

HUBUNGAN STRATEGI KOPING DENGAN TINGKAT STRES PADA PENDERITA HIPERTENSI DI KLINIK RAWAT INAP dr. M. SUHERMAN JEMBER

(The Relationship of Coping Strategies With Stress Levels in Patients with
Hypertension at The Clinic dr. M. Suherman Jember).

Rama Hadi Jaya¹⁾, Mad Zaini²⁾, Komarudin³⁾

¹⁾Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

^{2,3)}Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jl. Karimata 49 Jember Telp (0331) 332240 Fax : (0331) 337957 Email :
fikes@unmuhjember.ac.id Website: <http://fikes.unmuhjember.ac.id> Email:
ramahad22@gmail.com

Abstrak

Hipertensi adalah terjadinya peningkatan tekanan darah pada pembuluh darah secara kronis. Hipertensi dipengaruhi banyak faktor, seperti faktor genetik, jenis kelamin, usia, obesitas, kebiasaan mengkonsumsi garam dan stres. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan strategi koping dengan tingkat stres pada penderita hipertensi di Klinik Rawat Inap dr. M. Suherman Jember. Penelitian menggunakan desain korelasional dengan pendekatan *cross sectional* dengan populasi sebanyak 63 orang dan sampel 54 responden. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *consecutive sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuisioner *Jalowiec coping scale* dan kuisioner *Depression anxiety stress scale* (DASS) dengan analisis data menggunakan uji *Spearman rank*. Hasil penelitian didapatkan data bahwa seluruh responden memiliki strategi koping yang adaptif dan sebagian besar responden memiliki tingkat stres normal yaitu sebanyak 32 responden (59,3%). Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa nilai koefisien korelasi yaitu $-0,572$ *p value* $0,000 < 0,005$ yang berarti terdapat hubungan kuat antara strategi koping dengan tingkat stres pada penderita hipertensi di Klinik Rawat Inap dr. M. Suherman Jember. Koping yang adaptif dapat mengurangi tingkat stres bagi penderita hipertensi. Edukasi tentang penerapan koping yang adaptif untuk mengendalikan stres dapat dikembangkan menjadi metode intervensi keperawatan bagi penderita hipertensi di fasilitas kesehatan, dalam rangka mendukung proses pengobatan. Penelitian selanjutnya diharapkan mengembangkan penelitian dengan variabel lain seperti pengaruh kepribadian, keyakinan dan konsep diri.

Kata kunci : Hipertensi, Strategi Koping, Tingkat Stres pada Penderita Hipertensi
Daftar Pustaka: 9 (2016-2021)

**THE RELATIONSHIP OF COPING STRATEGIES WITH STRESS LEVELS IN
PATIENTS WITH HYPERTENSION AT THE INPATIENT CLINIC dr. M.
SUHERMAN JEMBER**

Abstract

Hypertension is a chronic increase in blood pressure in blood vessels. Hypertension is influenced by many factors, such as genetic factors, gender, age, obesity, salt consumption habits and stress. The purpose of this study was to determine the relationship between coping strategies and stress levels in patients with hypertension at the Inpatient Clinic, dr. M. Suherman Jember. This study uses a correlational design with a cross sectional approach with a population of 63 people and a sample of 54 respondents. The sampling technique used in this research is consecutive sampling. The research instrument used was the Jalowiec coping scale questionnaire and the Depression anxiety stress scale (DASS) questionnaire with data analysis using the Spearman rank test. The results showed that all respondents had adaptive coping strategies. The research also showed that most of the respondents had normal stress levels, as many as 32 respondents (59,3%). Based on the results of data analysis, it is known that the correlation coefficient value is -0,572 p value $0,000 < 0,005$ which means there is a strong relationship between coping strategies and stress levels in patients with hypertension at the Inpatient Clinic dr. M. Suherman Jember. Adaptive coping can reduce stress levels for people with hypertension. Education about the application of adaptive coping to control stress can be developed into a nursing intervention method for people with hypertension in health facilities, in order to support the treatment process. Future research is expected to develop research with other variables such as the influence of personality, beliefs and self-concept.

