

Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sinorang Kecamatan Batui Kabupaten Luwuk Banggai

Factor Relationship with the Incident of Hypertension in the Working Area of the Sinorang Community Health Center, Batui District, Regency Luwuk Banggai

Rahma Sri Susanti, Jusman Usman

Universitas Indonesia Timur Makassar

Email : jusmanusman90@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor berhubungan dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sinorang Kabupaten Luwuk Banggai. Jenis penelitian *observasional* dengan desain *cross sectional study*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi yang dirawat jalan pada Puskesmas Sinorang Kabupaten Luwuk Banggai pada bulan Januari-juni 2024 sebanyak 133 pasien. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian menderita Hipertensi yang dimana pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Jumlah sampel yang digunakan adalah sebanyak 100 sampel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa umur ($P=0,007$) berhubungan dengan kejadian Hipertensi, riwayat keluarga ($P=0,004$) berhubungan dengan kejadian Hipertensi, kebiasaan merokok ($P=0,001$) berhubungan dengan kejadian Hipertensi, aktivitas fisik ($P=0,002$) berhubungan dengan kejadian Hipertensi. Kesimpulan yang diperoleh bahwa umur, riwayat keluarga, kebiasaan merokok dan aktivitas fisik berhubungan dengan kejadian hipertensi. Diharapkan pemerintah meningkatkan serta mengoptimalkan pelayanan atau penyuluhan terhadap hipertensi, dan juga memberikan arahan atau edukasi untuk melakukan kegiatan aktifitas fisik dimana dapat bermanfaat untuk menjaga keseimbangan indeks massa tubuh dan juga rutin untuk melakukan pemeriksaan secara berkala.

Kata Kunci : Hipertensi, umur, riwayat keluarga, kebiasaan merokok, aktivitas fisik.

PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang. Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama (persisten) dapat menimbulkan kerusakan pada ginjal (gagal ginjal), jantung (penyakit jantung koroner) dan otak (menyebabkan) bila tidak dideteksi secara dini dan mendapat pengobatan yang memadai (Kemenkes RI, 2014 dalam (Vermita Warlenda et al., 2023)

Hipertensi merupakan masalah kesehatan terbesar di dunia karena tingginya tingkat prevalensi dan berhubungan dengan peningkatan risiko penyakit kardiovaskular. Hipertensi hampir mempengaruhi 26% dari populasi orang dewasa di seluruh dunia bahkan pada tahun 2025 diproyeksikan 29% dari populasi dunia (1,56 miliar orang dewasa) akan mengalami hipertensi. (Hakim et al., 2024).

Data Global Status Report on Noncommunicable Diseases dari World Health Organization (WHO) tahun 2013 menyebutkan, jumlah penderita hipertensi di negara ekonomi berkembang yaitu sebanyak 40%, sedangkan negara maju hanya 35%. Kawasan Afrika memegang posisi puncak penderita hipertensi sebanyak 46%. Sementara kawasan Amerika menempati posisi 35%. Di kawasan Asia Tenggara 36% orang dewasa menderita Hipertensi.

Berdasarkan laporan Riskesdas (2018) prevalensi hipertensi di Indonesia pada usia ≥ 18 tahun sebesar 34,11%. Prevalensi hipertensi tertinggi berada di Kalimantan Selatan (44,13%) dan yang terendah berada di Papua (22,22%). Laporan yang sama juga menyebutkan hipertensi di Indonesia pada kelompok umur 18-24 tahun (13,22%), umur 25- 34 tahun (20,13%), umur 35-44 tahun (31,61%), umur 45-54 tahun (45,32%), umur 55- 64 tahun (55,23%), umur 65-74 tahun (63,22%), dan umur 75+ tahun sebesar (69,53%). Dari prevalensi sebesar 34,11% yang terdiagnosis hipertensi sebesar 8,8% dan yang terdiagnosis tetapi tidak minum obat (13,3%) dan yang tidak rutin minum obat (32,3%) (Kemenkes RI, 2018 dalam (Sari et al., 2023).

