

# FAKTOR - FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN HIPERTENSI PADA USIA DEWASA MENENGAH DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS WANGKO KECAMATAN RAHONG UTARA TAHUN 2022

Yohana Jehani<sup>1</sup>, Yohana Hepilita<sup>2</sup>, Yuliana R. R. Krowa<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Katolik Indonesia Santu Paulus Ruteng Jl. Jend. Ahmad Yani, No.10, Ruteng Flores 86508

Email: [onadjehany@gmail.com](mailto:onadjehany@gmail.com)

**Abstract:** Hypertension is a condition when the blood pressure in the blood vessels increases with the measurement of systolic blood pressure > 140 mmHg and diastolic > 90 mmHg. This research purpose is to determine the factors associated with the incidence of hypertension in middle-aged adults in the working area of the Wangko Health Center. Methods: This study uses a quantitative method with a type of descriptive analytic cross sectional design. The independent variables are gender, family history, physical activity, alcohol consumption, smoking habits, diet and stress, while the dependent variable is the incidence of hypertension. The sampling technique used is purposive sampling with a sample of 82 people. Results: 32 respondents (39.0%) had stage I hypertension and 50 respondents (61.0%) had stage II hypertension. Bivariate analysis using the chi square test with  $\alpha = 0.05$  ( $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted if  $p < \alpha$ ). Gender ( $p=0.000$ ), family history of hypertension ( $p=0.001$ ), physical activity (0.004), alcohol consumption (0.000), smoking habits (0.000), eating patterns ( $p=0.000$ ), stress ( $p=0.002$ ) had relationship with the incidence of hypertension in middle-aged adults in the working area of the Wangko Health Center ( $p<0.05$ ). Based on this research, it is expected that the public should avoid risk factors that can cause hypertension.

**Keywords:** Hypertension, risk factors, middle age

**Abstrak:** Penyakit hipertensi merupakan suatu keadaan ketika tekanan darah di pembuluh darah meningkat dengan hasil pengukuran tekanan darah sistolik > 140 mmHg dan diastolik > 90 mmHg. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor – faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa menengah di wilayah kerja Puskesmas Wangko. Metode : Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis deskriptif analitik rancangan *cross sectional*. Variabel independen adalah jenis kelamin, riwayat keluarga, aktivitas fisik, konsumsi alkohol, kebiasaan merokok, pola makan dan stress sedangkan variabel dependen kejadian hipertensi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *purposive sampling* dengan jumlah sampel 82 orang. Hasil: sebanyak 32 responden (39,0%) yang mengalami hipertensi stadium I dan terdapat 50 responden (61,0%) yang mengalami hipertensi stadium II. Analisis bivariat menggunakan uji *chi square* dengan  $\alpha=0,05$  ( $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima jika  $p < \alpha$ ). Jenis kelamin ( $p=0,000$ ), riwayat keluarga hipertensi ( $p=0,001$ ), aktivitas fisik (0,004), konsumsi alkohol (0,000), kebiasaan merokok (0,000), pola makan ( $p=0,000$ ), stress ( $p=0,002$ ) memiliki hubungan dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa menengah di wilayah kerja Puskesmas Wangko ( $p<0,05$ ). Berdasarkan penelitian tersebut diharapkan kepada masyarakat agar menghindari faktor – faktor risiko yang dapat menyebabkan kejadian hipertensi.

**Kata kunci :** Hipertensi, Faktor risiko hipertensi, usia dewasa menengah

## PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi masalah utama dalam bidang kesehatan dan terus meningkat setiap tahun meskipun tindakan preventif dan promotif banyak dikembangkan mengikuti kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi (Ekarini et al., 2020). Penyakit hipertensi di Indonesia merupakan penyebab kematian ketiga dengan jumlah mencapai 6,8% (Syahrir et al., 2021). Hipertensi merupakan penyakit tidak menular, dimana hasil pengukuran tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg dan tekanan diastolik  $\geq 90$  mmHg sesuai dengan standar *British Society of Hypertension* menggunakan alat sphygmomanometer air raksa, digital dan aneroid (Kemenkes RI, 2019).

