

KARYA TULIS ILMIAH

**HUBUNGAN PERILAKU MANAJEMEN STRES TERHADAP TEKANAN
DARAH IBU RUMAH TANGGA PENDERITA HIPERTENSI DI
SALAMREJO**

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Derajat Sarjana Keperawatan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun oleh:

ULFAH SAFITRI

20120320184

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

2016

HALAMAN PENGESAHAN KTI

**HUBUNGAN PERILAKU MANAJEMEN STRES TERHADAP TEKANAN
DARAH IBU RUMAH TANGGA PENDERITA HIPERTENSI DI
SALAMREJO**

Disusun oleh

ULFAH SAFITRI

20120320184

Telah disetujui dan diseminarkan pada 11 Agustus 2016

Dosen pembimbing

Dosen penguji



Ambar Relawati, S.Kep., Ns., M.Kep

Shanti Wardaningsih., M.Kep., Ns., Sp.Kep.J, Ph.D

NIK: 19860604201410173232

NIK: 19790722200204173058

Mengetahui,

Ka.Prodi Ilmu Keperawatan FKIK UMY

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta




Ns. Sri Sumaryani, M. Kep., Sp. Mat., HNC

NIK: 19770313200104173046

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : ULFAH SAFITRI

NIM : 20120320184

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir Karya Tulis Ilmiah ini.

Apabila kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, 5 Agustus 2016



Ulfah Safitri

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrohmanirrohim

Alhamdulillah, puji syukur kepada Allah SWT yang tak henti-hentinya memberikan kekuatan, kesabaran serta rasa tenang yang peneliti rasakan dalam setiap sujud.

Karya tulis ilmiah ini peneliti persembahkan terutama untuk Bapak (Yatino) dan Ibu (Umi Bariroh) serta untuk Mbak Yani, Mbak Nur, Anis yang senantiasa memberikan doa dan dukungan, sehingga peneliti dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah tepat pada waktunya.

Sahabat terbaik sejak SMP Dewi Putri Isnaeni, Tanty Hidayanti, Dhiani Imawati Farida, Linda Ayu Pangesti, Suryani Listiyaningsih, dan Novi Octavia yang telah berbagi kebahagiaan, kesedihan, dan banyak hal dalam 8 tahun ini.

Sahabat baik yang peneliti temukan di bangku perkuliahan Dessy Hapsari, Dea Prastika Hapsari, Sely Marisa, Meidila Putri, dan Dwi Rani Ratnasari yang telah berbagi asam, manis, pahitnya dunia perkuliahan serta menemani dan menghibur saat peneliti mulai lelah mengerjakan karya tulis ilmiah ini.

Teman terbaik Tifa, Titis, Evi, Ratri Unyil, Ratnasari, Upik, Sita, Yenita, Ilham, dan Anto yang telah berjuang bersama dalam mendapat gelar sarjana 1.

Pembuatan KTI ini sangatlah panjang dan berliku, namun tetap memberikan pengalaman berharga bagi peneliti.

Terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini membuat peneliti sadar untuk menikmati setiap proses dari suatu tujuan.

Life is a Journey, Enjoy the Process!

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh.

Puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan karya tulis ilmiah dengan judul “Hubungan Perilaku Manajemen Stres Terhadap Tekanan Darah Ibu Rumah Tangga Penderita Hipertensi di Salamrejo”. Karya tulis ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Penulis menyadari dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. dr. H. Ardi Pramono, Sp.An.,M.Kes selaku dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Sri Sumaryani.,S.Kep.,Ns.,M.kep.,Sp.Mat., HNC., selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. Ambar Relawati, S.Kep.,Ns.,M.kep., selaku pembimbing telah memberikan ilmu, nasihat, motivasi serta meluangkan waktu, tenaga dan pikirannya untuk bimbingan dan arahan dalam pembuatan karya tulis ilmiah ini mulai dari awal sampai akhir.
4. Shanti Wardaningsih., M.Kep., Ns., Sp.Kep.J, Ph.D selaku dosen penguji yang telah memberikan saran dalam perbaikan karya tulis ilmiah ini.

