



**HUBUNGAN BEBAN KERJA DAN STRES KERJA DENGAN
RISIKO HIPERTENSI PADA PETUGAS PEMADAM
KEBAKARAN DI KABUPATEN TANGERANG TAHUN 2025**

SKRIPSI

RUDESTI

2110713009

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2025**



**HUBUNGAN BEBAN KERJA DAN STRES KERJA DENGAN
RISIKO HIPERTENSI PADA PETUGAS PEMADAM
KEBAKARAN DI KABUPATEN TANGERANG TAHUN 2025**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat**

RUDESTI

2110713009

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2025**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi adalah hasil karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Rudesti
NRP : 2110713009
Tanggal : 24 Juni 2025

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 24 Juni 2025

Yang Menyatakan,



(Rudesti)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rudesti
NRP : 2110713009
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Hubungan Beban Kerja dan Stres Kerja dengan Risiko Hipertensi pada Petugas Pemadam Kebakaran di Kabupaten Tangerang Tahun 2025.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 24 Juni 2025

Yang menyatakan,

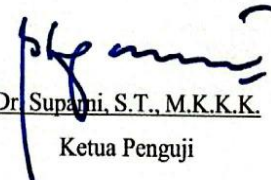

(Rudesti)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Rudesti
NRP : 2110713009
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
Judul Skripsi : Hubungan Beban Kerja dan Stres Kerja dengan Risiko
Hipertensi pada Petugas Pemadam Kebakaran di
Kabupaten Tangerang Tahun 2025

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat pada Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.


Dr. Suparni, S.T., M.K.K.K.

Ketua Penguji



Anik Amri Anifullah, S.Kp., M.K.K.K.

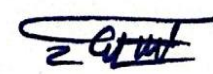
Penguji 1

Desmanan, S.Kp., M.Kep., Sp.Kep.Mat., PhD.

Dekan FIKES UPN "Veteran" Jakarta


Ayu Anggraeni Dyah Purbasari, S.K.M., M.P.H

Penguji II (pembimbing)


Dr. Chandrayani Simanjorang, S.K.M., M.Epid

Koordinator Program Studi Kesehatan
Masyarakat Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 24 Juni 2025

HUBUNGAN BEBAN KERJA DAN STRES KERJA DENGAN RISIKO HIPERTENSI PADA PETUGAS PEMADAM KEBAKARAN DI KABUPATEN TANGERANG TAHUN 2025

Rudesti

Abstrak

Profesi pemadam kebakaran melibatkan paparan berbagai risiko dan kejadian traumatis, di samping tanggung jawab besar untuk menyelamatkan nyawa. Kondisi ini berpotensi menimbulkan beban kerja dan stres kerja yang merupakan faktor risiko hipertensi yang signifikan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara beban kerja dan stres kerja dengan risiko hipertensi pada petugas pemadam kebakaran di Kabupaten Tangerang tahun 2025. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain studi *cross sectional* menggunakan uji *chi-square*. Penelitian ini menggunakan kuesioner karakteristik responden, NASA-TLX, *Fatigue Assessment Scale*, *The Workplace Stress Scale*, *Pittsburgh Sleep Quality Index*, *Global Physical Activity Questionnaire* dan *Food Frequency Questionnaire*, serta pengukuran tekanan darah menggunakan tensimeter digital. Hasil penelitian didapatkan, 47 responden (33,1%) mengalami prehipertensi, 18 orang (12,7%) memiliki tekanan darah hipertensi tingkat 1 dan 5 orang (3,5%) memiliki tekanan darah hipertensi tingkat 2. Faktor yang berhubungan dengan risiko hipertensi pada petugas pemadam kebakaran di Kabupaten Tangerang adalah usia ($p\text{-value} = <0,001$), riwayat hipertensi keluarga ($p\text{-value} = <0,001$), masa kerja ($p\text{-value} = <0,001$), beban kerja fisik ($p\text{-value} = <0,001$), beban kerja mental ($p\text{-value} = <0,001$), stres kerja ($p\text{-value} = <0,001$), kebiasaan merokok ($p\text{-value} = 0,039$), kebiasaan minum kopi ($p\text{-value} = <0,001$), aktivitas fisik ($p\text{-value} = <0,001$), indeks massa tubuh ($p\text{-value} = 0,003$), kualitas tidur ($p\text{-value} = <0,001$) dan pola makan ($p\text{-value} = <0,001$). Berdasarkan hasil penelitian disarankan untuk melakukan pola hidup sehat seperti olahraga secara rutin, istirahat yang cukup serta menjaga pola makan seimbang.

Kata Kunci: Beban Kerja, Petugas Pemadam Kebakaran, Risiko Hipertensi, Stres Kerja

RELATIONSHIP BETWEEN WORKLOAD AND WORK STRESS WITH THE RISK OF HYPERTENSION IN FIREFIGHTERS IN TANGERANG REGENCY IN 2025

Rudesti

Abstract

Firefighting is a profession that faces many risks and traumatic events, as well as having great responsibility for saving lives. This can lead to workload and work stress, which are risk factors for hypertension. The aim of this study was to investigate the correlation between workload and work-related stress with the risk of hypertension among firefighters in Tangerang Regency in 2025. The research employed a quantitative approach utilizing a cross-sectional study design and a chi-square test for analysis. This study used respondent characteristics questionnaires, NASA-TLX, Fatigue Assessment Scale, The Workplace Stress Scale, Pittsburgh Sleep Quality Index, Global Physical Activity Questionnaire, and Food Frequency Questionnaire, as well as blood pressure measurements using a digital tensimeter. The results showed that 47 respondents (33.1%) experienced prehypertension, 18 people (12.7%) had Grade 1 hypertension, and 5 people (3.5%) had Grade 2 hypertension. Factors related to the risk of hypertension in firefighters in Tangerang Regency were age (p -value = <0.001), family history of hypertension (p -value = <0.001), length of service (p -value = <0.001), physical workload (p -value = <0.001), mental workload (p -value = <0.001), work stress (p -value = <0.001), smoking habits (p -value = 0.039), coffee drinking habits (p -value = <0.001), physical activity (p -value = <0.001), body mass index (p -value = 0.003), sleep quality (p -value = <0.001), and dietary patterns (p -value = <0.001). Based on the research results, It is advisable to embrace a healthy lifestyle that includes regular physical activity, sufficient rest, and the maintenance of a balanced diet.