Key Words: *Hypertensions, Coping strategy, Stress level in hypertensive patients.*
Bibliography: 29 (2013-2020)

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan suatu penyakit yang ditandai dengan adanya peningkatan tekanan darah secara kronis (Roesmono et al., 2017). Faktor-faktor yang mempengaruhi hipertensi sangat beragam, seperti faktor genetic, jenis kelamin, usia, obesitas dan stres. Beberapa faktor tersebut mayoritas tidak berdiri sendiri, melainkan saling berhubungan yang kemudian menyebabkan terjadinya hipertensi, utamanya adalah faktor stres (Linda, 2018).

Kondisi stres pada penderita hipertensi akan menjadikan kelenjar *pituitary* otak mengirimkan hormone kelenjar endokrin yang kemudian akan berdampak pada peningkatan produksi hormone adrenalin dan hidrokortison, sehingga menyebabkan detak jantung yang lebih cepat dan terjadilah tekanan darah tinggi (Priono & Kustina, 2017). Salah satu langkah yang bisa ditempuh agar mengurangi stres ialah menerapkan strategi koping yang adaptif (Situmorang, 2020).

Data mengenai kasus hipertensi di wilayah Kabupaten Jember diketahui bahwa jumlah kasus hipertensi pada tahun 2021 hingga bulan November telah mencapai 140.276 kasus, jauh melampaui jumlah kasus pada tahun 2020 yang hanya mencapai 74.162 kasus. Salah satu kecamatan yang mengalami peningkatan cukup pesat ialah Sumpalsari, dimana pada tahun 2020 di Sumpalsari hanya 4.306 kasus, sedangkan tahun 2021 hingga bulan

November telah mencapai 9116 kasus (Dinas Kesehatan Kabupaten Jember, 2021). Studi pendahuluan yang dilaksanakan oleh peneliti di Klinik Rawat Inap dr. M. Suherman Jember yang merupakan salah satu fasilitas pelayanan kesehatan di Sumpalsari diketahui bahwa sejak bulan September hingga November 2021 jumlah kasus hipertensi mencapai 252 kasus dan kasus hipertensi di fasilitas pelayanan kesehatan tersebut menduduki peringkat ke 7 sebagai jenis penyakit paling banyak ditemui pada bulan September dengan jumlah kunjungan sebanyak 66 kasus, kemudian menduduki peringkat ke 9 pada bulan Oktober dengan jumlah kunjungan mencapai 65 kasus dan peringkat ke 11 pada bulan November dengan jumlah kunjungan pasien hipertensi sebanyak 58 kasus.

Berdasarkan pemaparan masalah tersebut, peneliti ingin meneliti hubungan strategi koping dengan tingkat stres pada penderita tekanan darah tinggi di Klinik Rawat Inap dr. M. Suherman Jember. Sehingga nantinya diharapkan dapat diketahui sejauh mana pentingnya pengendalian stres pada penderita hipertensi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian korelasional dengan pendekatan *cross*

sectional. Populasi yang digunakan dalam penelitian adalah jumlah rata-rata pasien rawat jalan kontrol dalam kurun waktu September hingga November 2021 sebanyak 63 pasien di Klinik Rawat Inap dr. M. Suherman Jember. Penelitian ini menggunakan teknik *non probability* dengan pendekatan *consecutive sampling* dengan besar sampel 54 responden menggunakan rumus slovin. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 18 Juni sampai 20 Juni 2022 diambil dengan menggunakan kuisioner *Jalowiec coping scale* untuk mengukur tingkat strategi koping responden dan kuisioner DASS (*Depression, Anxiety Stress Scale*) dengan analisa data penelitian ini menggunakan univariat dan bivariat menggunakan uji korelasi *Spearman rank* dengan *p value* 0,05.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi frekuensi Tentang Karakteristik Responden Berdasarkan Kelompok Usia di Klinik Rawat Inap dr. M. Suherman Jember (n=54).

Usia	Frekuensi	Persentasi (%)
36-45 Tahun	10	18,5
46-55 Tahun	10	18,5
56-65 Tahun	26	48,1
>65 Tahun	8	14,8
Total	54	100

Berdasarkan data pada tabel diatas mayoritas responden berusia 56-65 tahun dengan jumlah 26 responden.