Berdasarkan hasil survey Penyakit Jantung dan Pembulu Darah di Provinsi Riau terlihat angka proporsi hipertensi mencapai 34,5% angka ini lebih tinggi jika dibandingkan dengan proporsi hipertensi di Indonesia sebesar 31,7%, dari hasil survey PJPD juga terlihat bahwa persentase tertinggi penyakit Hipertensi ada pada Kabupaten Meranti yaitu 47% persentase dan persentase terendah adalah pada Kabupaten Kuansing sebanyak 29,2%, sedangkan Kota Madya Pekanbaru persentasenya 37,2% yakni berada pada tiga terbesar kasus hipertensi di Provinsi Riau. (PJPD, 2018 dalam (Vermita Warlenda et al., 2023)

Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam waktu yang lama jika tidak di deteksi dan mendapat pengobatan yang memadai akan menyebabkan kerusakan pada ginjal, jantung, otak dan lainnya. Sehingga untuk mengendalikan hipertensi perlu adanya tindakan seperti promosi kesehatan agar dapat memelihara, meningkatkan dan

melindungi kesehatan diri maupun kondisi lingkungan (P2PTM, 2019 dalam (Sari et al., 2023)

Penelitian telah menemukan bahwa banyak faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi. Faktor yang dapat mempengaruhi hipertensi ada dua yaitu faktor yang tidak dapat diubah seperti usia, jenis kelamin, dan genetik atau keturunan serta faktor yang dapat diubah seperti kurangnya aktivitas fisik, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, stres, dislipidemia, tingginya konsumsi garam, obesitas dan diet rendah serat (Kementerian Kesehatan RI, 2018 dalam (Sari et al., 2023)

Data Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan pada tahun 2014 terdapat penderita baru hipertensi esensial (primer) sebanyak 5.902 kasus dengan penderita lama sebanyak 7.575 kasus dan kasus kematian 65 orang, jantung hipertensi dengan penderita lama 1.687 kasus dan penderita baru 1.670 kasus dengan kasus kematian 24 orang, ginjal hipertensi penderita baru sebanyak 58 kasus dengan penderita lama sebanyak 34 kasus dan kematian 5 orang, jantung dan hipertensi sekunder dengan penderita lama sebanyak 2.082 kasus dan penderita baru sebanyak 2.081 kasus dengan kasus kematian 18 orang. Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan pada tahun 2017, tekanan darah tinggi atau hipertensi di Sulawesi Selatan dengan kasus tertinggi, yaitu di Kabupaten Selayar 32,49%, Kabupaten Soppeng 24,92% dan Kabupaten Takalar 14,82% (Hakim et al., 2024)

Hasil penelitian Anggara (2013 dalam (Kartika et al., 2021) menunjukkan bahwa responden yang menderita hipertensi sebesar (30,7%) sedangkan responden yang tekanan darahnya normal sebesar (69,3%). Jenis kelamin pada penelitian ini tidak berhubungan secara statistik dengan tekanan darah ($p > 0,05$). Sedangkan umur, pendidikan, pekerjaan, IMT, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, kebiasaan olahraga, asupan natrium, asupan kalium berhubungan secara statistik dengan tekanan darah ($p < 0,05$)

Jumlah penderita Hipertensi berusia ≥ 15 tahun di provinsi Sulawesi Tengah adalah 384.072 (2,33%). Presentase capaian hipertensi di lihat dari angka estimasi tertinggi pada tahun 2020 adalah kabupaten Donggala dengan capaian 7,11% . Berdasarkan data di atas jumlah estimasi penderita hipertensi usia ≥ 15 tahun sebanyak 65.398 Jiwa dan yang mendapatkan pelayanan hipertensi sebanyak 4.650 Jiwa .Sedangkan Kabupaten yang memiliki presentase Hipertensi terendah adalah kabupaten Morowali Utara dengan estimasi jumlah penderita hipertensi 20.917 Jiwa dan yang mendapatkan pelayanan capaian 28 Jiwa (0,13%).Tingginya jumlah penderita hipertensi

berkaitan erat dengan pola hidup (Life style) masyarakat yang cenderung kurang melakukan aktifitas fisik , mengonsumsi terlalu banyak makanan tinggi garam, terlalu banyak kafein dan memiliki kebiasaan merokok dan mengonsumsi minuman beralkohol, berat badan berlebih atau kegemukan, dyslipidemia dan stress (Dinas Kesehatan Sulawesi Tengah, 2023)