Berdasarkan data dari Data dari *World Health Organization* (WHO) tahun 2019, menunjukkan sekitar 1,13 juta (22%) orang di dunia mengalami hipertensi, sedangkan di Asia Tenggara, angka kejadian hipertensi mencapai 36%. Penderita dari jumlah tersebut, hanya kurang dari seperlima yang melakukan upaya pengendalian terhadap tekanan darah yang dimiliki (Kemenkes RI, 2019). Di Indonesia pada penduduk usia 31-44 tahun sebanyak 31,6%, usia 45-54 tahun sejumlah 45,3%, umur 55-64 tahun sebesar 55,2% (Kemenkes RI, 2019). Provinsi NTT menempati urutan ke 19 dari 34 provinsi dengan jumlah 11.505 kasus hipertensi (RISKESDAS, 2018). Data dari Kabupaten Manggarai tahun 2020, hipertensi menduduki urutan pertama dari 10 patron penyakit terbanyak di kabupaten Manggarai dengan total kasus rawat inap sebanyak 668 kasus, dan kasus rawat jalan sebanyak 2.249 kasus (Badan Pusat Statistik, 2020).

Kejadian hipertensi dan komplikasinya belakangan ini semakin meningkat dan dapat berakibat fatal bila tidak segera dicegah dan ditangani dengan segera terutama pada usia dewasa. Dampak yang ditimbulkan oleh hipertensi sangat luas dan dijuluki *silent killer* karena pada umumnya tanpa keluhan dan

mengakibatkan kematian mendadak bagi penderitanya (Ekaningrum, 2021). Apabila tidak ditangani dengan baik hipertensi akan menjadi faktor risiko utama untuk terjadinya penyakit kardiovaskular yang dapat menyebabkan stroke, infark miokard, gagal jantung, demensia, gagal ginjal, dan gangguan penglihatan, kondisi ini dapat menjadi beban, baik dari segi finansial, karena berkurangnya produktivitas sumber daya manusia akibat komplikasi penyakit ini, maupun dari segi sistem kesehatan, selain itu juga terjadi gangguan pada sistem transportasi oksigen dan karbondioksida (Junaedi, 2016).

Faktor risiko hipertensi dapat dibedakan atas faktor yang dapat dimodifikasi (dapat dikontrol) dan tidak dapat dimodifikasi (tidak dapat dikontrol) (Ekarini et al., 2020). Faktor yang dapat dimodifikasi antara lain gaya hidup yang tidak sehat, obesitas, kurang berolahraga, merokok, konsumsi garam berlebihan, makanan cepat saji, stress, dan kebiasaan konsumsi beralkohol, serta faktor yang tidak dapat dimodifikasi seperti keturunan, jenis kelamin dan usia (LeMone, 2016).

Penelitian yang dilakukan oleh Angelina et al., (2021), menyebutkan bahwa ada hubungan antara kebiasaan merokok terhadap kejadian hipertensi, dimana responden dengan kebiasaan merokok memiliki risiko lebih tinggi untuk terjadi hipertensi dibandingkan dengan responden yang tidak merokok. Tekanan darah dipengaruhi oleh curah jantung dan tahanan perifer. Penelitian lain oleh Rihiantoro & Widodo (2018) menunjukkan adanya hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi, pola makan buruk berisiko mengalami hipertensi dibandingkan dengan pola makan baik. Kusariana & Manik (2020), menyebutkan bahwa jenis kandungan makanan yang mampu memicu peningkatan tekanan darah tinggi yaitu tinggi natrium, tinggi lemak, penyedap makanan. Berdasarkan penelitiannya ada hubungan yang signifikan dari jenis makanan diatas yang dapat mempengaruhi tekanan darah sistolik dari responden. Patenrengi

(2020) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa riwayat genetik dapat menyebabkan kejadian hipertensi. Responden yang mempunyai keturunan memiliki penyakit hipertensi lebih besar daripada yang tidak mempunyai keturunan. Penelitian lain yang dilakukan Ramadhani (2021) menyebutkan bahwa ada hubungan faktor stress dengan kejadian hipertensi.

