

Program Studi Keperawatan Program Sarjana

Universitas Widya Husada Semarang

Semarang, November 2024

ABSTRAK

Diah Lufita Sari

HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN TINGKAT STRES PADA PASIEN HIPERTENSI DI RSUD K.R.M.T WONGSONEGORO KOTA SEMARANG

Latar Belakang: Hipertensi adalah tekanan darah sistolik melebihi 140 mmHg dan tekanan darah diastolik melebihi 90 mmHg. Gaya hidup yaitu kehidupan seseorang dengan melakukan aktivitas sehari – hari. Stres merupakan gangguan tubuh yang disebabkan oleh tekanan maupun tuntutan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan gaya hidup dengan tingkat stres pada pasien hipertensi.

Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan *cross sectional*. Sampel diambil sebanyak 70 responden dengan teknik *sampling kuota*. Kuesioner gaya hidup dengan uji validitas dengan nilai korelasi $>0,361$ dan rata-rata 0,636, uji reabilitas dengan nilai 0,826. Kuesioner tingkat stres menggunakan PSS-10 (*Perceived Stress Scale*) yang telah dilakukan uji validitas diperoleh rentang nilai antara 0,482 hingga 0,798 serta uji reabilitas memiliki nilai *Cronbach's Alpha* 0,842. Analisis data menggunakan *uji rank spearman*.

Hasil: Dari hasil analisis univariat memiliki gaya hidup tidak baik sebanyak 43 responden (61,5%) dan tingkat stres berat sebanyak 21 responden (30%) menjadi kategori paling banyak dialami oleh responden. Hasil uji korelasi rank spearman antara variabel “gaya hidup” dengan “tingkat stres” menunjukkan adanya nilai signifikan sebesar rho -0,263 dengan nilai $p = 0,028$ ($<0,05$).

Kesimpulan: Data diperkuat dengan uji statistic dengan uji rank spearman (Spearman Rho) yang berfungsi untuk mengukur tingkat keeratan hubungan antara dua variabel yang berskala ordinal. Dengan hasil nilai Rho = -0,263 dan diperoleh nilai p value = 0,028 ($<0,05$) maka hipotesa yang diambil H_0 ditolak, H_a diterima maka hal itu menunjukkan adanya Hubungan Gaya Hidup dengan Tingkat Stres pada Pasien Hipertensi di RSUD K.R.M.T Wongsonegoro Semarang. Dengan kriteria tingkat hubungan (koefisien korelasi) dengan nilai (rho= -0263) yang memiliki makna tingkat hubungan rendah dengan arah negatif artinya semakin rendah pasien mengalami gaya hidup maka semakin tinggi tingkat stres yang dialami pasien hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Gaya Hidup, Tingkat Stres

Daftar Pustaka: 51 (2019-2024)

Undergraduate Program in Nursing

Widya Husada University Semarang

Semarang, November 2024

ABSTRACT

Diah Lufita Sari

THE RELATIONSHIP BETWEEN LIFESTYLE AND STRESS LEVELS IN HYPERTENSION PATIENTS AT K.R.M.T WONGSONEGORO HOSPITAL, SEMARANG CITY

Background: Hypertension is systolic blood pressure exceeding 140 mmHg and diastolic blood pressure exceeding 90 mmHg. Lifestyle is a person's life by doing daily activities. Stress is a bodily disorder caused by pressure and demands. This study aims to determine the relationship between lifestyle and stress levels in hypertensive patients

Research Method: This study uses a correlational quantitative approach with cross sectional. A sample of 70 respondents was taken using the quota sampling technique. Lifestyle questionnaire with validity test with a correlation value of >0.361 and an average of 0.636, reliability test with a value of 0.826. The stress level questionnaire using PSS-10 (Perceived Stress Scale) which has been tested for validity has a value range between 0.482 to 0.798 and the reliability test has a Cronbach's Alpha value of 0.842. Data analysis uses the spearman rank test.

Results: From the results of the analysis, univariate had a bad lifestyle as many as 43 respondents (61.5%) and the level of severe stress as many as 21 respondents (30%) became the most experienced category by respondents. The results of the spearman rank correlation test between the variable "lifestyle" and "stress level" showed a significant value of rho -0.263 with a value of $p = 0.028$ (<0.05).

Conclusion: The data was strengthened by a statistical test with a spearman rank test (Spearman Rho) which serves to measure the level of close relationship between two ordinal-scale variables. With the result of $Rho = -0.263$ and obtained a p value = 0.028 (<0.05), the hypothesis taken by H_0 was rejected, H_a was accepted, it shows the relationship between Lifestyle and Stress Level in Hypertension Patients at K.R.M.T Wongsonegoro Hospital, Semarang. With the criterion of relationship level (correlation coefficient) with a value ($\rho = -0.263$) which means a low relationship level with a negative direction, meaning that the lower the patient's lifestyle, the higher the stress level experienced by hypertensive patients.

Keywords: Hypertension, Lifestyle, Stress Levels

Bibliography: 51 (2019-2024)