Tabel 2. Distribusi frekuensi Tentang Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Klinik Rawat Inap dr. M. Suherman Jember (n=54).

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentasi (%)
Laki-laki	17	31,5
Perempuan	37	68,5
Total	54	100

Berdasarkan data pada tabel diatas menunjukkan bahwa mayoritas jenis kelamin perempuan sebanyak 37 responden (64,7%).

Tabel 3. Distribusi frekuensi Strategi Koping Responden Hipertensi di Klinik Rawat Inap dr. M. Suherman Jember (n=54).

Strategi Koping	Frekuensi	Persentasi (%)
Adaptif	54	100
Maladaptif	0	0
Total	54	100

Berdasarkan data pada tabel di atas menunjukkan bahwa sebanyak 54 responden memiliki strategi koping yang adaptif dengan persentasi 100%.

Tabel 4. Distribusi frekuensi Tingkat Stres Responden Hipertensi di Klinik Rawat Inap dr. M. Suherman Jember (n=54).

Tingkat Stres	Frekuensi	Persentasi (%)
Stres Normal	32	59,3
Stres Ringan	17	31,5
Stres Sedang	3	5,6

Stres Berat	2	3,7
Stres Sangat Berat	0	0
Total	54	100

Berdasarkan tabel diatas didapatkan sebanyak 32 responden memiliki stres tingkat normal dengan persentasi 59,3%, kemudian sebanyak 17 responden memiliki stres tingkat

ringan (31,5%) dan sebanyak 3 responden memiliki stres pada tingkat sedang (5,6%) dan hanya 2 responden yang memiliki tingkat stres berat (3,7%).

Tabel 5. Hubungan Strategi Koping dengan Tingkat Stres pada Pasien Hipertensi di Klinik Rawat Inap dr. M. Suherman Jember (n=54).

Tingkat Stres	Strategi Koping				Total	
	Adaptif		Maladaptif		F	(%)
	F	(%)	F	(%)	F	(%)
Normal	32	59,3	0	0	32	59,3
Ringan	27	31,5	0	0	17	31,5
Sedang	3	5,6	0	0	3	5,6
Berat	2	3,7	0	0	2	3,7
Sangat Berat	0	0	0	0	0	0
Total	54	100	0	0	54	100

r = -0,572
p value = 0,000
 α = 5% (0,05)

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa total responden adalah 54 responden. Seluruh responden diketahui memiliki strategi koping adaptif dengan tingkat stres yang dimiliki yaitu sebanyak 32 responden yang mempunyai stres normal, kemudian 17 responden memiliki stres ringan dan 3 responden memiliki stres pada tingkatan sedang dan 2 sisanya memiliki tingkat stres berat.

Hasil uji korelasi *Spearman* diperoleh *p value* 0,00 dan *r* hitung -0,572 sehingga dapat dimaknai ada korelasi kuat antara strategi koping dengan tingkat stres pada penderita hipertensi di Klinik Rawat Inap dr. M. Suherman Jember. Terkait derajat hubungan kuat dengan nilai hubungan diantara kedua variabel bernilai negatif yang bermakna semakin baik strategi koping yang dimiliki oleh pasien hipertensi maka semakin rendah tingkat stres yang dirasakan.

PEMBAHASAN

1. Strategi Koping Pasien Hipertensi di Klinik Rawat Inap dr. M. Suherman Jember

Data hasil penelitian strategi koping pada penderita tekanan darah tinggi di Klinik Rawat Inap dr. M. Suherman Jember, diketahui sebanyak 54 responden (100%) memiliki strategi koping adaptif. Sehingga dapat disimpulkan bahwa strategi koping adaptif merupakan strategi koping yang paling dominan bagi penderita tekanan darah tinggi di Klinik Rawat Inap dr. M. Suherman Jember. Strategi koping adaptif dan strategi koping maladaptif yang dimiliki oleh seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor. Strategi koping juga merupakan suatu hal yang dipengaruhi oleh berbagai hal, misalnya kesehatan dan kepribadian individu, keyakinan / pandangan positif, konsep diri, dukungan sosial, umur dan jenis kelamin. Hasil yang menunjukkan bahwa seluruh responden memiliki koping adaptif disebabkan oleh adanya proses adaptasi yang baik dari seluruh responden, hal ini dapat dilihat dari upaya responden dalam menjalani terapi rawat jalan kontrol secara rutin di fasilitas kesehatan, hal ini menunjukkan bahwa mereka melakukan upaya aktif dalam mengatasi hipertensi yang dialami, sehingga menjadikan mekanisme koping yang adaptif. Hal ini sesuai dengan teori dari Selye (1976) yang mengatakan bahwa adaptasi melibatkan mekanisme untuk perlindungan, mekanisme koping dan dapat mengarahkan pada penyesuaian dan