Berdasarkan hasil data yang diperoleh dari 82 orang responden di wilayah kerja Puskesmas Wangko Kecamatan Rahong Utara yang mengalami hipertensi menemukan bahwa faktor – faktor yang berhubungan dengan hipertensi pada usia dewasa menengah yaitu jenis kelamin, riwayat keluarga, aktivitas fisik, konsumsi alkohol, kebiasaan merokok, pola makan, dan stress. Berdasarkan hasil studi pendahuluan ditemukan bahwa pasien yang paling banyak melakukan pemeriksaan tekanan darah setiap bulan adalah pasien usia dewasa menengah yaitu usia 40-65 tahun, sehingga selalu diketahui tekanan darahnya. Pada tahun 2020 dari bulan Mei sampai dengan Desember pada dewasa menengah sebanyak 45 kasus, sedangkan pada tahun 2021 dari bulan April sampai dengan Oktober kejadian hipertensi pada dewasa menengah meningkat menjadi 105 kasus.

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi faktor - faktor yang berhubungan dengan hipertensi pada usia dewasa menengah di Wilayah Kerja Puskesmas Wangko Kecamatan Rahong Utara dan tujuan khusus penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan jenis kelamin, riwayat keluarga, aktivitas fisik, kebiasaan merokok, kebiasaan konsumsi alkohol, pola makan dan stress pada usia dewasa menengah di wilayah kerja Puskesmas Wangko Kecamatan Rahong Utara tahun 2021.

Dari hasil uraian di atas mendorong peneliti untuk melakukan penelitian mengenai faktor – faktor yang berhubungan dengan hipertensi pada usia dewasa menengah di wilayah kerja Puskesmas Wangko Kecamatan Rahong Utara Tahun 2021.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan jenis deskriptif analitik rancangan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah subyek yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan yakni pasien hipertensi usia dewasa menengah di Puskesmas Wangko Kecamatan Rahong Utara sejumlah 103 orang dan jumlah sampel sebanyak 82 responden dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling* dan memenuhi beberapa kriteria inklusi yaitu, menderita hipertensi berdasarkan pengukuran tekanan darah, tinggal di wilayah kerja Puskesmas Wangko, bersedia menjadi responden. Faktor – faktor yang berhubungan dengan hipertensi pada usia dewasa menengah diukur menggunakan instrumen penelitian berupa kuesioner. Sebelum kuesioner digunakan terlebih dahulu dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Uji validitas dan reliabilitas dilaksanakan di Puskesmas Nanu Kecamatan Rahong Utara kepada 20 orang dewasa menengah hipertensi.

Cara pengumpulan data dilakukan dengan cara memberikan lembar penjelasan terkait penelitian selanjutnya lembar pertanyaan persetujuan dan membagikan kuesioner kepada responden hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Wangko Kecamatan Rahong Utara, kemudian menjelaskan tentang cara pengisiannya. Responden diminta untuk mengisi kuesioner sampai selesai dan meminta untuk bertanya kepada peneliti ketika ada pertanyaan dari kuesioner yang tidak dipahami dan kuesioner diambil pada saat itu juga oleh peneliti.