Terdapat beberapa faktor yang memungkinkan adanya pengaruh besar pada munculnya penyakit hipertensi, biasanya berdiri sendiri tetapi secara bersama-sama sesuai dengan teori mozaik pada hipertensi esensial. Teori ini menjelaskan bahwa kejadian hipertensi terjadi dapat di sebabkan oleh beberapa faktor yang memengaruhi. Usia. (Mulyani, 2021)

Berdasarkan karakteristik jenis kelamin, usia antara 55 – 74 tahun risikonya hampir sama, setelah usia 74 tahun wanita lebih besar risikonya dan juga perempuan juga akan memasuki masa menopause, sehingga perempuan lebih banyak menderita hipertensi. Hasil uji statistik menunjukkan p value= 0.035 dengan kata lain p-value lebih kecil dari $\alpha= 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan kejadian hipertensi di Kelurahan Tamansari kota Tasikmalaya. Nilai OR=0.407 artinya responden perempuan memiliki 0.4 kali lipat berpeluang mengalami hipertensi dibandingkan laki-laki (Miftahul, 2019 dalam (Mulyani, 2021)

Penelitian sebelumnya yang dilakukan Anggraeni (2009) diperoleh hasil bahwa faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi diantaranya adalah usia, jenis kelamin, obesitas dan pola makan yang salah merupakan penyebab kejadian hipertensi (Linda, 2017). Selain itu, hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh (Ghosh and Kumar, 2019) memperoleh hasil bahwa usia, obesitas, jenis kelamin, status sosial dan konsumsi alkohol ditemukan sebagai penyebab utama prediktor hipertensi(Mulyani, 2021)

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui secara rinci terkait faktor- faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sinorang , Kabupaten Luwu Banggai.

BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian adalah Deskriptif dengan Desain penelitian yang digunakan adalah metode *Cross Sectional study* yaitu jenis penelitian yang menekankan pada waktu

pengukuran/observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali, pada periode waktu yang sama. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan variabel independen (Umur, riwayat keluarga, kebiasaan merokok dan aktivitas fisik) dengan variabel dependen (kejadian hipertensi). Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Sinorang Kabupaten Luwuk Banggai. Penelitian dilakukan pada bulan Juli tahun 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi yang dirawat jalan pada Puskesmas Sinorang Kabupaten Luwuk Banggai pada bulan Januari-juni 2024 sebanyak 133 pasien. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian penderita Hipertensi yang dimana pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Jumlah sampel yang digunakan adalah sebanyak 100 sampel.

Data primer yaitu data yang diperoleh peneliti pada saat melakukan observasi langsung dengan menggunakan lembar observasi (kuesioner). Pengolahan data digunakan dengan sistem komputerisasi melalui alat bantu program analisis komputer (SPSS) untuk memperoleh nilai statistik dalam bentuk tabel dari data hasil observasi melalui kusioner.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan mulai pada bulan Juli tahun 2024. Data diolah dan dianalisis disesuaikan dengan tujuan penelitian. Hasil analisis data disajikan dalam bentuk table yang disertai penjelasan sebagai berikut:

1. Hubungan Umur Dengan Kejadian Hipertensi.

Tabel. 1

**Hubungan Umur dengan kejadian Hipertensi di Puskesmas
Sinorang Kecamatan Batui Kabupaten
Luwuk Banggai**

Umur	Kejadian Hipertensi				Jumlah	(p)
	Menderita		Tidak Menderita			
	n	%	n	%	n	
≥ 45 Tahun	64	81,0	15	19,0	79	(0,007)
< 45 Tahun	11	52,4	10	47,6	21	
Jumlah	75	75,0	25	25,0	100	

Sumber. Data Primer .

Dari tabel 1 menunjukan bahwa variabel umur berhubungan dengan kejadian hipertensi dengan nilai $p=0,007$

2. Hubungan Riwayat Keluarga Dengan Kejadian Hipertensi.

Tabel. 2

**Hubungan Riwayat Keluarga dengan kejadian Hipertensi di
Puskesmas Sinorang Kecamatan Batui Kabupaten
Luwuk Banggai**

Riwayat Keluarga	Kejadian Hipertensi				Jumlah	(p)
	Menderita		Tidak Menderita			
	n	%	n	%	n	
Ada Riwayat	61	82,4	13	17,6	74	(0,004)
Tidak Ada Riwayat	14	53,8	12	46,2	26	
Jumlah	75	75,0	25	25,0	100	

Sumber. Data primer .

