

## HUBUNGAN STRES KERJA DAN POLA MAKAN TINGGI NATRIUM DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LAKI-LAKI YANG BEKERJA DI INSTANSI PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL

Intisari

Melianus Duly<sup>1</sup>, Ahmad Fahmy<sup>2</sup>, Rosma Fyki<sup>3</sup>

**Latar belakang:** Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang tergolong *silent killer* atau penyakit yang dapat membunuh manusia secara tidak terduga. Hipertensi dapat membunuh penderitanya secara pelan-pelan dan juga hipertensi dapat mengakibatkan munculnya penyakit berat lainnya seperti serangan jantung, gagal jantung, stroke, dan gagal ginjal. (Ridwan, 2009). Stres kerja dan pola makan tinggi natrium merupakan faktor resiko timbulnya tekanan darah tinggi. Stres adalah satu respon tubuh terhadap adanya paparan tekanan dari lingkungan luar. Salah satu akibat dari tingginya stres kerja adalah meningkatnya tekanan darah. Stres kerja membawa banyak dampak bagi kehidupan manusia, baik secara eksternal maupun internal. Stres kerja adalah stres yang terjadi dikarenakan lingkungan pekerjaan, sehingga stres kerja juga berdampak besar pada organisasi. (Meenu, Vasantha, & Sureskhumar, 2016). Penelitian ini belum pernah dilakukan oleh peneliti lain sehingga peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan stres kerja dan pola makan tinggi natrium dengan kejadian hipertensi pada laki-laki yang bekerja di instansi pemerintah kabupaten Bantul.

**Tujuan :** Tujuan penelitian ini adalah untuk Mengetahui hubungan antara stres kerja dan pola makan tinggi natrium dengan kejadian hipertensi pada laki-laki yang bekerja di Instansi Pemerintah Kabupaten Bantul.

**Metode :** Jenis penelitian adalah observasional analisis dengan rancangan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel dengan *proportional random sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah Laki-Laki yang bekerja di Instansi Pemerintah Kabupaten Bantul. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 160 responden.

**Hasil Penelitian :** Berdasarkan uji *chi square* nilai  $p < 0,01$  yang artinya lebih kecil dari nilai  $\alpha$  yaitu 0,05. Sehingga secara statistik disimpulkan ada hubungan antara stres kerja dengan kejadian hipertensi pada laki-laki yang bekerja di instansi pemerintah kabupaten bantul dan nilai  $p$  0,038 yang artinya lebih kecil dari nilai  $\alpha$  yaitu 0,05. Sehingga secara statistik disimpulkan ada hubungan antara pola makan tinggi natrium dengan kejadian hipertensi pada laki-laki yang bekerja di instansi pemerintah kabupaten bantul

**Kesimpulan :** Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara stres kerja dan pola makan tinggi natrium dengan kejadian hipertensi pada laki-laki yang bekerja di instansi Pemerintah Kabupaten Bantul.

**Kata kunci :** Stres Kerja, Pola makan tinggi natrium, Hipertensi

1 Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan Universitas Alma Ata Yogyakarta

2, Dosen Universitas Gaja Mada

3 Dosen Universitas Alma Ata Yogyakarta

# RELATIONSHIP WORK STRESS AND HEALTHY EATING PATTERN WITH HYPERTENSION EVENTS IN MAN those who WORK IN GOVERNMENT INSTITUTION BANTUL REGENCY

## Abstraks

Melianus Duly<sup>1</sup>, Ahmad Fahmy<sup>2</sup>, Rosma Fyki<sup>3</sup>

**Background:** Hypertension is one of the diseases classified as a silent killer or a disease that can kill humans unexpectedly. Hypertension can kill the sufferer slowly and also hypertension can lead to the emergence of other serious illnesses such as heart attacks, heart failure, stroke, and kidney failure. (Ridwan, 2009). Stress work and high sodium diet is a risk factor for high blood pressure. Stress is a response of the body to the presence of exposure to pressure from the outside environment. One result of high work stress is increased blood pressure. Job stress brings many impacts to human life, both externally and internally. Work stress is the stress that occurs due to the work environment, so that work stress also has a major impact on the organization. (Meenu, Vasantha, & Sureskhumar, 2016). This research has not been done by other researchers so that researchers feel interested to do research on the relationship of work stress and diet high in sodium with the incidence of hypertension in men who work in government agencies district of Bantul.