5. Kepala Desa Salamrejo, Sentolo, Kulon Progo yang telah memberikan izin untuk dilaksanakannya penelitian ini.
6. Ibu-ibu rumah tangga penderita hipertensi di Salamrejo yang telah memberikan doa, harapan, nasihat, cerita, serta berbagi pengalaman yang sangatlah berarti bagi peneliti.
7. Seluruh Tenaga Pengajar dan Administrasi di Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
8. Bapak, ibu, mbak, adik, dan seluruh keluargaku atas dukungan dan doa yang selalu diberikan sehingga KTI ini selesai pada waktunya.
9. Teman-teman bimbingan yang telah berjuang bersama serta berbagi pengetahuan maupun bantuan dalam proses pembuatan KTI ini.
10. Teman-teman PSIK 2012 dan semua pihak yang ikut membantu kelancaran penyusunan KTI ini.

Penulis menyadari bahwa KTI ini tidak luput dari berbagai kekurangan. Penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun dari semua pihak untuk kesempurnaan penelitian ini, sehingga KTI ini dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan dan penerapan di lapangan serta bisa dikembangkan lagi lebih lanjut. Amiin.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh.

Yogyakarta, 5 Agustus 2016

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
DAFTAR SINGKATAN	xii
INTISARI.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	8
E. Keaslian Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Perilaku Manajemen Stres	
1. Definisi Perilaku Kesehatan	12
2. Definisi Perilaku Manajemen Stres	12
3. Definisi Stres	13
4. Dampak Stres.....	13
5. Manajemen Stres	14
B. Tekanan Darah	
1. Definisi Tekanan Darah.....	19
2. Fisiologi Tekanan Darah	20
3. Klasifikasi Tekanan Darah	22
4. Faktor yang Mempengaruhi Tekanan Darah	23
C. Hipertensi	
1. Definisi Hipertensi.....	24
2. Faktor Risiko Hipertensi.....	24
3. Manifestasi Klinis Hipertensi	28
4. Patofisiologi Hipertensi	29
5. Klasifikasi Hipertensi	30
6. Komplikasi Hipertensi.....	32
7. Penatalaksanaan Hipertensi	34
D. Kerangka Konsep	39
E. Hipotesis	40
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	41
B. Populasi dan Sampel	
1. Populasi	41

2. Sampel	41
C. Lokasi dan Waktu Penelitian	42
D. Variabel Penelitian	
1. Variabel bebas (independen)	42
2. Variabel terikat (dependen)	42
3. Variabel pengganggu (<i>confounding</i>)	42
E. Definisi Operasional	43
F. Instrumen Penelitian	43
G. Cara Pengumpulan Data	
1. Tahap Perencanaan	46
2. Tahap Pelaksanaan	47
3. Tahap Akhir	49
H. Uji Validitas dan Reliabilitas	
1. Uji Validitas	49
2. Uji Reliabilitas	50
I. Pengolahan dan Analisa Data	
1. Pengolahan Data	51
2. Analisa Data	52
J. Etika Penelitian	53
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	
1. Deskripsi Wilayah Penelitian	55
2. Analisa Univariat	56
3. Analisa Bivariat	58
B. Pembahasan	
1. Karakteristik responden	59
2. Perilaku manajemen stres	63
3. Tekanan darah ibu rumah tangga	65
4. Hubungan perilaku manajemen stres dengan tekanan darah ibu rumah tangga penderita hipertensi	66
C. Kekuatan dan Kelemahan Penelitian	
1. Kekuatan Penelitian	69
2. Kelemahan Penelitian	70
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	72
B. Saran	72
DAFTAR PUSTAKA	74
LAMPIRAN	77

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Tekanan Darah untuk Dewasa Usia ≥ 18 Tahun	24
Tabel 2	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	43
Tabel 3	Kisi-Kisi Kuesioner Perilaku tentang Manajemen Stres	45
Tabel 4	Distribusi Frekuensi Karakteristik Demografi Responden di Salamrejo	56
Tabel 5	Distribusi Frekuensi Perilaku Manajemen Stres Ibu Rumah Tangga Penderita Hipertensi di Salamrejo	57
Tabel 6	Distribusi Tekanan Darah Ibu Rumah Tangga Penderita Hipertensi di Salamrejo	58
Tabel 7	Hubungan Perilaku Manajemen Stres terhadap Tekanan Darah Ibu Rumah Tangga Penderita Hipertensi di Salamrejo.....	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Konsep	39
----------	-----------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I	Lembar Permohonan Menjadi Responden.....	79
Lampiran II	Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	80
Lampiran III	Permohonan Menjadi Asisten Penelitian	81
Lampiran IV	Kuesioner Data Demografi Responden.....	82
Lampiran V	Kuesioner Perilaku Manajemen Stres	83
Lampiran VI	Lembar Observasi	85
Lampiran VII	Hasil Uji Validitas dan Uji Reliabilitas.....	87
Lampiran VIII	Data SPSS Distribusi Frekuensi.....	92
Lampiran IX	Data SPSS Uji Normalitas dan Uji Korelasi	94
Lampiran X	Sertifikat Kalibrasi Spygmanometer	98
Lampiran XI	Surat Keterangan Kelayakan Etika Penelitian	100
Lampiran XII	Surat Izin Uji Validitas untuk Kepala Desa Salamrejo.....	101
Lampiran XIII	Surat Permohonan Izin Penelitian untuk Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta	102
Lampiran XIV	Surat Izin Penelitian dari Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta	105
Lampiran XV	Surat Izin Penelitian dari Bupati Kulon Progo.....	103