Dari tabel 2 menunjukan bahwa variabel riwayat keluarga berhubungan dengan kejadian hipertensi dengan nilai $p=0,004$.

3. Hubungan Kebiasaan Merokok Dengan Kejadian Hipertensi

Tabel. 3

**Hubungan Kebiasaan Merokok dengan kejadian Hipertensi di
Puskesmas Sinorang Kecamatan Batui Kabupaten
Luwuk Banggai**

Kebiasaan Merokok	Kejadian Hipertensi				Jumlah n	(p)
	Menderita		Tidak Menderita			
	n	%	n	%		
Merokok	64	83,1	13	16,9	77	(0,001)
Tidak Merokok	11	47,8	12	52,2	23	
Jumlah	75	75,0	25	25,0	100	

Sumber. Data primer.

Dari tabel 3 menunjukkan menunjukkan bahwa riwayat keluarga berhubungan dengan kejadian hipertensi dengan nilai $p=0,001$.

4. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi.

Tabel. 4

**Hubungan Aktivitas Fisik dengan kejadian Hipertensi di
Puskesmas Sinorang Kecamatan Batui Kabupaten
Luwuk Banggai**

Aktivitas Fisik	Kejadian Hipertensi				Jumlah n	(p)
	Menderita		Tidak Menderita			
	n	%	n	%		
Rendah	44	86,3	7	13,7	51	(0,002)
Sedang	19	67,9	9	32,1	28	
Tinggi	12	57,1	9	42,9	21	
Jumlah	75	75,0	25	25,0	100	

Sumber. Data primer.

Dari tabel 4 menunjukkan menunjukkan bahwa aktivitas fisik berhubungan dengan kejadian hipertensi dengan nilai $p=0,002$.

PEMBAHASAN

1. Hubungan Umur dengan Kejadian Hipertensi

Umur merupakan faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi, dimana semakin bertambah usia, seseorang mempunyai resiko mengalami kerusakan dan penurunan fungsi pada sistem kardiovaskuler yang disebabkan oleh penyakit dan faktor penuaan serta perilaku yang mengakibatkan kerusakan pada sistem sirkulasi dan kardiovaskuler (Putri et al., 2022).

Semakin umur bertambah, terjadi perubahan pada arteri dalam tubuh menjadi lebih lebar dan kaku yang mengakibatkan kapasitas dan recoil darah yang diakomodasikan melalui pembuluh darah menjadi berkurang. Pengurangan ini menyebabkan tekanan sistol menjadi bertambah. Menua juga menyebabkan gangguan mekanisme neurohormonal seperti system reninangiotensin-aldosteron dan juga menyebabkan meningkatnya konsentrasi plasma perifer dan juga adanya Glomerulosklerosis akibat penuaan dan intestinal fibrosis mengakibatkan peningkatan vasokonstriksi dan ketahanan vaskuler, sehingga akibatkan meningkatnya tekanan darah (hipertensi) (Nuraeni, 2019).

Hasil penelitian bahwa dari 79 jumlah responden yang berumur ≥ 45 tahun terdapat yang menderita hipertensi sebanyak 64 orang (81,0%) dan tidak menderita sebanyak 15 orang (19,0%). Sedangkan dari 21 responden yang berumur < 45 tahun terdapat yang menderita hipertensi sebanyak 11 (52,4%) dan tidak menderita sebanyak 10 orang (47,6%)

Hasil penelitian dengan menggunakan uji statistik *chi-square*, diperoleh nilai X^2 hitung 7,253 > nilai X^2 tabel 3,841 dan nilai $p=0,007$ ($p<0,05$), ini berarti bahwa uji hipotesis H_a diterima atau H_0 ditolak dengan demikian dapat dikatakan bahwa ada hubungan umur dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Sinorang Kecamatan Batui Kabupaten Luwuk Banggai

