

**ABSTRACT**

Hypertension is one of degenerative disease which has become the number one cause of death from heart disease. Hypertension is characterized by systolic blood pressure  $\geq 140$  mmHg and/or diastolic blood pressure  $\geq 90$  mmHg. This study aimed for analyzing the correlation between obesity and stress level with hypertension among church community in Indonesian Christian Church (GKI) Manyar Surabaya.

This study was an analytic observational study with a cross-sectional design. Sample of this study were selected using simple random sampling method. Data were collected by measuring height, weight, blood pressure and filling DASS-42 questionnaire. All data were analyzed using Spearman's Rho test using SPSS v25.0.

76 subjects aged 18-45 year were participated in this study. This study showed that most of subjects had excess weight with 16 subjects (21.1%) were overweight and 32 subjects (42.1%) were obese. 50 subjects (65.8%) experienced stress with a DASS score above 14. 24 subjects had blood pressure above normal with 12 subjects experienced prehypertension and 12 others experienced hypertension stage 1. Obesity ( $p = 0.000$ ;  $r = 0.585$ ) and stress level ( $p = 0.024$ ;  $r = 0.259$ ) were positively correlated to hypertension prevalence.

Hypertension was associated with obesity and stress level. Respondents who were overweight and obese should lose their weight in order to achieve a normal Body Mass Index (BMI). Respondents also should learn about stress management to be able to manage stress well. Church assemblies should conduct health education programs periodically regarding hypertension, obesity and stress.

Keywords: hypertension, obesity, stress level, adult

**ABSTRAK**

Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif yang menjadi penyebab nomor satu kematian akibat penyakit jantung. Hipertensi ditandai dengan tekanan sistolik  $\geq 140$  mmHg dan/atau tekanan diastolik  $\geq 90$  mmHg. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan obesitas dan tingkat *stress* dengan kejadian hipertensi pada komunitas jemaat di Gereja Kristen Indonesia (GKI) Manyar Surabaya.

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan desain *cross-sectional*. Pengambilan sampel menggunakan metode *simple random sampling*. Pengumpulan data meliputi pengukuran tinggi badan, pengukuran berat badan, pengisian kuesioner DASS dan pengukuran tekanan darah dengan *sphygmomanometer* digital. Seluruh data dianalisis menggunakan SPSS v25.0 dengan uji *Spearman's Rho*.

76 orang responden berusia 18-45 tahun berpartisipasi dalam penelitian ini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden kelebihan berat badan dengan 16 responden (21,1%) mengalami *overweight* dan 32 responden (42,1%) mengalami obesitas. 50 orang responden (65,8%) mengalami *stress* yang ditandai dengan perolehan skor DASS di atas 14. 24 responden memiliki tekanan darah di atas normal dengan 12 orang mengalami prehipertensi dan 12 orang lainnya mengalami hipertensi. Analisis *Spearman's Rho* menunjukkan adanya hubungan positif antara obesitas ( $p = 0,000$ ;  $r = 0,585$ ) dan tingkat *stress* ( $p = 0,024$ ;  $r = 0,259$ ) dengan kejadian hipertensi.

Hipertensi berhubungan dengan obesitas dan tingkat *stress*. Responden yang *overweight* dan obesitas sebaiknya menurunkan berat badan agar mencapai Indeks Massa Tubuh (IMT) normal. Responden juga sebaiknya belajar manajemen *stress* agar dapat mengelola *stress* dengan baik. Majelis gereja sebaiknya mengadakan program edukasi kesehatan secara berkala mengenai hipertensi, obesitas, dan *stress*.

Kata kunci: hipertensi, obesitas, *stress*, dewasa