



FAKTOR RISIKO YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI DI PUSKESMAS BITUNG BARAT TAHUN 2023

Vera Diane Tombokan, Hajira Thalib

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Masyarakat, Universitas Negeri Manado, Tondano, Indonesia

veratombokan@unima.ac.id

Abstract

Hypertension is a common condition in primary health care with an increased risk of morbidity and mortality as blood pressure rises, which can lead to heart failure, stroke, and kidney failure. This condition is often referred to as the “silent killer” because it often shows no symptoms. In Indonesia, it is estimated that half of the people with hypertension are unaware of their condition. This study was conducted to determine the risk factors for hypertension at the West Bitung Health Center in 2023, using a quantitative method with a cross-sectional design. The study involved 97 respondents and analyzed the relationship between alcohol consumption, smoking habits, physical activity, and obesity with hypertension. The results showed that there was no relationship between alcohol consumption and smoking with hypertension, but there was a relationship between physical activity and obesity with hypertension. These findings can serve as a basis for further research on public perceptions of obesity and motivation to achieve an ideal body weight to reduce the incidence of hypertension.

Keywords: *Hypertension, Alcohol, Smoking, Physical Activity, Obesity*

Abstrak

Hipertensi adalah kondisi umum di pelayanan kesehatan primer dengan risiko kesakitan dan kematian yang meningkat seiring dengan peningkatan tekanan darah, yang dapat menyebabkan gagal jantung, stroke, dan gagal ginjal. Kondisi ini sering disebut sebagai “pembunuh diam-diam” karena seringkali tidak menunjukkan gejala. Di Indonesia, diperkirakan separuh penderita hipertensi tidak menyadari kondisinya. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui faktor risiko hipertensi di Puskesmas Bitung Barat pada tahun 2023, menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross-sectional. Penelitian melibatkan 97 responden dan menganalisis hubungan antara konsumsi alkohol, kebiasaan merokok, aktivitas fisik, dan obesitas dengan hipertensi. Hasilnya menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara konsumsi alkohol dan merokok dengan hipertensi, namun ada hubungan antara aktivitas fisik dan obesitas dengan hipertensi. Temuan ini dapat menjadi dasar penelitian lebih lanjut tentang persepsi masyarakat mengenai obesitas dan motivasi mencapai berat badan ideal untuk mengurangi kejadian hipertensi.

Kata Kunci : *Hipertensi, Alkohol, Merokok, Aktivitas fisik, Obesitas*

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah kondisi yang sering di dapatkan pada pelayanan kesehatan primer dengan risiko morbiditas (kesakitan) dan mortalitas (kematian) yang meningkat sesuai dengan peningkatan tekanan sistolik dan diastolik yang akibat terjadi gagal

Penulis Korespondensi :

Vera Diane Tombokan | veratombokan@unima.ac.id

jantung, stroke dan gagal ginjal. hipertensi sering juga di sebut “pembunuh diam-diam” pada seseorang dengan kejadian hipertensi sering tidak menampakkan gejala. institute nasional jantung, paru dan darah di indonesia memperkirakan separuh orang yang menderita hipertensi tidak sadar akan kondisinya (Kemenkes RI, 2019).

Hipertensi merupakan gangguan sistem kardiovaskular yang paling umum dan menjadi salah satu penyakit paling sering secara global, dengan kejadian sekitar 1 diantara 4 laki-laki dan 1 di antara 5 wanita mengalami hipertensi serta 2 dari 3 pasien berasal dari negara dengan pendapatan menengah ke bawah. Sekitar 43 juta orang amerika memiliki pengukuran tekanan darah >140/90 mmHg. jumlah ini di perkirakan hampir 25% dari populasi orang dewasa. Menurut riskesdas (2018), Indonesia memiliki prevalensi hipertensi menurut diagnosis dokter sebesar 8,36% (8,26-8,47%) yaitu sebesar 658,201 jiwa (Ardiana, 2022).

Berdasarkan data riskesdas 2018 provinsi sulawesi utara prevalensi penyakit hipertensi pada penduduk umur > 18 tahun sebesar (13,21%) dan di kabupaten kota bitung prevalensi hipertensi di kota bitung pada tahun 2016 yaitu 5,3% dari jumlah penduduk dan pada tahun 2017 penderita hipertensi di kota bitung mengalami peningkatan menjadi 8,4% dari jumlah penduduk dan data riskesdas pada tahun 2018 prevalensi (17,7%) yaitu 1.164 kasus (Dinkes bitung, 2018).

Tekanan darah tinggi dapat ditangani dengan terapi farmakologi dan non-farmakologi. Terapi farmakologi melibatkan penggunaan obat-obatan, sementara terapi non-farmakologi berfokus pada penerapan gaya hidup sehat, yang terbukti efektif menurunkan tekanan darah dan risiko kardiovaskular. Bagi pasien dengan risiko kardiovaskular, perubahan gaya hidup sehat menjadi langkah awal pengobatan yang harus dijalani selama 4-6 bulan. Jika tekanan darah tidak menunjukkan penurunan yang diharapkan atau jika terdapat faktor risiko tambahan, disarankan untuk memulai terapi farmakologi (Perki, 2015).