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitri Wahyuni Wulandari,dkk tahun 2021 dengan judul faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi dimana hasil penelitian diperoleh Ada hubungan umur dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas Pedamaran Kab.Ogan Komering Ilir tahun 2021 karena nilai (p value $0,000$) $< \alpha= 0,05$

2. Hubungan Riwayat Keluarga dengan Kejadian Hipertensi

Riwayat kesehatan keluarga adalah alat yang berguna untuk memahami risiko kesehatan dan mencegah penyakit. Untuk membantu orang mengumpulkan dan mengatur informasi tentang riwayat keluarga mereka, CDC's *Office of Public Health Genomics* bekerja sama dengan Surgeon General dan agen federal lainnya untuk mengembangkan alat berbasis web yang disebut My Family Health Portrait.(CDC, 2020 dalam (Putri et al., 2022)

Riwayat keluarga atau keturunan merupakan salah satu faktor risiko terjadinya hipertensi yang tidak dapat diubah. Orang dengan keluarga dekat yang menderita hipertensi berisiko lebih besar untuk dapat juga menderita hipertensi primer. Sebesar 70 hingga 80% kasus hipertensi primer, diketahui bahwa penderita memiliki riwayat hipertensi dalam keluarga. Risiko hipertensi akan jauh menjadi lebih besar apabila seseorang memiliki orang tua yang mengalami hipertensi yaitu kemungkinan risikonya sekitar 50-70% (Octaviani, 2021 dalam (Ervina, 2022)

Hasil penelitian bahwa dari 74 jumlah responden yang memiliki riwayat keluarga hipertensi terdapat 61 orang (82,4%) yang menderita hipertensi dan tidak menderita sebanyak 13 orang (17,6%). Sedangkan dari 26 responden yang tidak memiliki riwayat keluarga hipertensi terdapat yang menderita hipertensi sebanyak 14 (53,8%) dan tidak menderita sebanyak 12 (46,2%).

Hasil analisa data dengan menggunakan uji statistik *chi-square*, diperoleh nilai X^2 hitung 8,385 > nilai X^2 tabel 3,841 dan nilai $p=0,004$ ($p<0,05$), ini berarti bahwa uji hipotesis H_a diterima atau H_0 ditolak dengan demikian dapat dikatakan bahwa ada hubungan riwayat keluarga dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Sinorang Kecamatan Batui Kabupaten Luwuk Banggai

Pada penelitian ini riwayat keluarga berhubungan dengan kejadian hipertensi, dikarenakan responden yang lebih banyak yang memiliki riwayat keluarga. Dengan adanya riwayat keluarga seperti ayah, ibu, kakek, nenek, saudara kandung, paman, bibi yang mengalami hipertensi, maka memungkinkan seseorang mengalami kejadian hipertensi. Hal ini sejalan dengan teori yang mengatakan, bahwa hipertensi cenderung merupakan penyakit keturunan, jika kedua orang tua kita mempunyai hipertensi maka ada kemungkinan kita mendapatkan penyakit tersebut sebanyak 60% (Depkes RI, 2006). Hal ini terjadi karena adanya pewarisan sifat melalui gen. Faktor keturunan memiliki peran besar terhadap munculnya hipertensi pada seseorang. Penelitian ini

sejalan dengan hasil penelitian Situmorang (2014) dan Kartikasari 2012 dalam (Maulidina, 2019).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Niken Y, dkk pada tahun 2023 yang berjudul Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Wonggarasi I dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai P-value $0,000 < \alpha = 0,05$, analisis statistik uji chi-square menunjukkan adanya korelasi yang signifikan secara statistik antara frekuensi hipertensi pada lansia dengan riwayat keluarga.