penguasaan situasi. Sehingga dapat dimaknai bahwa ketika individu mempunyai proses adaptasi yang baik, maka hal itu akan berdampak pada peningkatan kualitas koping yang dimiliki (Destia, 2016).

Hasil data yang diperoleh dari penelitian diketahui usia responden didominasi oleh usia antara 56-65 tahun sebanyak 26 responden dengan persentasi sebesar 48,1%. Menurut Anggraini (2015) usia dikaitkan dengan pengalaman dari individu ketika menemui stressor. Situasi ini meningkatkan mekanisme koping dari seseorang dengan meningkatnya kapabilitas individu dalam memakai sumber daya miliknya (Asy'ari, 2021). Berdasarkan tabel hasil distribusi frekuensi terkait dengan jenis kelamin responden lebih banyak perempuan dengan jumlah 37 responden atau 68,5% dari total responden. Menurut Nasriati (2017) seseorang biasanya akan secara naluri untuk meminta dukungan dari orang disekitarnya dalam memilih langkah penyelesaian persoalan yang ada. Dalam konteks ini perempuan lebih baik dari laki-laki, hal ini dipicu perempuan memiliki jaringan sosial yang lebih besar dari laki-laki sehingga tentunya akan berpengaruh terhadap koping yang dipunyai (Asy'ari, 2021).

2. Tingkat Stres Pasien Hipertensi di Klinik Rawat Inap dr. M. Suherman Jember

Analisis hasil data diketahui bahwa kebanyakan subjek penelitian memiliki tingkat stres normal sebanyak 32 responden dengan persentasi 59,3%, kemudian 17

responden yang mempunyai stres pada tingkatan ringan dengan persentasi 31,5%, sebanyak 3 responden yang mempunyai stres pada tingkatan sedang dengan persentasi 5,6% dan hanya 2 responden yang mempunyai stres dengan tingkatan berat dengan persentasi 3,7%. Tingkat stres yang dimiliki oleh seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti faktor genetik, kecerdasan, kepribadian, motivasi, lingkungan, usia dan jenis kelamin.

Berdasarkan data yang diperoleh dari penelitian ini dapat diketahui bahwa usia responden didominasi oleh usia antara 56-65 tahun sebanyak 26 responden dengan persentasi sebesar 48,1%. Menurut Zulkifli (2019) usia berkaitan erat dengan stres. Semakin matang umur individu tentu berdampak pada penurunan kondisi fisik, sehingga lebih rentan untuk mengalami stres (Zulkifli et al., 2019). Ini sejalan seperti riset dari Zulkifli, dkk (2019) dimana diketahui ada korelasi signifikan antara usia dan tingkat stres individu dengan nilai *p value* 0,017). Berdasarkan tabel hasil distribusi frekuensi terkait dengan jenis kelamin subjek penelitian paling banyak ialah perempuan yaitu dengan jumlah 37 orang atau 68,5% dari total responden. Dimana dari total 37 responden perempuan yang ada terdapat sekitar 22 responden perempuan (59,4%) yang memiliki tingkat stres normal, sedangkan untuk responden laki-laki dari total 17 responden yang ada, hanya sekitar 10 responden (58,8%) yang memiliki tingkat stres normal. Hal ini menunjukkan

bahwa jenis kelamin juga ialah hal yang memberikan pengaruh tingkat stres yang dirasakan seseorang. Perempuan lebih memiliki jaringan sosial yang luas, yang tentunya memudahkan dalam proses mendapatkan dukungan saat mengalami stres (Ramadhani & Hendrati, 2019).