METODE

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif analitik dengan pendekatan desain cross sectional. Lokasi penelitian dilaksanakan di puskesmas bitung barat. Populasi dalam penelitian ini yaitu 3.289 pasien. Sampel dalam penelitian ini 97 sampel. Teknik pengambilan sampel secara random sampling. Analisis data secara univariat dan bivariat menggunakan uji chi square.

HASIL

Berdasarkan Tabel 3.1, kejadian hipertensi dari 97 responden, untuk kejadian hipertensi dapat di ketahui bahwa jumlah responden yang tidak hipertensi lebih sedikit dari pada jumlah responden yang hipertensi. Jumlah penderita tidak hipertensi 47 responden 48,5%, sedangkan yang penderita hipertensi 50 responden 51,5%. Konsumsi Alkohol, dapat di ketahui bahwa jumlah responden yang konsumsi alkohol lebih sedikit dari pada yang tidak konsumsi alkohol. Jumlah yang konsumsi alkohol 8 responden 8,2%, sedangkan yang tidak konsumsi alkohol 89 responden 91,8%. Kebiasaan merokok, dapat di ketahui jumlah responden yang merokok 28 responden 28,9%, sedangkan yang tidak merokok 69 responden 71,1%. Aktivitas fisik, dapat di ketahui bahwa sebagian besar yang olahraga 65 responden 67,0%, sedangkan yang tidak olahraga 32 responden 33,3%. Obesitas, menunjukkan sebagian besar responden yang menderita obesitas 49 responden 50,5%, sedangkan tidak obesitas 48 responden 49,5%.

Tabel 3.1 Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Kejadian

Variabel	N	%
Kejadian Hipertensi		
Hipertensi	50	51,5
Tidak Hipertensi	47	48,5
Konsumsi Alkohol		
Ya	8	8,2
Tidak	89	91,8
Kebiasaan Merokok		
Ya	28	28,9
Tidak	69	71,1
Aktivitas Fisik		
Ya	65	67,0
Tidak	32	33,0
Obesitas		
Ya	50	51,5
Tidak	47	48,5
Total	97	100,0

Hubungan antara konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi di puskesmas bitung barat dapat di ketahui bahwa di dari 8 yang konsumsi alkohol di dapatkan 6 responden tidak mengakai hipertensi, dari 89 responden yang tidak konsumsi alkohol di dapatkan 48 responden yang mengalai hipertensi. Dari uji statistik di dapatkan nilai P 0,117 yang berarti tidak ada hubungan antara konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi di puskesmas bitung barat.

Kebiasaan merokok dapat di ketau dari 69 responden yang tidak merokok di dapatkan 33 yang tidak mengalami hipertensi dan dari 28 reponden yang merokok di dapatkan 14 yang mengalami hipertensi. Dari uji statistik di dapatkan nilai P 0,846 yang berarti tidak ada hubungan dengan kejadian di puskesmas bitung barat.

Aktivitas fisik dapat di ketahui dari 32 responden yang tidak olahraga di dapatkan 22 responden yang tidak mengalami hipertensi dan dari 65 responden yang olahraga di dapatkan 40 responden yang mengalami hipertensi, dari uji statistik di dapatkan nilai P 0,005 yang berarti ada hubungan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi di puskesmas bitung barat.

Obesitas dapat di ketahui dari 50 responden yang obesitas di dapatkan 31 yang mengalami hipertensi dan dari 47 responden yang tidak obesitas di dapatkan 28 yang tidak mengalami hipertensi. Dari uji statistik di dapatkan nilai P 0,034 yang berarti ada hubungan obesitas dengan kejadian hipertensi di puskesmas bitung barat.

Variabel	Kejadian Hipertensi				Total	P-value
	Hipertensi	%	Tidak Hipertensi	%		
Konsumsi Alkohol						
Ya	2	4,1	6	3,9	8	0,117
Tidak	48	45,9	41	43,1	89	
Kebiasaan Merokok						
Ya	14	14,4	14	13,6	28,0	0,846
Tidak	36	35,6	33	33,4	69,0	
Aktivitas Fisik						

Ya	40	33,5	25	31,5	65	0,005
Tidak	10	16,5	22	15,5	32	
Obesitas						
Ya	31	25,8	19	24,2	50	0,034
Tidak	19	24,2	28	22,8	47	

1. Hubungan kebiasaan konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi di puskesmas bitung barat

Penelitian di Puskesmas Bitung Barat menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi. Dari 97 responden yang mengonsumsi alkohol, hanya 2 yang mengalami hipertensi, sementara dari 48 responden yang tidak mengonsumsi alkohol, lebih banyak yang mengalami hipertensi. Analisis *chi-square* menunjukkan nilai $P=0,117$ yang berarti tidak ada hubungan signifikan antara konsumsi alkohol dengan hipertensi. Hasil ini konsisten dengan penelitian Syahrir, Sabilu dan Salma (2021) di wilayah lain yang juga tidak menemukan hubungan signifikan antara konsumsi alkohol dan hipertensi.