**Objective:** The purpose of this study was to determine the relationship between job stress and high-sodium diet with the incidence of hypertension in men working in Bantul District Government Agencies.

**Method:** The type of research was observational analysis with cross sectional design. The sampling technique was by proportional random sampling. Population in this research is Man who work in Government Institution of Regency of Bantul. The number of samples in this study were 160 respondents.

**Result of Research:** Based on chi square test p value  $<0.01$  which means smaller than a value is 0,05. So statistically concluded there is correlation between work stress with the incidence of hypertension in men who work in bantul district government agency and p value 0,038 which means smaller than value  $\alpha$  that is 0,05. So statistically summarized there is relation between high sodium diet with incidence of hypertension in man who work in government institution of district of bantul

**Conclusion:** Based on the results of this study can be concluded that there is a relationship between job stress and high-sodium diet with the incidence of hypertension in men who work in government agencies Bantul regency.

**Keywords:** Working Stress, High Sodium Diet, Hypertension

1 Student of Nutrition Science Program Faculty of Health Sciences University of Alma Ata Yogyakarta

2, Lecturer of Gaja Mada University

3 Lecturers of Universitas Alma Ata Yogyakarta

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang tergolong *silent killer* atau penyakit yang dapat membunuh manusia secara tidak terduga. Hipertensi dapat membunuh penderitanya secara pelan-pelan dan juga hipertensi dapat mengakibatkan munculnya penyakit berat lainnya seperti serangan jantung, gagal jantung, stroke, dan gagal ginjal. ( 29 ). Menurut data *World Health Organisation* (WHO) Jumlah penderita hipertensi di seluruh dunia terus meningkat. Di India, misalnya, jumlah penderita hipertensi mencapai 60,4 juta orang pada tahun 2002 dan diperkirakan 107,3 juta orang pada tahun 2025. Di Cina, 98,5 juta orang mengalami hipertensi dan bakal jadi 151,7 juta orang pada tahun 2025. Di bagian lain di Asia, tercatat 38,4 juta penderita hipertensi pada tahun 2000 dan diprediksi akan menjadi 67,4 juta orang pada tahun 2025. Di Indonesia, mencapai 17-21% dari populasi penduduk dan kebanyakan tidak terdeteksi (26).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Nasional tahun 2013, prevalensi nasional hipertensi pada penduduk umur > 18 tahun adalah sebesar 38,8% (berdasarkan pengukuran). Terdapat 10 provinsi mempunyai prevalensi hipertensi pada penduduk umur > 18 tahun yaitu, Riau, Bangka Belitung, Jawa Tengah, D.I. Yogyakarta, Jawa Timur, Nusa Tenggara Barat, Kalimantan Tengah, Kalimantan Selatan, Sulawesi Tengah, dan Sulawesi Barat. Di Indonesia, prevalensi hipertensi cukup tinggi, menurut Nasional Basic Health

Survey Tahun 2013, kejadian hipertensi paling tinggi pada usia 45-64 tahun adalah 81,5% (4).