3. Hubungan Kebiasaan Merokok dengan Kejadian Hipertensi

Rokok mengandung nikotin dan karbon monoksida yang dapat memengaruhi tekanan darah, sehingga perilaku merokok berkontribusi pada kejadian hipertensi. Nikotin dapat menyebabkan aterosklerosis, mengaktifkan trombosit, meningkatkan asam lemak, dan penyempitan pembuluh darah. Sementara itu, paparan karbon monoksida dapat merusak hemoglobin dalam darah dan menumpuk di membran kapiler, sehingga dapat menebalkan dinding pembuluh darah (Kemenkes, 2007). Mangku (1997) mengatakan bahwa tekanan sistolik akan meningkat 10 sampai 25 mmHg dan denyut jantung akan meningkat 5 sampai 20 denyut per menit jika seseorang merokok satu batang per hari (Ervina, 2022)

Hasil penelitian bahwa dari 77 jumlah responden yang merokok terdapat 64 orang (83,1%) yang menderita hipertensi dan tidak menderita sebanyak 13 orang (16,9%). Sedangkan dari 23 responden yang tidak merokok terdapat yang menderita hipertensi sebanyak 11 (47,8%) dan tidak menderita sebanyak 12 (52,2%).

Hasil analisa data dengan menggunakan uji statistik *chi-square*, diperoleh nilai X^2 hitung $11,764 >$ nilai X^2 tabel 3,841 dan nilai $p=0,001$ ($p<0,05$), ini berarti bahwa uji hipotesis H_a diterima atau H_0 ditolak dengan demikian dapat dikatakan bahwa ada hubungan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Sinorang Kecamatan Batui Kabupaten Luwuk Banggai

Rokok mengandung senyawa kimia yang sangat berbahaya, terutama nikotin dan karbon monoksida. Zat tersebut dapat merusak pembuluh darah yang akan menyebabkan aterosklerosis dan penyempitan pembuluh darah sehingga menyebabkan tekanan dalam dinding arteri meningkat. Karbon monoksida dalam asap rokok akan menggantikan ikatan oksigen dalam darah. Hal tersebut mengakibatkan

tekanan darah meningkat karena jantung dipaksa memompa untuk memasukkan oksigen yang cukup ke dalam organ dan jaringan tubuh lainnya. Nikotin dapat menyebabkan rangsangan terhadap hormon epinefrin (adrenalin) yang bersifat memacu peningkatan frekuensi denyut jantung, tekanan darah, kebutuhan oksigen jantung, serta menyebabkan gangguan irama jantung (Hanafi, 2016 dalam (Vermita Warlenda et al., 2023))

Hasil penelitian menunjukkan bahwa merokok mempengaruhi kejadian hipertensi. Hal ini dilihat dari sebagian besar responden yang merokok mengalami hipertensi dan hanya beberapa responden yang tidak merokok yang tidak mengalami hipertensi. Sebaliknya, sebagian besar responden yang tidak merokok tidak mengalami hipertensi.

Peneliti berasumsi bahwa merokok memungkinkan masuknya zat-zat berbahaya ke dalam tubuh yang mengakibatkan gangguan pada pembuluh darah dan selanjutnya akan berdampak pada peningkatan risiko hipertensi. Diharapkan kepada masyarakat untuk berhenti merokok

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Eriana (2020) pada Pegawai Negeri Sipil UIN Alauddin Makassar, dimana terdapat hubungan antara merokok dengan kejadian hipertensi dengan nilai p value = 0,031 ($p < 0,05$).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Paat (2022) berjudul Hubungan Antara Konsumsi Alkohol Dan Status Merokok Dengan Kejadian Hipertensi Pada Laki-laki Usia 40-65 Tahun Di Desa Motoling 2 Kecamatan Motoling Kabupaten Minahasa Selatan yang diperoleh responden yang merokok dengan riwayat hipertensi berjumlah 71 responden (53.0%), dengan hasil uji statistik Chi Square membuktikan bahwa ada hubungan antara status merokok dengan kejadian hipertensi pada laki-laki usia 40-65 tahun dengan nilai $p = 0,001$. Atau ≤ 0.05

4. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi

Aktivitas fisik mengacu pada semua gerakan termasuk selama waktu senggang, untuk transportasi ke dan dari tempat, atau sebagai bagian dari pekerjaan seseorang. Baik aktivitas fisik intensitas sedang dan kuat meningkatkan kesehatan (WHO, 2021 dalam (Putri et al., 2022))