Keyword: Workload, Firefighters, Hypertension Risk, Work Stress

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga skripsi yang berjudul **“Hubungan Beban Kerja dan Stres Kerja dengan Risiko Hipertensi pada Petugas Pemadam Kebakaran di Kabupaten Tangerang Tahun 2025”** dapat diselesaikan. Terima kasih kepada kedua orang tua penulis yang telah memberikan dukungan, semangat, motivasi, serta doa selama proses penyusunan skripsi ini, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini juga tidak terlepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada Ayu Anggraeni Dyah Purbasari, S.K.M., M.P.H(M), selaku dosen pembimbing yang telah membimbing, memberikan arahan dan saran terhadap penulisan proposal skripsi ini, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Afif Amir Amrullah, S.Kp., M.K.K.K dan Dr. Suparni, S.T., M.K.K.K. selaku dosen penguji yang telah memberikan arahan dan saran untuk skripsi ini supaya menjadi lebih baik lagi. Seluruh pegawai BPBD Kabupaten Tangerang, terutama Bapak Ujat Sudrajat ketua BPBD Kabupaten Tangerang yang telah memberikan izin penulis untuk melakukan penelitian di BPBD Kabupaten Tangerang, dan juga Ibu Apri yang telah membantu dan memudahkan penulis dalam keperluan administrasi untuk melakukan penelitian di BPBD Kabupaten Tangerang. Seluruh pemadam kebakaran di Kabupaten Tangerang yang telah bersedia secara sukarela menjadi responden dalam penelitian ini dan juga kepada teman-teman penulis yang telah menemani dan juga memberikan support kepada penulis selama kuliah yaitu Resti Ayu Risnawanti, Fani Novelita, Celsa Indri Putri, Anggrahita Dwi Ariantini, Adny Zazinati Rahmah, Putri Amanda Prawira, Aura Hafizah, Fira Nur Awaliah dan Jasmine Sholehatunesa Shofitriumi. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca.

Jakarta, 24 Juni 2025

Penulis

Rudesti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xii
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.5 Ruang Lingkup.....	6
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 8
II.1 Hipertensi	8
II.2 Beban Kerja	21
II.3 Stres Kerja.....	22
II.4 Penelitian Terdahulu	26
II.5 Kerangka Teori.....	31
 BAB III METODE PENELITIAN.....	 32
III.1 Kerangka Konsep.....	32
III.2 Hipotesis Penelitian.....	33
III.3 Definisi Operasional	35
III.4 Desain Penelitian	43
III.5 Populasi dan Sampel Penelitian	43
III.6 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	45
III.7 Metode Pengumpulan Data.....	45
III.8 Instrumen Penelitian	45
III.9 Uji Validitas dan Reliabilitas	49
III.10 Pengolahan Data	53
III.11 Analisis Data.....	56
III.12 Etika Peneliti.....	57
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	 61

IV.1	Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	61
IV.2	Hasil Penelitian.....	61
IV.3	Pembahasan	61
IV.4	Keterbatasan Penelitian	61
BAB V PENUTUP		62
V.1	Kesimpulan	62
V.2	Saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA.....		85
RIWAYAT HIDUP		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Hipertensi.....	9
Tabel 2	Penelitian Terdahulu.....	26
Tabel 3	Definisi Operasional.....	35
Tabel 4	Pembagian Sampel.....	44
Tabel 5	Hasil Uji Validitas.....	49
Tabel 6	Hasil Uji Reliabilitas.....	53
Tabel 7	Coding Data.....	54
Tabel 8	Distribusi Frekuensi Tekanan Darah.....	60
Tabel 9	Distribusi Frekuensi Variabel Independen.....	61
Tabel 10	Hasil Analisis Bivariat Variabel Independen.....	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Rumus IMT.....	15
Gambar 2	Kerangka Teori.....	31
Gambar 3	Kerangka Konsep.....	32
Gambar 4	Tensimeter Digital.....	46

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	<i>Time Schedule</i> Penelitian
Lampiran 2	Surat Studi Pendahuluan dan Penelitian
Lampiran 3	Disposisi Surat Izin Studi Pendahuluan dan Penelitian di BPBD Kab. Tangerang
Lampiran 4	Surat Permohonan <i>Ethical Clereance</i>
Lampiran 5	Surat Persetujuan <i>Ethical Clereance</i>
Lampiran 6	Penjelasan Sebelum Persetujuan
Lampiran 7	Informed Consent
Lampiran 8	Kuesioner Penelitian
Lampiran 9	Master Tabel Penelitian
Lampiran 10	Hasil Uji Univariat
Lampiran 11	Hasil Uji Bivariat
Lampiran 12	Lembar Monitoring Bimbingan
Lampiran 13	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 14	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 15	Hasil Similaritas