Selanjutnya dilakukan langkah pengolahan data berupa *editing, scoring, coding, tabulating, dan entry*. Analisa data yang dilakukan adalah analisis univariat untuk mendeskripsikan semua variabel penelitian dengan cara menyusun tabel distribusi frekuensi dari masing – masing variabel, baik variabel bebas maupun variabel terikat kemudian dideskripsikan dalam bentuk tabel atau grafik dan penyebaran data untuk memberikan gambaran umum hasil penelitian

dan analisis bivariat untuk menganalisis hubungan variabel dependen dan variabel independen.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisis Univariat

**Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Di Wilayah Kerja Puskesmas Wangko**

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-Laki	37	45.1
Perempuan	45	54.9
<b>Total</b>	<b>82</b>	<b>100.0</b>

Sumber : Data Primer 2022

Tabel 1. menunjukkan distribusi responden berdasarkan jenis kelamin, dari total 82 orang responden jumlah paling banyak berjenis kelamin perempuan berjumlah 45 orang (54.9%) dan jumlah paling sedikit berjenis kelamin laki-laki berjumlah 37 orang (45.1%).

**Tabel 2. Distribusi Riwayat Keluarga Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Wangko**

Riwayat Keluarga Hipertensi	Frekuensi	Persentase (%)
Ya	58	70.7
Tidak	24	29.3
<b>Total</b>	<b>82</b>	<b>100.0</b>

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 2. diperoleh hasil bahwa riwayat keluarga dengan hipertensi dari 82 orang jumlah paling banyak responden memiliki keluarga yang mempunyai riwayat hipertensi dengan jumlah 58 orang (70.7%) dan 24 orang (29.3%) yang tidak memiliki keluarga yang mempunyai riwayat hipertensi.

**Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Aktivitas Fisik**

No.	Aktivitas Fisik	Frekuensi	Persentase (%)
1	Berat	34	41.5
2	Ringan	48	58.5
	<b>Total</b>	<b>82</b>	<b>100.0</b>

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 3. di atas dapat disimpulkan bahwa dari 82 orang responden, terdapat 34 orang (41.5%) responden yang melakukan aktivitas berat, dan 48 orang (58.5%) yang melakukan aktivitas ringan.

**Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Konsumsi Alkohol**

No.	Konsumsi Alkohol	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tidak	46	56.1
2	Ya	36	43.9
	<b>Total</b>	<b>82</b>	<b>100.0</b>

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 4. di atas dapat disimpulkan bahwa dari 82 orang responden, terdapat 36 orang (43.9%) responden yang mengkonsumsi alkohol, dan 46 orang (56.1%) responden yang tidak mengkonsumsi alkohol.

**Tabel 5 Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Merokok**

No.	Kebiasaan Merokok	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tidak Merokok	48	58.5
2	Merokok	34	41.5
	<b>Total</b>	<b>82</b>	<b>100.0</b>

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 5. di atas dapat disimpulkan bahwa dari 82 orang responden, terdapat 34 orang (41.5%) responden yang merokok, dan 48 orang (58.5%) responden yang tidak merokok.

**Tabel 6. Distribusi Responden Berdasarkan Pola Makan**

No.	Pola Makan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tidak Baik	66	80.5
2	Baik	16	19.5
<b>Total</b>		<b>82</b>	<b>100.0</b>

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 6 diatas dapat disimpulkan bahwa dari 82 orang responden, terdapat 66 orang (80.5%) responden yang memiliki pola makan tidak baik, dan 16 orang (19.5%) yang memiliki pola makan baik.

**Tabel 7. Distribusi Responden Berdasarkan Pola Stress**

No.	Stress	Frekuensi	Persentase (%)
1	Berat	55	67.1
2	Ringan	27	32.9
<b>Total</b>		<b>82</b>	<b>100.0</b>

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 7 diatas dapat disimpulkan bahwa dari 82 orang responden, terdapat 55 orang (67.1%) responden yang mengalami stress berat, dan 27 orang (32.9%) responden yang mengalami stress ringan

**Tabel 8. Hubungan Jenis Kelamin Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Menengah Di Wilayah Kerja Puskesmas Wangko**

Jenis Kelamin	Hipertensi				Total	P – value
	Stadium I		Stadium II			
	N	%	n	%		
Laki-laki	6	16,2	31	83,8	37	100,0
Perempuan	26	57,8	19	42,2	45	100,0
<b>Total</b>	32	39,0	50	61,0	82	100,0