2. Hubungan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi di puskesmas bitung barat

Penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Bitung Barat. Dari 97 responden yang merokok, 14 di antaranya mengalami hipertensi, sedangkan 36 dari responden yang tidak merokok juga mengalami hipertensi. Uji statistik *chi-square* memberikan nilai $P=0,846$, yang lebih besar dari 0,05, menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara merokok dan hipertensi.

Namun, hasil ini berbeda dengan beberapa penelitian lain. Penelitian oleh Kartika et al. (2022) menemukan adanya hubungan antara merokok dan hipertensi dengan nilai $P=0,027$, menunjukkan bahwa merokok dapat meningkatkan risiko hipertensi. Sebaliknya, penelitian Elvira dan Anggraini (2019) serta Hidayat dan Agnesia (2021) juga tidak menemukan hubungan yang signifikan antara merokok dan hipertensi. Dengan demikian, meskipun merokok diketahui dapat merusak pembuluh darah, dalam penelitian ini tidak ditemukan hubungan langsung dengan kejadian hipertensi.

3. Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi di puskesmas bitung barat

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara aktivitas fisik dan kejadian hipertensi di Puskesmas Bitung Barat. Dari 97 responden yang menderita hipertensi, 10 di antaranya tidak pernah berolahraga, sedangkan 40 responden yang berolahraga tetap mengalami hipertensi. Uji *chi-square* menunjukkan nilai $P=0,005$, yang berarti terdapat hubungan signifikan antara aktivitas fisik dan hipertensi.

Hasil analisis bivariat menunjukkan p -value 0,019, dengan Odds Ratio (OR) 2,778, yang berarti responden yang tidak berolahraga memiliki risiko 2,7 kali lebih besar untuk menderita hipertensi dibandingkan dengan yang berolahraga, dengan tingkat kepercayaan 95% (CI=1,249–6,180) (Azhari Hasan, 2017). Penelitian Hidayat dan Agnesia (2021) juga menunjukkan bahwa responden yang tidak rutin berolahraga memiliki peluang 2,98 kali lebih besar untuk terkena hipertensi dibandingkan dengan yang rutin berolahraga, dengan nilai P 0,022.

4. Hubungan obesitas dengan kejadian hipertensi di puskesmas bitung barat

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara obesitas dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Bitung Barat tahun 2023. Dari 97 responden yang menderita hipertensi, 31 di antaranya juga obesitas, dan uji *chi-square* memberikan nilai

$P=0,034$ yang mengindikasikan hubungan signifikan antara obesitas dan hipertensi. Hal ini sejalan dengan penelitian Kartika, Subakir, dan Mirsiyanto (2022) yang menunjukkan bahwa orang dengan kelebihan berat badan atau obesitas memiliki risiko lebih tinggi mengalami hipertensi. Oleh karena itu, upaya untuk mengatasi obesitas, seperti mengatur pola makan dan menurunkan berat badan, sangat penting untuk mengurangi risiko hipertensi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi di puskesmas bitung barat kabupaten kota bitung tahun 2023, tidak ada hubungan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi di puskesmas bitung barat kabupaten kota bitung tahun 2023, ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi, dan ada hubungan yang signifikan antara obesitas dengan kejadian hipertensi di puskesmas bitung barat kabupaten kota bitung tahun 2023. Berdasarkan analisis *chi-square*, nilai $p=0,034$.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardiana, M. (Ed.). (2022). Buku Ajar Menangani Hipertensi. Airlangga University Press.
- Azhari, M. H. (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Makrayu Kecamatan Ilir Barat II Palembang. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 23-30.
- Dinas Kesehatan Provinsi, 2017. Profil Kesehatan. Sulawesi Utara.
- Elvira, M., & Anggraini, N. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 8(1), 78-89.
- Hidayat, R., Agnesia, Y., & SAFITRI, Y. (2021). Faktor Risiko Hipertensi Pada Masyarakat Di Desa Pulau Jambu Uptd Blud Kecamatan Kuok Kabupaten Kampar. *Jurnal Ners*, 5(1), 8-19
- 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.
- Syahrir, M., Sabilu, Y., & Salma, W. O. (2021). Hubungan merokok dan konsumsi alkohol dengan kejadian penyakit hipertensi pada masyarakat wilayah pesisir. *NURSING UPDATE: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan* P-ISSN: 2085-5931 e-ISSN: 2623-2871, 12(3), 27-35.
- PP Perki. (2015). Pedoman Tatalaksana Hipertensi Pada Penyakit Kardiovaskular Edisi Pertama. Jakarta : Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia\
- P2PTM Kemenkes RI. (2019). Hari Hipertensi Dunia 2019 : “Know Your Number, Kendalikan Tekanan Darahmu dengan CERDIK. <http://p2ptm.kemkes.go.id/>