Hasil analisis dari data penelitian diketahui bahwa kebanyakan responden memiliki stres pada tingkatan normal yaitu sebanyak 32 responden (59,3%). Menurut teori dari Crawford dan Julie (2003) stres normal merupakan bagian alami dari kehidupan yang hampir seluruh individu mengalaminya yang memerlukan penyesuaian untuk menghadapi stressor (Destia, 2016). Analisa dari 32 responden yang memiliki tingkat stres normal ditandai dengan merasa khawatir dan takut dengan penyakit hipertensi yang dimiliki. Stres yang normal menunjukkan bahwa mayoritas responden mempunyai sistem adaptasi atau penyesuaian baik yang berhubungan dengan proses penyelesaian stres. Sejalan dengan teori dari Selye (1976) yang menyebutkan adaptasi melibatkan mekanisme koping sebagai perlindungan dan bisa mengarahkan pada penyesuaian serta penguasaan situasi, sehingga dapat dimaknai bahwa stres ialah bagian dari hidup individu yang nantinya akan merangsang proses adaptasi dari individu, ketika proses adaptasi yang dimiliki oleh individu berjalan baik, maka tingkat stres yang dirasakan pun akan semakin berkurang (Destia, 2016).

Responden yang mempunyai stres pada tingkatan berat 2 orang. Hasil

analisis dari kedua responden yang memiliki tingkat stres berat, diketahui bahwa mereka memiliki kepribadian yang temperamental, kedua responden ini lebih cenderung untuk mudah terpancing emosinya saat menghadapi masalah, hal ini dibuktikan dengan hasil pengisian kuisioner dari kedua responden yang mengatakan bahwa mereka mudah merasa marah karena hal sepele, mudah tersinggung dan kesulitan untuk tenang setelah sesuatu yang mengganggu. Hal ini sesuai dengan teori dari Feist (2008) yang mengatakan bahwa kepribadian ialah organisasi dinamik dalam diri seseorang yang merupakan sistem psikofisik dan hal itu mempengaruhi penyesuaian diri individu secara unik terhadap lingkungan. Jika individu punya kepribadian tenang, santai dan rileks maka seseorang tersebut akan dapat mengatasi masalah yang dihadapi dengan baik, begitupun sebaliknya, ketika seseorang punya kepribadian tegang, mudah cemas dan panik maka individu akan sulit mengatasi masalah yang dihadapi (Azizah et al., 2016).

3. Hubungan Strategi Koping dengan Tingkat Stres pada Penderita Hipertensi di Klinik Rawat Inap dr. M. Suherman Jember

Hasil analisis data penelitian pada tabel 5.5 diketahui bahwa hubungan strategi koping dengan tingkat stres pada penderita tekanan darah tinggi di Klinik Rawat Inap dr. M. Suherman Jember dengan total 54 responden pasien rawat jalan kontrol hipertensi, 54

responden diketahui memiliki strategi koping yang adaptif dengan tingkat stres yang dimiliki yaitu sebanyak 32 responden yang mempunyai stres pada tingkatan normal, kemudian 17 responden mempunyai stres pada tingkatan ringan dan 3 responden mempunyai stres pada tingkatan sedang serta sebanyak 2 subjek yang memiliki tingkat stres berat.

Hasil yang didapat dari uji korelasi *Spearman rank* diperoleh *p value* 0,00 ($0,00 \leq 0,05$) dan nilai *r* hitung -0,572 sehingga dapat dimaknai bahwa kategori korelasi dari kedua variabel tergolong kuat, sehingga disimpulkan H_1 diterima yang dapat dimaknai ada korelasi kuat strategi koping dengan tingkat stres pada penderita tekanan darah tinggi di Klinik Rawat Inap dr. M. Suherman Jember. Terkait derajat hubungan kuat dengan nilai hubungan diantara diantara kedua variabel bernilai negatif yang bermakna semakin baik strategi koping yang dimiliki oleh pasien tekanan darah tinggi di Klinik Rawat Inap dr. M. Suherman Jember maka semakin rendah tingkat stres yang dirasakan. Menurut Lazarus dan Folkman (1985) dalam teori *transactional stress and adaptive coping* menyebutkan bahwa situasi stres yang pernah dirasakan oleh individu dimaknai menjadi interaksi orang dan lingkungan, dimana rangsangan dari luar ditelaah dengan kemampuan / sumber daya yang ia punya (Azizah et al., 2016). Seseorang yang memiliki mekanisme koping adaptif maka seseorang tersebut akan mampu menyelesaikan masalah dengan baik dan terhindar