Sumber: Data Primer 2022

Tabel 8. menunjukkan bahwa hubungan antara antara jenis kelamin dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa menengah di wilayah kerja Puskesmas Wangko diketahui bahwa dari 82 responden laki-laki yang mengalami hipertensi stadium I sebanyak 6 orang (23,3%) dan terdapat 31 orang (83,8%)

jenis kelamin laki-laki yang mengalami hipertensi stadium II. Sedangkan perempuan yang mengalami hipertensi stadium I sebanyak 26 orang (57.8%) dan perempuan yang mengalami hipertensi stadium II sebanyak 19 orang (42.2%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Azhari (2020) yang mengatakan bahwa ada hubungan antara jenis kelamin dengan kejadian hipertensi yang menunjukkan nilai  $p$  value = 0,026, responden yang berjenis kelamin perempuan mempunyai peluang sebanyak 2,7 kali untuk terkena penyakit hipertensi dibandingkan dengan responden berjenis kelamin laki-laki.

Perempuan yang telah mengalami menopause memiliki kadar estrogen yang rendah. Sedangkan estrogen ini berfungsi meningkatkan kadar *High Density Lipoprotein* (HDL) yang sangat berperan dalam menjaga kesehatan pembuluh darah. Pada wanita menopause, kadar estrogen yang menurun juga akan diikuti dengan penurunan kadar HDL jika tidak diikuti dengan gaya hidup yang baik.

**Tabel 9. Hubungan Riwayat Keluarga Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Menengah Di Wilayah Kerja Puskesmas Wangko**

Riwayat Keluarga Hipertensi	Hipertensi				Total	P – value
	Stadium I		Stadium II			
	n	%	n	%		
Ya	16	27,6	42	72,4	58	100,0
Tidak	16	66,7	8	33,3	24	100,0
<b>Total</b>	32	39,0	50	61,0	82	100,0

Sumber : Data Primer 2022

Tabel 9. menunjukkan bahwa Hasil analisis bivariat yang ditunjukkan pada tabel 4.13 hubungan antara riwayat keluarga hipertensi dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa menengah di wilayah kerja Puskesmas Wangko diketahui bahwa terdapat 27,6% yang mempunyai riwayat keluarga hipertensi yang mengalami hipertensi stadium I, 72,4% yang mempunyai riwayat keluarga hipertensi yang mengalami hipertensi stadium II. Hasil uji *chi square* menunjukkan nilai  $p$  value 0,001 ( $< 0,05$ ), yang artinya ada hubungan yang signifikan antara riwayat keluarga hipertensi dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa menengah. Hal ini

menunjukkan bahwa riwayat keluarga dengan hipertensi atau keturunan terbukti sebagai faktor yang berhubungan dengan terjadinya hipertensi.

Berdasarkan penelitian ini, terbukti ada hubungan antara faktor riwayat keluarga dengan kejadian hipertensi, hal ini disebabkan faktor keturunan memiliki peran besar terhadap munculnya penyakit hipertensi. Hipertensi pada seseorang merupakan hasil dari perubahan - perubahan pada genetik, telah terbukti bahwa bukan hanya tekanan darah, tetapi juga mekanisme pengaturan sistem renin angiotensin-aldosteron, sistem saraf simpatis, semuanya dipengaruhi secara genetik, teknik biomolekuler modern telah memungkinkan pemeriksaan gen yang bertanggung jawab terhadap terjadinya hipertensi pada seseorang (Dismiantoni et al., 2020).