Secara teori aktivitas fisik sangat memengaruhi stabilitas tekanan darah. Pada orang yang tidak aktif melakukan kegiatan cenderung mempunyai frekuensi denyut

jantung yang lebih tinggi. Hal tersebut mengakibatkan otot jantung bekerja lebih keras pada setiap kontraksi. Makin keras otot jantung dalam memompa darah, makin besar pula tekanan darah yang membebankan pada dinding arteti sehingga tahanan perifer yang menyebabkan kenanikan tekanan darah. Kurang nya aktivitas fisik juga dapat meningkatkan risiko kelebihan berat badan yang akan menyebkan risiko hipertensi meningkat (Triyanto, 2014 dalam (Harahap et al., 2018)

Hasil penelitian bahwa dari 51 jumlah responden dengan aktivitas fisik rendah terdapat 44 orang (86,3%) yang menderita hipertensi dan tidak menderita sebanyak 7 orang (13,7%), dari 28 responden dengan aktivitas fisik sedang terdapat yang menderita hipertensi 19 orang (67,9) dan tidak menderita terdapat 9 orang (32,1%) Sedangkan dari 21 responden dengan aktivitas fisik tinggi terdapat yang menderita hipertensi sebanyak 12 (57,1%) dan tidak menderita sebanyak 9 (42,9%).

Hasil analisa data dengan menggunakan uji statistik *chi-square*, diperoleh nilai X^2 hitung 7,791 > nilai X^2 tabel 5,991 dan nilai $p=0,002$ ($p<0,05$), ini berarti bahwa uji hipotesis H_a diterima atau H_o ditolak dengan demikian dapat dikatakan bahwa ada hubungan aktivitas Fisik dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Sinorang Kecamatan Batui Kabupaten Luwuk Banggai

Penelitian ini menyatakan kuatnya hubungan antara variabel aktivitas fisik dengan hipertensi ini disebabkan oleh faktor semakin ringannya aktivitas yang dilakukan oleh responden, maka semakin tinggi tekanan darah yang dimiliki. Penelitian yang dilakukan, selain faktor aktivitas ditemukan juga faktor berat badan yang mempengaruhi terjadinya hipertensi pada lansia. Dan seseorang dengan aktivitas yang kurang cenderung memiliki frekuensi denyut jantung yang lebih tinggi sehingga jantung harus bekerja lebih keras ketika berkontraksi dan tekanan di pembuluh arteri semakin besar.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rizaldy Jasmin, dkk tahun 2023. Dari hasil *uji Chi-Square* didapatkan nilai (p -value = 0.000) < 0.05 yang berarti bahwa ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan tingkat hipertensi pada lansia yang berkunjung ke Puskesmas Pancasan. Dari hasil penelitian tersebut pula didapatkan nilai OR = 6.758 (95% CI: 2.605–17.53) yang berarti lansia dengan aktivitas fisik yang kurang berpotensi

6.758 kali lebih besar untuk mengalami hipertensi dibandingkan lansia dengan aktivitas fisik yang baik.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara umur, riwayat keluarga, kebiasaan merokok, aktivitas fisik dengan kejadian Hipertensi di Puskesmas Sinorang Kecamatan Batui Kabupaten Luwuk Banggai.

Disarankan kepada pemerintah untuk dapat meningkatkan serta mengoptimalkan pelayanan atau penyuluhan terhadap hipertensi, dan juga memberikan arahan atau edukasi untuk melakukan kegiatan aktifitas fisik dimana dapat bermanfaat untuk menjaga keseimbangan indeks massa tubuh dan juga rutin untuk melakukan pemeriksaan secara berkala.

DAFTAR PUSTAKA

Ardimas,dkk. (2021) 'Korelasi Umur Dan Jenis Kelamin Dengan Penyakit Hipertensi Di Emergency Center Unit Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang 2017',

Indonesia Jurnal Perawat , 3, pp. 9–16.

Dinas Kesehatan Sulawesi Tengah. (2023). Dinas Kesehatan Sulawesi Tengah. *Dinas Kesehatan Sulawesi Tengah*, 1–377.

Ervina, E. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Pekerja Sektor Informal di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Jagakarsa Tahun 2022. *Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta*, 2(1), 1–143.

Falah, M. (2019). Hubungan Jenis Kelamin Dengan Angka Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Di Kelurahan Tamansari Kota Tasikmalaya. *Jurnal Keperawatan & Kebidanan STIKes Mitra Kencana Tasikmalaya*, 3(1), 88.