Kebanyakan pria lebih banyak mengalami kemungkinan terjadinya hipertensi dari pada kebanyakan wanita. Hipertensi berdasarkan faktor jenis kelamin ini dapat pula dipengaruhi oleh faktor lain, yaitu psikologi. Pada wanita sering kali dipicu oleh perilaku yang tidak sehat seperti kelebihan berat badan, depresi, dan rendahnya status pekerjaan. Sedangkan pada pria lebih berhubungan dengan pekerjaan yang mempengaruhi faktor psikis yang kuat (9)

Menurut Lembaga Administrasi Negara (2014) Pegawai Negeri Sipil (PNS) adalah warga negara Indonesia yang memenuhi syarat tertentu, diangkat sebagai Pegawai Aparatur Sipil Negara (ASN) secara tetap oleh pejabat pembina kepegawaian untuk menduduki jabatan pemerintah. Pegawai Negeri Sipil Kabupaten dan Kecamatan merupakan aparatur wakil rakyat terdekat dalam rangka merealisasikan kebijakan-kebijakan pemerintah, baik di pusat maupun di daerah (Moningka, 2014). Kesakitan yang dialami oleh PNS salah satunya disebabkan oleh hipertensi sehingga menyebabkan ketidakhadiran pegawai pada jam kerja dapat merugikan banyak pihak. Kedatangan pegawai pada jam kerja merupakan salah satu dimensi dalam penilaian kemampuan kerja (34)

Hal ini didukung oleh penelitian Dalimartha *et al.*, (2008), hipertensi lebih mudah menyerang laki-laki dari pada perempuan. Hal itu kemungkinan karena laki-laki banyak memiliki faktor pendorong terjadinya hipertensi, seperti stress, kelelahan, dan makan yang tidak terkontrol. dan Erna Witasari,dkk

(2014) di Rumah sakit Banua Mamase Kabupaten Mamasa ,yang menunjukkan bahwa sebagian responden mengalami stres sehingga dapat menderita hipertensi. Dimana dari 36 responden terdapat 21 responden (58,3 %) yang mengalami stres dan 15 responden (41,7 %) yang tidak mengalami stres. Hasil analisis bivariat juga menunjukkan bahwa diantara 36 responden, terdapat 15 responden (41,7%) yang tidak mengalami stres, diantaranya a yang tidak menderita hipertensi berjumlah 9 responden (25,0%), dan yang menderita hipertensi berjumlah 6 responden (16,7%). dan peneliti Sartika (2014) dimana hasil uji statistik *Spearman's Rho* menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara tingkat stress dengan tingkat hipertensi pada dewasa madya di Niten Nogotirto Gamping Sleman Yogyakarta. juga didukung oleh penelitian M.Nizar Syarif Hamidi (2014) menunjukkan bahwa sebagian besar responden, pola makan tidak sehat sebanyak 56 responden (68,9%). Peneliti berasumsi pola makan berhubungan erat dengan kejadian hipertensi, karena apa yang kita makan mempengaruhi terjadinya hipertensi. Pola makan yang tidak sehat akan cenderung terkena penyakit hipertensi atau penyakit lainnya. Pola makan yang banyak mengandung asupan garam, pola makan tinggi lemak dan pola makan yang banyak mengandung kolesterol akan berpengaruh terhadap tubuh atau tekanan darah.

Stres kerja dan pola makan tinggi natrium merupakan faktor resiko timbulnya tekanan darah tinggi. Stres adalah satu respon tubuh terhadap adanya paparan tekanan dari lingkungan luar. Salah satu akibat dari tingginya stres kerja adalah meningkatnya tekanan darah. Stres kerja membawa banyak dampak bagi

kehidupan manusia, baik secara eksternal maupun internal. Stres kerja adalah stres yang terjadi dikarenakan lingkungan pekerjaan, sehingga stres kerja juga berdampak besar pada organisasi. Pada konteks organisasi, stres kerja dapat membawa dampak berupa menurunnya produktivitas, meningkatnya ketidakhadiran, dan meningkatnya *turnover* karyawan, sehingga kemudian dapat menurunkan *business outcomes* organisasi tersebut (25).