DAFTAR SINGKATAN

ACE	<i>Angiotensin-Converting Enzyme</i>
ACTH	<i>Adrenocorticotropic Hormone</i>
DASH	<i>Dietary Approach to Stop Hypertension</i>
Dinkes	Dinas Kesehatan
DIY	Daerah Istimewa Yogyakarta
GFR	<i>Glomerular Filtration Rate</i>
HPA	<i>Hypothalamic, Pituitary, Adrenal</i>
IMT	Indeks masa tubuh
JNC	<i>Joint National Committee</i>
LVH	<i>Left Ventrikel Hypertropi</i>
MUI	Majelis Ulama Indonesia
NSAID	<i>Nonsteroidal Antiinflammatory Drugs</i>
Riskesdas	Riset Kesehatan Dasar
UMY	Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
WHO	<i>World Health Organization</i>

INTISARI

Latar Belakang: Kabupaten Kulon Progo mengalami peningkatan kasus hipertensi dalam 3 tahun terakhir. Ibu rumah tangga rentan mengalami stres yang merupakan faktor penyebab hipertensi. Salah satu cara untuk menurunkan tekanan darah adalah dengan manajemen stres.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perilaku manajemen stres terhadap tekanan darah ibu rumah tangga penderita hipertensi di Salamrejo.

Metode: Penelitian ini adalah penelitian *non-experimen* dengan desain *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 51 ibu rumah tangga yang menderita hipertensi di Salamrejo dengan teknik *total sampling*. Instrumen penelitian berupa kuesioner data demografi, kuesioner perilaku manajemen stres, *sphygmomanometer* aneroid dan stetoskop. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan mei sampai juni.

Hasil: Hasil penelitian dengan uji Spearman menunjukkan sebagian besar perilaku manajemen stres responden cukup baik (54,9%), tekanan darah sistolik tidak terkontrol (54,9%) dengan $p\text{-value} = 0,498$ dan tekanan darah diastolik juga tidak terkontrol (52,9%) dengan $p\text{-value} = 0,821$.

Kesimpulan: Penelitian ini menunjukkan tidak ada hubungan perilaku manajemen stres dengan tekanan darah ibu rumah tangga penderita hipertensi di Salamrejo.

Saran: Peneliti menyarankan untuk peneliti selanjutnya menambahkan variabel independen yang mempengaruhi tekanan darah, seperti pola makan/diet dan kepatuhan minum obat.

Kata kunci: hipertensi, ibu rumah tangga, tekanan darah, perilaku manajemen stres

ABSTRACT

Background: *Kulon Progo regency has increased cases of hypertension in last 3 years. Housewife is susceptible to stress that is factor that causes hypertension. One of way to lower blood pressure is stress management.*

Objective: *This study aims to know the correlation stress management behavior toward blood pressure of housewife that suffers hypertension in Salamrejo.*

Methods: *This study is non-experimental study with cross sectional design. Samples in this study were 51 housewives that suffer hypertension in Salamrejo with total sampling technique. The instruments used are questionnaire of demography data, questionnaire of management stress, aneroid sphygmomanometer and stethoscope. This study is held on May until June.*

Results: *The result of Spearman test showed majority stress management behavior of respondents are good enough (60,8%), systolic blood pressure are uncontrolled (54,9%) with p -value = 0,498 and diastolic blood pressure also uncontrolled (52,9%) with p -value = 0,821.*

Conclusion: *This study shows there is no correlation stress management behavior toward blood pressure of housewife that suffers hypertension in Salamrejo.*

Suggestion: *Researcher suggests to the next study to including independent variable that influence blood pressure, such as diet and obedience of taking medicine.*

Keywords: *hypertension, housewife, blood pressure, stress management behavior*