**Tabel 10. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Menengah Di Wilayah Kerja Puskesmas Wangko**

Aktivitas Fisik	Hipertensi				P – value		
	Stadium I		Stadium II		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Aktivitas Berat	7	20,6	27	79,4	34	100,0	0,004
Aktivitas Ringan	25	52,1	23	47,9	48	100,0	
<b>Total</b>	32	39,0	50	61,0	82	100,0	

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan hasil penelitian yang ditunjukkan pada tabel 10. hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa menengah di wilayah kerja Puskesmas Wangko dilihat bahwa yang melakukan aktivitas berat terdapat 7 orang responden (20,6%) dengan hipertensi stadium I, dan terdapat 27 responden (79,4%) dengan hipertensi stadium II. Pada responden dengan aktivitas fisiknya ringan terdapat 25 responden (52,1%) dengan hipertensi stadium I, dan terdapat 23 responden (47,9%) dengan hipertensi stadium II. Hasil uji *chi square* diperoleh nilai *p-value* 0,004 (< 0,05) yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada

usia dewasa menengah di wilayah kerja Puskesmas Wangko.

Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki intensitas aktivitas fisik yang ringan. Aktivitas fisik dapat didefinisikan sebagai pergerakan otot yang menggunakan energi. Kurangnya aktivitas fisik membuat organ tubuh dan pasokan darah maupun oksigen menjadi tersendat sehingga menimbulkan banyak permasalahan kesehatan seperti tingginya berat badan serta meningkatnya tekanan darah (Siregar, 2020).

**Tabel 11. Hubungan Konsumsi Alkohol Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Menengah Di Wilayah Kerja Puskesmas Wangko**

Konsumsi Alkohol	Hipertensi				Total		P – value
	Stadium I		Stadium II				
	N	%	n	%	n	%	
Tidak	26	56,5	20	43,5	46	100,0	0,000
Ya	6	16,7	30	83,3	36	100,0	
<b>Total</b>	32	39,0	50	61,0	82	100,0	

Sumber: Data Primer 2022

Hasil analisis bivariat hubungan antara konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi terdapat 46 orang yang tidak mengkonsumsi alkohol, dan terdapat 36 orang yang mengkonsumsi alkohol. Hasil uji *chi square* menunjukkan nilai *p-value* 0,000 (> 0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa menengah. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Ramadhani (2021) tentang faktor – faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi pada masyarakat di kampung Bedagai Kota Pinang yang mengatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara konsumsi alkohol dengan hipertensi yang menunjukkan nilai *p*=0,000. Karena alkohol dapat merangsang epinefrin atau adrenalin yang menyebabkan arteri menyusut dan menyebabkan penumpukan air dan natrium yang diakibatkannya. Pada penelitian ini peneliti menyimpulkan bahwa konsumsi alkohol merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan hipertensi pada usia dewasa menengah di wilayah kerja Puskesmas

Wangko dikarenakan banyaknya responden yang mengonsumsi alkohol.

**Tabel 12. Hubungan Kebiasaan Merokok Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Menengah Di Wilayah Kerja Puskesmas Wangko**

Kebiasaan Merokok	Hipertensi				Total		P - value
	Stadium I		Stadium II		n	%	
	n	%	n	%			
Merokok	32	66,7	16	33,3	48	100,0	0,000
Tidak Merokok	0	0,0	34	100,0	34	100,0	
<b>Total</b>	<b>32</b>	<b>39,0</b>	<b>50</b>	<b>61,0</b>	<b>82</b>	<b>100,0</b>	

Sumber: Data Primer 2022

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan kepada 82 responden di wilayah kerja Puskesmas Wangko Kecamatan Rahong Utara, dapat ditemukan perokok berat yang mengalami hipertensi stadium II sebanyak 34 orang. Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi square* dengan tingkat signifikansi 0,05. Hasil analisis diperoleh *p-value*  $0,000 < 0,05$ , berarti  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak yang berarti adanya hubungan antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa menengah di wilayah kerja Puskesmas Wangko.

Penelitian ini menunjukkan bahwa kebiasaan merokok yang mengalami hipertensi paling banyak adalah perokok berat dengan kejadian hipertensi stadium II. Unsur yang terkandung dalam rokok seperti nikotin akan merangsang pelepasan *catecholamin* yang bisa memaksa organ jantung bekerja lebih keras sehingga tekanan darah dalam tubuh akan meningkat. Kebiasaan merokok dapat meningkatkan tekanan darah menjadi tinggi. Karena itu, jika kebiasaan ini terus dilanjutkan ketika seseorang menderita tekanan darah tinggi, hal ini merupakan kombinasi yang sangat berbahaya (Herziana, 2017). Berdasarkan penelitian ini kebiasaan merokok responden sangat tinggi bukan hanya bagi perokok aktif tapi juga perokok pasif dan hal ini merupakan salah satu faktor risiko hipertensi.