Penelitian ini belum pernah dilakukan oleh peneliti lain serta hasil kajian data awal studi pendahuluan di dinas kesehatan kabupaten Bantul dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 1. Prevalensi Pola Penyakit Hipertensi di Kabupaten Bantul

Pola Penyakit	Tahun	Jumlah	
		Rumah sakit (Orang)	Puskesmas (Orang)
Hipertensi Esensial	2013	19.634	26.697
Hipertensi Esensial	2014	10091	44.066
Hipertensi Esensial	2015	20065	38.641
Hipertensi Esensial	2016	19134	44.954

*Sumber data dinas kesehatan bantul*

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul Hubungan Stres Kerja dan Pola Makan Tinggi Natrium dengan Kejadian Hipertensi Pada Laki-Laki Yang Bekerja di Instansi Pemerintah Kabupaten Bantul.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka dirumuskan suatu masalah ilmiah sebagai berikut : Apakah ada hubungan stres kerja dan pola makan tinggi natrium dengan kejadian hipertensi pada laki-laki yang bekerja di instansi pemerintah kabupaten bantul ?

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara stres kerja dan pola makan tinggi natrium dengan kejadian hipertensi pada laki-laki yang bekerja di Instansi Pemerintah Kabupaten Bantul.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik kelompok Usia, Pendidikan, Masa Kerja, Status Pernikahan, jabatan, Penghasilan dan Aktivitas Merokok. pada laki-laki yang bekerja di Instansi Pemerintah Kabupaten Bantul
- b. Mengetahui apakah ada hubungan antara stres kerja dengan kejadian hipertensi pada laki-laki yang bekerja di Instansi Pemerintah Kabupaten Bantul
- c. Mengetahui apakah ada hubungan antara pola makan tinggi natrium dengan kejadian hipertensi pada laki-laki yang bekerja di Instansi Pemerintah Kabupaten Bantul

### **D. Manfaat Penelitian**

#### a. Bagi Pengetahuan

Sebagai sarana perkembangan ilmu pengetahuan dan penelitian selanjutnya tentang hubungan stres kerja dan pola makan tinggi natrium dengan kejadian hipertensi.

#### b. Bagi Pemerintah Daerah dan Dinas Kesehatan

Sebagai bahan masukan bagi perencanaan dan pengembangan program khususnya dalam upaya untuk menurunkan laju kejadian hipertensi. Memberikan referensi untuk merumuskan kebijakan dan program kesehatan

pemerintah khususnya dalam upaya menurunkan laju perkembangan hipertensi

c. Bagi Institusi Pendidikan

Menambah referensi tentang hubungan stres kerja dan pola makan tinggi natrium dengan kejadian hipertensi pada laki-laki yang bekerja di Instansi Pemerintah Kabupaten Bantul

d. Bagi Peneliti

Menerapkan ilmu yang diperoleh dalam pendidikan dan menambah wawasan serta pengalaman nyata dalam melaksanakan penelitian khususnya tentang hubungan stres kerja dan pola makan tinggi natrium dengan kejadian hipertensi.

### E. Keaslian Penelitian

No	Nama peneliti	Judul	Hasil	Perbedaan
1	Venny Marchelia (2014)	Stres kerja ditinjau dari shift kerja pada karyawan	Metode penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan <i>Purposive sampling</i> . Instrumen pengambilan data menggunakan skala stres kerja. Sedangkan metode analisis data menggunakan metode <i>oneway anova</i> untuk menguji perbedaan antara tiga atau lebih kelompok data yang berasal dari satu variabel yaitu stres kerja. ada perbedaan stres kerja yang signifikan ditinjau dari <i>shift</i> kerja pada karyawan. $p=0,000$ ( $p<0,05$ ) dimana <i>shift</i> malam lebih tinggi tingkat stresnya dengan	penelitian yang akan dilakukan adalah terletak pada jumlah subjek pada penelitian ini sebanyak 96 orang lokasi penelitian di Instansi pemerintah Kabupaten Bantul. Persamaan dengan penelitian ini variabel terikat (dependen) adalah Hipertensi sedangkan variabel bebas (independen) adalah tingkat stres dan pola makan.

