

## **Hubungan Beban Kerja Mental Dengan Tekanan Darah Pada Tenaga Kependidikan Fakultas Kedokteran Universitas Jenderal Soedirman**

Yulia Pratiwi Ratman<sup>1</sup>, Arfi Nurul Hidayah<sup>2</sup>, Nafiisah<sup>3</sup>

Fakultas Kedokteran Universitas Jenderal Soedirman, Purwokerto, Indonesia

### **ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Kenaikan tekanan darah atau hipertensi adalah penyakit tidak menular yang menjadi permasalahan serius di dunia tak terkecuali di Indonesia. Peningkatan tekanan darah merupakan salah satu penyakit yang bisa disebabkan oleh beban kerja berlebih. Beban kerja yang berlebih menyebabkan tingginya stres dan kelelahan. Stres dapat memicu kerja saraf simpatis yang mengakibatkan peningkatan tekanan darah dan curah jantung. Oleh karena itu, agar tenaga kependidikan dapat bekerja dengan optimal, maka beban kerja harus dimanajemen dengan baik.

**Tujuan :** Mengetahui hubungan beban kerja mental dengan tekanan darah pada tenaga kependidikan Fakultas Kedokteran Universitas Jenderal Soedirman.

**Metode :** Penelitian analitik observasional dengan rancangan *cross sectional* kepada 31 tenaga kependidikan Fakultas Kedokteran Universitas Jenderal Soedirman dengan teknik *total sampling*. Pengambilan data beban kerja mental menggunakan kuesioner NASA TLX dan tekanan darah menggunakan *sfigmomanometer* air raksa dan stetoskop. Analisis hipotesis menggunakan uji korelasi *Spearman*.

**Hasil :** Tingkat beban kerja mental pada tenaga kependidikan Fakultas Kedokteran Universitas Jenderal Soedirman pada kategori ringan sebesar 16,1%, sedang sebesar 48,4% ,dan berat sebesar 35,5%. Sementara itu, tekanan darah tenaga kependidikan dengan kategori hipotensi sebesar 3,2%, kategori normal sebesar 51,6%, kategori prehipertensi sebesar 38,7%, kategori hipertensi stage 1 sebesar 3,2%, dan kategori hipertensi stage 2 sebesar 3,2%. Hasil uji statistik *Spearman* yaitu  $p\ value = 0,184$ .

**Kesimpulan :** Tidak terdapat hubungan antara beban kerja mental dengan tekanan darah pada tenaga kependidikan Universitas Jenderal Soedirman.

**Kata Kunci:** *beban kerja mental, tekanan darah, tenaga kependidikan*

***Relation Between Mental Workload And Blood Pressure on Education Staff At Faculty Of Medicine Jenderal Soedirman University***

Yulia Pratiwi Ratman<sup>1</sup>, Arfi Nurul Hidayah<sup>2</sup>, Nafiisah<sup>3</sup>  
Faculty of Medicine, Jenderal Soedirman University, Purwokerto, Indonesia

**ABSTRACT**

**Background:** An increase in blood pressure or hypertension is a non-communicable disease that is a serious problem in the world, including in Indonesia. Increased blood pressure is one of the diseases caused by an excessive workload. Excessive workload causes high stress and fatigue. Stress can trigger the work of the sympathetic nerves which increases blood pressure and cardiac output. Therefore, for educational staff to work optimally, the workload must be managed properly.

**Objective:** To determine the relationship between mental workload and blood pressure on educational staff at Faculty Of Medicine Jenderal Soedirman University.

**Methods:** An analytic observational study with cross-sectional model was conducted among 31 education staff of the Faculty of Medicine, Jenderal Sudirman University with total sampling technique. Mental workload data was collected using the NASA TLX Questionnaire and blood pressure using a mercury sphygmomanometer and a stethoscope. Hypothesis analysis using Spearman correlation test.

**Results:** The level of mental workload on the education staff of the Faculty of Medicine at Jenderal Sudirman University in mild category was 16.1%, moderate was 48.4%, and heavy was 35.5%. Meanwhile, the blood pressure of education staff in the hypotension category was 3.2%, the normal category was 51.6%, the prehypertension category was 38.7%, the stage 1 hypertension category was 3.2%, and the stage 2 hypertension category was 3.2%. Spearman's statistical test results are  $p$  value = 0.184.

**Conclusions:** There is no relationship between mental workload and blood pressure on educational staff at Faculty Of Medicine Jenderal Soedirman University.

---

**Keywords:** educational staff, mental workload, blood pressure.