**Tabel 13. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Menengah Di Wilayah Kerja Puskesmas Wangko**

Pola makan	Hipertensi				Total		P - value
	Stadium I		Stadium II		n	%	
	n	%	n	%			
Tidak Baik	18	27,3	48	72,7	66	100	0,000
Baik	14	87,5	2	12,5	16	100	
<b>Total</b>	<b>32</b>	<b>39,0</b>	<b>50</b>	<b>61,0</b>	<b>82</b>	<b>100</b>	

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 13. hasil analisis bivariat hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa menengah di wilayah kerja Puskesmas Wangko Kecamatan Rahong Utara diketahui bahwa dari 82 responden yang memiliki pola makan tidak baik mengalami hipertensi stadium I sebanyak 18 orang (27,3%), dan yang memiliki pola makan tidak baik mengalami hipertensi stadium II sebanyak 48 orang (72,7%) sedangkan yang memiliki pola makan baik mengalami hipertensi stadium I sebanyak 14 orang (87,5%) dan yang memiliki pola makan baik mengalami hipertensi stadium II sebanyak 2 orang (12,5%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa menengah di wilayah kerja Puskesmas Wangko Kecamatan Rahong Utara yang menunjukkan nilai *p-value*  $0,000 (< 0,05)$ .

Hasil studi peneliti menunjukkan bahwa pola makan yang sering dikonsumsi responden dewasa menengah di wilayah kerja Puskesmas Wangko tergolong pola makan buruk dikarenakan responden pada penelitian ini sering mengonsumsi makanan sebagai lauk pauk adalah ikan asin. Ikan asin mengandung kadar garam yang tinggi, garam mengandung zat yang bernama natrium, diketahui natrium yang jika jumlahnya berlebihan di tubuh akan menarik cairan ke dalam pembuluh darah, akibatnya ada volume dalam pembuluh darah yang harus dipompakan lebih banyak. Hal ini

membuat tekanan darah menjadi tinggi (Rihiantoro & Widodo, 2018).

**Tabel 14. Hubungan Stress Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Menengah Di Wilayah Kerja Puskesmas Wangko**

Stres	Hipertensi				Total	P – value
	Stadium I		Stadium II			
	n	%	n	%		
Stres Berat	15	27,3	40	72,7	55	100,0
Stres Ringan	17	63,0	10	37,0	27	100,0
<b>Total</b>	<b>32</b>	<b>39,0</b>	<b>50</b>	<b>61,0</b>	<b>82</b>	<b>100,0</b>

Sumber : Data Primer 2022

Berdasarkan tabel 14. hasil analisis bivariat hubungan antara stress dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa menengah di wilayah kerja Puskesmas Wangko Kecamatan Rahong Utara diketahui bahwa dari 82 responden terdapat 15 orang (27,3%) yang stress berat mengalami hipertensi stadium I, dan terdapat 40 orang (72,7%) yang stress berat mengalami hipertensi stadium II. Sedangkan yang mengalami stress ringan stadium I sebanyak 17 orang (63,0%), dan yang mengalami stress ringan stadium II sebanyak 10 orang (37,0%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara stress dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa menengah di Wilayah Kerja Puskesmas Wangko yang menunjukkan nilai p-value 0,002 (< 0,05).