			mean = 71.25 dibandingkan <i>shift</i> pagi dengan nilai mean= 64.57 dan <i>shift</i> siang dengan mean= 60.72.	
2	Muhamad Saleh,dkk (2014)	Hubungan Tingkat Stres dengan Derajat Hipertensi Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Padang	jenis penelitian ini adalah korelasi dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian ini adalah semua pasien poli umum puskesmas andalas padang tahun 2014. Sampel penelitian ini adalah responden yang kebetulan ada atau tersedia pada saat penelitian dengan besar sampel yang didapatkan pada saat penelitian yaitu 64 orang. Pengumpulan data meliputi alat ukur stetokopus untuk mengukur tekanan darah dan pengukuran tingkat stres menggunakan kuesioner Depression Anxiety and Stress Scale (DASS). Uji statistik dengan menggunakan korelasi pada tingkat kepercayaan 0,486 dengan kekuatan sedang, nilai signifikasi 0,000 ( $p < 0,05$ ) dan arah positif yang artinya semakin tinggi tingkat stress maka akan semakin tinggi derajat hipertensi.	penelitian yang akan dilakukan adalah terletak pada jumlah subjek pada penelitian ini sebanyak 96 orang lokasi penelitian di Instansi pemerintah Kabupaten Bantul. Persamaan dengan penelitian ini variabel terikat (dependen) adalah Hipertensi sedangkan variabel bebas (independen) adalah tingkat stres dan pola makan.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Andhani Harisha C-, 2017. Peran Stres Kerja Terhadap Work Engagement Pada Perawat Dengan Stabilitas Anchor Sebagai Moderator. Tesis Program Pascasarjana, UGM, Yogyakarta.
2. Aaronson & ward. (2008). Hubungan Asupan Makan Dngan Kejadian Penyakit Hipertensi di Puskesmas Tumbuhai. *Keperawatan STIKes Tuanku Tambusai Riau*.
3. Beehr and Newman. (1999). Hubungan Stres Kerja dengan Kinerja. Universitas Andalas Padang: Vakultas Keperawatan.
4. Cindy Amalia Syabilah,dkk.(2015). *Faktor-faktor apa saja yang berhubungan dengan stres kerja pada penerbang sipil di Balai Kesehatan Penerbangan Jakarta*. Jurnal Kesehatan Masyarakat
5. Damianus Yanna K (2017) Hubungan Antara Work Stress Dengan Workplace Incivility Behavior Pada Karyawan Sales di Perusahaan Multimedia X Surabaya. Skripsi S1 Psikologi, Universitas Airlangga Surabaya
6. Darwane, I. W. (2012). Hubungan Stres dengan Kenaikan Tekanan. *jurnal keperawatan*, 95.Departemen Kesehatan Republik Indonesia, (2002). Prinsip dasar kesehatan kerja . *Pusat Kesehatan Kerja*. Jakarta.
7. Dita Lashita S. (2017). Hubungan antara stres kerja dan work life balance dengan problem focused coping sebagai moderator. skripsi s1 psikologi, UGM, Yogyakarta
8. Eka Apriani , Widyana Lakshmi Puspita.(2015. hubungan antara pola makan dan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada pasien rawat jalan di UPK