dari stres yang berkepanjangan. Maka dari itu, semakin menurun koping stres seseorang maka risiko kekambuhan hipertensi pun juga akan semakin tinggi (Kushariyadi, 2017).

Merujuk pada hasil penelitian diatas dapat dihubungkan dengan hasil penelitian ini dimana diasumsikan seseorang yang memiliki mekanisme koping adaptif maka seseorang tersebut akan mampu menyelesaikan masalah dengan baik dan terhindar dari stres yang berkepanjangan. Maka dari itu, semakin menurun koping stres seseorang maka risiko kekambuhan hipertensi pun juga akan semakin tinggi.

KESIMPULAN

Strategi koping berhubungan dengan tingkat stres pada pasien hipertensi di Klinik Rawat Inap dr. M. Suherman Jember dengan p value 0,00 ($0,00 \leq 0,05$) dan nilai r hitung -0,572.

SARAN

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam intervensi yang diberikan pada pasien dengan hipertensi agar lebih diperhatikan pada aspek psikologis pasien, bukan hanya dalam aspek farmakologis saja, terutama dalam hal pengendalian stres yang dimiliki pasien yang salah satunya dapat dilakukan dengan edukasi tentang penerapan strategi koping yang adaptif serta hal lain yang dapat mengendalikan stres pada pasien.

DAFTAR PUSTAKA

- Asy'ari, A. I. (2021). *Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Mekanisme Koping Pasien ODGJ*. <http://repository.stikesnhm.ac.id/id/eprint/1082/1/17142010053-2021-MANUSKRIP.pdf>
- Destia, K. (2016). Tingkat Stress pada remaja wanita yang menikah dini di kecamatan babakancikao kabupaten purwakarta. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 2(2).
- Kushariyadi. (2017). *Perbedaan Tingkat Stress Lansia Berdasarkan Keikutsertaan Kegiatan Posyandu Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Patrang Jember*. 2(2), 83–90.
- Linda, L. (2018). the Risk Factors of Hypertension Disease. *Jurnal Kesehatan Prima*, 11(2), 150. <https://doi.org/10.32807/jkp.v11i2.9>
- Priono, S., & Kustina. (2017). Faktor Yang Berhubungan Dengan Intensitas Kekambuhan Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Alamanda Panti Kabupaten Jember. *Jurnal Kesehatan Dr.Soebandi*, 5(1), 347–355.
- Ramadhani, A. H., & Hendrati, L. Y. (2019). Hubungan Jenis Kelamin Dengan Tingkat Stres Pada Remaja Siswa Sma di Kota Kediri Tahun 2017. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 4(2), 177–181. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM%0AHubungan>
- Roesmono, B., Hamsah, & Irwan. (2017). Hubungan Perilaku Mengontrol Tekanan Darah

dengan Kejadian Hipertensi.
*Jurnal Ilmiah Kesehatan
Pencerah*, 6, 70–75.
[https://stikesmu-sidrap.e-
journal.id/JIKP/article/view/94/77](https://stikesmu-sidrap.e-journal.id/JIKP/article/view/94/77)

Situmorang, F. D. (2020). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Anggota Prolanis Di Wilayah Kerja Puskesmas Parongpong. *Klabat Journal of Nursing*, 2(1), 11. <https://doi.org/10.37771/kjn.v2i1.417>

Zulkifli, Z., Rahayu, S. T., & Akbar, S. A. (2019). Hubungan Usia, Masa Kerja dan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Karyawan Service Well Company PT. ELNUSA TBK Wilayah Muara Badak. *KESMAS UWIGAMA: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 46–61. <https://doi.org/10.24903/kujkm.v5i1.831>

