *Pengantar Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika. 2007.
32. Priyoto. *Konsep Manajemen Stres*. Yogyakarta : Nuha Medika

33. Lestari, Diana Putri. *Hidup Sehat Bebas Penyakit*. Yogyakarta: Moncer Publisier. 2009
34. Prasetianingrum Y.I. *Hipertensi bukan untuk di takuti*. Jakarta: Fmedia. 2014
35. JNC. *Klasifikasi Hipertensi*. Di akses dari www.Serene.Me.UK. Pada tanggal 20 Oktober 2016. 2007
36. Natalia, A. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Pembina Plaju Palembang Tahun 2009*. Karya Tulis Ilmiah. Di akses pada tanggal 11 Oktober 2016. 2009
37. Klabunde, R. *Cardiovskuler physiology concept secondary hypertention*. Artikel Kesehatan. Di akses 22 Oktober 2016, dari <http://www.cv.com/Blood%20Pressure/BP023.htm>. 2010
38. Rohaendi. *Hipertensi*. Artikel Kesehatan. Di akses 23 Oktober 2016, dari <http://rohaendi.blogspot.com/2008/06/hipertensi.html>. 2008
39. Sugiharto, A. *Faktor-faktor Resiko Hipertensi Geade II pada Masyarakat*. Tesis. Di akses 16 Oktober 2016, dari [Http://eprints.undip.ac.id/16523/1/Aris_Sugiharto.pdf](http://eprints.undip.ac.id/16523/1/Aris_Sugiharto.pdf). 2007.
40. Buckman. *Apa Yang Anda Ketahu Tentang Tekanan Darah Tinggi*. Yogyakarta: Citra Aji Parama. 2010
41. Wolf, II. *Hipertensi*. Jakarta: Geamedia. 2008
42. Armilawaty, Amalia H, Amirudin R. *Hipertensi dan Faktor Risikonya dalam Kajian Epidemiologi. Bagian Epidemiologi*. Fakultas Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanudin Makasar, 2007.
43. Nursalam. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika: Jakarta. 2008
44. Machfoedz, I. *Metodologi Penelitian (Kuantitatif & Kualitatif)*. Edisi Revisi 2014 Fitramaya: Yogyakarta. 2014
45. Sugiyono. *Statiska Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta. 2013
46. Sastroasmoro, S. *Pemilihan Subyek Penelitian Dalam*. Sastroasmoro, S., Ismael, S., ed. *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta: CV. Sagung Seto, 313. 2008
47. Arikunto, S. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. (Edisi Revisi). Jakarta: Rineka Cipta. 2010
48. Notoadmojo, S. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta. 2010
49. Machfoedz, I. *Bio Statiska*. Edisi Revisi 2015. Fitramaya: Yogyakarta. 2015
50. Hidayat, A. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis data*. Jakarta: Salemba Medika. 2007
51. Nugroho, W. *Keperawatan Gerontik dan Geriatrik edisi 3*. Jakarta: EGC. 2008
52. Rantiningasih, Edi Sampurno, Veriani Aprillia. *Konsumsi Junk Food Berhubungan dengan Hipertensi pada Lansia di Kecamatan Kasihan Bantul Yogyakarta*. JNKI, Vol. 3, No 2. 59-63. Yogyakarta: Universitas Alma Ata Yogyakarta. 2015.

53. Jafar. *Hubungan antara Penatalaksanaan Hipertensi Secara Farmakologi dan Nonfarmakologi dengan Terkontrolnya Tekanan Darah pada Lansia di Wilayah Puskesmas Soasio Maluku Utara*. Karya Tulis Ilmiah. Program Studi Ilmu Keperawatan. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. 2008.
54. Ohta, Y., Tsuchihasih, T., Kiyohara, K. *Relationship Between Blood Pressure Control Status and Lifestyle in Hypertensive Out Patients*. Original Article. 2011
55. Hidayat. *Gambaran Tingkat Kecemasan pada Penderita Hipertensi di Kelurahan Kalikajor Wonosobo Jawa Tengah*. Karya Tulis Ilmiah. Program Studi Ilmu Keperawatan. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Yogyakarta. 2009