- Puskesmas Purnama. *Jurnal Ilmu Pangan dan Gizi* Volume 8 Nomor 1 Oktober 2015
9. Erna Witasari, d. (2014). Hubungan antara stres dan pola makan dengan kejadian hipertensi. *Jurnal ilmiah kesehatan Diagnosis*, 577.
  10. Erna Witasari, d. (2014). Hubungan Antara Stres dan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal ilmiah kesehatan Diagnosis*, 574.
  11. Erris, d. (2016). Hubungan Riwayat Keluarga dan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi. *Scientia Journal Stikes Jambi*, 133.
  12. Fitri, Azizah. *Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Stres Kerja Pada Karyawan Bank*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 2013, Vol 2, No, 1. 2013
  13. Gautama, Dewandra. 2008. *Studi Stres Kerja Perawat di RS. X. Jakarta*. Tesis. Jakarta: UI
  14. Gilang Rastu G-, 2017. Pengaruh Konflik Pekerjaan Keluarga Terhadap Kepuasan Kerja Dengan Stres Kerja Sebagai Pemediasi Studi PT Perkebunan Nusantara 12, Tesis Program Pascasarjana, UGM, Yogyakarta.
  15. Gitalia. Budhi Utami. 2009. *Faktor-Faktor Yang berhubungan dengan Kejadian Stres Kerja pada perawat Instalasi Rawat Inap B RS. Pelni Petaburan*. Skripsi. Jakarta: UIN
  16. Gisela Oktaria E-,2016. Hubungan Antara Work Life Balances dan Persepsi Kepemimpinan Autentik dengan Stres Kerja pada Pegawai Negeri Sipil, Skripsi Fakultas Psikologi, UGM, Yogyakarta

17. Grandjean E-, 1995. *Fitting the Task to the Man* (4<sup>th</sup> Edition), A Text Book Occupational Ergonomics, London, New Tork, Philadelphia
18. Gustian, Y. (2010). *Hubungan Stres Kerja dengan Kinerja*. Universitas Andalas Padang: Vakultas Keperawatan.
19. Habibullah Jimad dan Iin Apriyani, 2009, *Pengaruh Stress Kerja terhadap Kinerja Pegawai Bagian Pelayanan pada Dinas Kependudukan Kota Bandar Lampung* *Jurnal Bisnis dan Manajemen*, Vol. 5 No.3 Mei. 2009.
20. *Harpen Rotinsulu,dkk, (2015) Hubungan antara Asupan Natrium dan Asupan Lemak dengan Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat di Desa Sinuian Kecamatan Remboken Tahun 2015,Jurnal ilmu kesehatan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado*
21. H.Iyus Yosep, S. M. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*: PT. Refika Aditama.
22. Hamidi, M. S. (2014). *Hubungan Pola Makan Dngan Kejadian Penyakit Hipertensi di Puskesmas Kuok. Keperawatan STIKes Tuanku Tambusai Riau*, 31.
23. I Wayan Darwane. (2012). *Hubungan Stres dengan Kenaikan Tekanan Darah Pasien Rawat Jalan*, *Jurnal Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia*.Jakarta, Volume VIII No.2 Oktober 2012.
24. Lipowich,A.,Lopuszanska, M. (2005). *Marital differences in blood pressure and the risk of hypertension among polish men. European Journal of Epidemiology. 20:421-486.*
25. Machfoedz, I. (2016). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Fitramaya.

26. Mardiana Indriastuti, 2009, Studi tentang Prestasi Kerja Pegawai di kaitkan dengan Masa Kerja, Kepuasan kerja dan Stress Kerja di Kanwil DJP Jateng II, Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta, Tesis : tidak dipublikasikan.
27. Meenu, Vasantha, & Sureskhumar,2016). Hubungan Stres Kerja dengan Kinerja. Universitas Andalas Padang: Vakultas Keperawatan.
28. Moningka,S.B. (2014). Efektifitas Kerja Pegawai Negeri Sipil dalam pelayanan publik di kantor kelurahan Tomohon Tengah Kota Tomohon. *Jurnal Politico*. 1(4):1-11
29. Muhammadun, 2014, *hubungan antara tingkat stres dengan derajat hipertensi pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Andalas Padang*. Ners Jurnal Keperawatan Volume 10. No 1, Oktober 2014 : 166 - 175
30. Muhamad Saleh,dkk.2014, Hubungan Tingkat Stres dengan Derajat Hipertensi pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Padang Tahun 2014 Ners Jurnal Keperawatan Volume 10. No 1, Oktober 2014 : 166 - 175
31. Prof. Dr. Hardinsyah,MS dan I Dewa Nyoman Supariasa,MPS, 2014. Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi. Penerbit Buku Kedokteran EGC.Jakarta
32. Ridwan, 2009, *Hubungan stres dengan kenaikan tekanan darah pasien rawat jalan*. *Jurnal Keperawatan, Volume VIII, No. 2, Oktober 2012* Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang (<http://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/view/1775/1863>)
33. Roslina,Skgs,2011. *Kebisingan dan Masa Kerja terhadap Kejadian Hipertensi pada Pekerja di Adisutjipto International Airport Yogyakarta*,Tesis Fakultas Ilmu Kesehatan Kerja, UGM, Yogyakarta