Hakim, W., Hikmah, N., Puspitasari, A., Rahman, H., & Suyuti, S. (2024). Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Barana Kecamatan Bangkala Barat Jeneponto. *Window of Public Health Journal*, 5(1), 58–68.

Hanifah, M. (2019). Hubungan Usia dan Tingkat Pendidikan dengan Pengetahuan Wanita Usia 20-50 Tahun Tentang Periksa Payudara Mandiri (SADARI). *Skripsi*, 1–89.
http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/26009/1/MARYAM_HANIFAH-fkik.pdf

Harahap, R. A., Rochadi, R. K., & Sarumpae, S. (2018). Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Laki-Laki Dewasa Awal (18-40 Tahun) Di Wilayah Puskesmas Bromo Medan Tahun 2017. *Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan*, 1(2), 68–73.
<https://doi.org/10.24912/jmstkik.v1i2.951>

Kartika, M., Subakir, S., & Mirsiyanto, E. (2021). Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Rawang Kota Sungai Penuh Tahun 2020. *Jurnal Kesmas Jambi*, 5(1), 1–9.
<https://doi.org/10.22437/jkmj.v5i1.12396>

Maulidina, F. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Luhur Bekasi Tahun 2018. *ARKESMAS (Arsip Kesehatan Masyarakat)*, 4(1), 149–155.

<https://doi.org/10.22236/arkesmas.v4i1.3141>

- Mulyani, S. (2021). *Faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja puskesmas Padongko dan puskesmas Palakka Kabupaten Barru tahun 2021*. 14–16.
- Nuraeni, E. (2019). Hubungan Usia Dan Jenis Kelamin Beresiko Dengan Kejadian Hipertensi Di Klinik X Kota Tangerang. *Jurnal JKFT*, 4(1), 1. <https://doi.org/10.31000/jkft.v4i1.1996>
- Putri, N. tri, R, R., Febrianti, N., & S, S. (2022). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Ibu Hamil. *An Idea Nursing Journal*, 1(01), 43–50. <https://doi.org/10.53690/inj.v1i01.114>
- Safitri, C. J., Apoina, K., & M.Zen, R. (2018). Hubungan Asupan Makanan (Lemak, Natrium, Magnesium) Dan Gaya Hidup Dengan Tekanan Darah Pada lansia Daerah Pesisir (Studi di Wilayah Kerja Puskesmas Tegal Barat Kota Tegal). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(5), 395–403. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Sari, P. A., Santi, T. D., & Septiani, R. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Wilayah Kerja Puskesmas Kuta Krueng Kabupaten Pidie Jaya Tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4, 5356–5366.
- Sharma, A., Altamirano-Diaz, L., Grattan, M., Filler, G., & Sharma, A. P. (2020). Comparative Analysis of American Heart Association and European Society of Hypertension Ambulatory Blood Pressure Thresholds for Diagnosing Hypertension in Children. *Kidney International Reports*, 5(5), 611–617. <https://doi.org/10.1016/j.ekir.2020.01.017>
- Suparta, & Rasmi. (2018). Hubungan Genetik Dan Stres Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*, 7(2), 122.
- Suprayitno, E., & Huzaimah, N. (2020). Pendampingan Lansia Dalam Pencegahan Komplikasi Hipertensi. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(1), 518. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v4i1.3001>
- Sutrisno, Widayati, C. N., & Radate. (2020). Hubungan Tingkat Pendidikan dan Sikap

Terhadap Perilaku Pengendalian Hipertensi Pada Lansia. *The Shine Cahaya Dunia Ners*, 3(2), 16–27.

Vermita Warlenda, S., Maharani, R., & Persada, I. (2023). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada pasien usia produktif (18-64 tahun) di wilayah kerja puskesmas Garuda Kota Pekanbaru. *Journal of Hospital Management and Health Sciences*, 4(1), 14–23. <http://journal.almatani.com/index.php/jhmhs/article/view/507>

Widyantoro, B. (2019). Perlukah kriteria hipertensi baru dan target pengendalian tekanan darah yang lebih agresif? Telaah paska studi SPRINT serta panduan ACC/AHA 2017 dan ESH/ESC 2018. *Indonesian Journal of Cardiology*, 39(2), 55–59. <https://doi.org/10.30701/ijc.v39i2.765>