Stress merupakan ketakutan dan kecemasan, jika sesuatu yang mengancam kelenjar otak pituitary akan mengirimkan hormon kelenjar endokrin ke dalam darah, hal ini jika terjadi dalam kurun waktu lama maka akan terjadi hipertrofi kardiovaskular, hormon ini juga berpengaruh pada peningkatan tekanan darah yang mengakibatkan hipertensi (Angelina et al., 2021).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan kepada 82 responden di wilayah kerja Puskesmas Wangko didapati bahwa

kejadian hipertensi sangat berhubungan dengan beberapa faktor yakni antara lain: jenis kelamin (p value = 0,000); riwayat keluarga (p value = 0,001); aktivitas fisik (p value = 0,004); konsumsi alkohol (p value = 0,000); kebiasaan merokok (p value = 0,000); pola makan (p value = 0,000); dan stress (p value = 0,002).

## DAFTAR RUJUKAN

- Angelina, C., Yulyani, V., & Efriyani, E. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Biha Pesisir Barat Tahun 2020. *Indonesian Journal of Health and Medical*, 1(3), 404–416. <http://rcipublisher.org/ijohm/index.php/ijohm/article/view/74>
- Azhari, M. H. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Makrayu Kecamatan Ilir Barat II Palembang. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 23–30. <https://doi.org/10.30604/jika.v2i1.29>
- Badan Pusat Statistik. (2020). Kabupaten Manggarai Dalam Angka. In *BPS Kabupaten Manggarai*.
- Dismiantoni, N., Anggunan, Triswanti, N., & Kriswiastiny, R. (2020). ARTIKEL PENELITIAN Hubungan Merokok Dan Riwayat Keturunan Dengan Kejadian Hipertensi. *Ilmiah Kesehatan*, 9(1), 30–36. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.214>
- Ekaningrum, A. Y. (2021). Hubungan Asupan Natrium, Lemak, Gangguan mental emosional, dan Gaya Hidup dengan Hipertensi Pada Dewasa di DKI Jakarta. *Nutrition College*, 10, 82–92. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/>
- Ekarini, N. luh P., Wahyuni, J. D., & Sulistyowati, D. (2020). *Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Usia Dewasa*. 5(1), 61–73.
- Junaedi, E. (2016). *Hipertensi Kandas Berkat Herbal*. Jakarta: FMedia.
- Kemenkes RI. (2019). Hipertensi Si Pembunuh Senyap. *Pusat Data Dan*



*Informasi Kementerian Kesehatan.*

- Kusariana, N., & Manik, W. C. O. (2020). Peningkatan Upaya Pencegahan Penyakit Hipertensi Melalui Pemberdayaan Kader Kesehatan di Desa Karangdawa, Kecamatan Warungpring, Kabupaten Pemalang. *Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat UNDIP 2020*, 393–396.
- LeMone, P. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah, Gangguan Eliminasi dan Gangguan Kardiovaskular* (A. Linda (ed.); Bahasa Ind). Jakarta: EGC, 2015.
- Patenrengi, I. (2020). *Faktor - Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat di Puskesmas Pekauman Kota Banjarmasin Tahun 2020*.
- Ramadhani, M. (2021). Faktor - faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Hipertensi Pada Masyarakat di Kampung Bedagai Kota Pinang. *Kedokteran*, 4(1), 52. <https://jurnal.fk.uisu.ac.id/index.php/stm/article/view/132>
- Rihiantoro, T., & Widodo, M. (2018). Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi di Kabupaten Tulang Bawang. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 13(2), 159. <https://doi.org/10.26630/jkep.v13i2.924>
- RISKESDAS. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar. *Kemendes RI*.
- Siregar, P. A. (2020). Aktivitas Fisik , Konsumsi Makanan Asin dan Kejadian Hipertensi Masyarakat Pesisir Kota Medan. *Ilmiah Kesehatan*, 2(1), 0–8. <https://doi.org/10.36590/jika.v2i1.34>
- Syahrir, M., Sabilu, Y., & Salma, W. O. (2021). Hubungan Merokok dan Konsumsi Alkohol Dengan Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Wilayah Pesisir. *Nursing Update*, 3. <https://stikes-nhm.e-journal.id/NU/index>
- WHO. (2019). <http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/maternal-mortality>