34. Setyawati, L-, 1985. Pengaruh Suhu Tinggi di Ruang Kerja Dapur Terhadap Tingkat Kelelahan Kerja Karyawan Hotel Ambarukmo Place, Tesis Program Pascasarjana, UGM, Yogyakarta.
35. Siti Ainur Rachmah Tri Rusyida Sunaria-,2015. Hubungan Kebiasaan Konsumsi Makan Tinggi Natrium, Fast Food dan Soft Drink dengan Tekanan darah pada Remaja di Kota Yogyakarta,Skripsi Studi Gizi Kesehatan, UGM, Yogyakarta
36. Sartika. (2014). Hubungan Tingkat Stres dengan Tingkat Hipertensi pada Dewasa Madya di Niten Nogotirto Gamping Sleman Yogyakarta. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta , 9.
37. Spector, P.E. (2004). *Handbook of industrial, work and organizational psychology*. London: Sage publication.
38. Udjianti, 2010, Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Hipertensi Pada Pegawai Negeri Sipil, *Volume VIII, No. 2, Oktober 2010* Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pontianak
39. Venny Marchelia, 2014, Stres Kerja ditinjau dari Shift Kerja Pada Karyawan.
40. Wickramasinghe, 2012 Pengaruh Suhu Tinggi di Ruang Kerja Dapur Terhadap Tingkat Kelelahan Kerja Karyawan Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta, Tesis .
41. Novieka Kurniawan S, 2017 Analisis Pengaruh Tingkat Pendidikan dan Kesehatan Terhadap Produktivitas Tenaga Kerja: studi Kasus ASEAN: Universitas Gaja Mada Yogyakarta, Skripsi
42. Roslina, Skg, 2011 Kebisingan dan Masa Kerja terhadap Kejadian Hipertensi pada Pekerja di Adisutjipto Internasional Airport Yogyakarta: Universitas Gaja Mada Yogyakarta, Tesis
43. Sendhy Krisnasari ,2016 Hubungan Peringatan Bergambar pada Kemasan Rokok dengan Intensi Berhenti Merokok atau Intensi tidak mulai Merokok pada Masyarakat di Kabupaten Sleman Yogyakarta: Universitas Gaja Mada Yogyakarta, Tesis

44. Syifa Puji S, 2011 Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pola Makan Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah .Jakarta, Skripsi
45. Rudi Darmadi dkk, 2013 Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Hipertensi Pada Pegawai Negeri Sipil: Universitas Muhamadya Pontianak. *Jurnal kesehatan*.
46. Herkolanus I dkk, 2013 Proses Pengangkatan Pegawai Negeri Sipil dalam Jabatan Struktural di Kabupaten Sintang : Universitas Tanjungpura. Jurnal Tesis PMIS-UNTAN-IAN 2013.
47. World Health Organization. (2013). *A Global Brief on Hypertension*. Switzerland: World HealthOrganization Press.
48. Effatul Afifah, 2016 Asupan Kalium-Natrium dan Status Obesitas sebagai Faktor Risiko Kejadian Hipertensi Pasien Rawat Jalan di RS Panembahan Senopati Bantul Yogyakarta , *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia . Volume 4, No. 1, Januari 2016. 41-48*
49. Anggraini F, 2008 Hubungan Antara Gaya Hidup dengan Status Kesehatan Lansia Binaan Puskesmas Pekayon Jaya Bekasi Tahun 2008. Universitas Indonesia; 2008