



HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN MEROKOK DAN KONSUMSI ALKOHOL DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA MASYARAKAT DI DESA TOUNELET

Winy Frisca Gloria Pandeiroot¹, Lucyana Pongoh², Christian Bertom Pajung³

^{1,2,3} Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Masyarakat, Universitas Negeri Manado, Minahasa, Indonesia

Email : winyfrisca09@gmail.com

Abstract

Hypertension is a condition in which blood pressure in the body is too high. This excessive pressure gradually damages blood vessels, thereby disrupting blood flow throughout the body. Many factors contribute to hypertension, including smoking and alcohol consumption. Tounelet is a village in a district where most of the community has excessive smoking and alcohol consumption habits. The purpose of this study was to determine whether there is a significant relationship between smoking habits and alcohol consumption with hypertension cases in the community of Tounelet village. This research is a quantitative study using a cross-sectional study design. The sampling technique in this study used Accidental Sampling with a total of 100 respondents. The results of this study showed that 71% of respondents had a smoking habit and 74% consumed alcohol. Based on the research results, it can be concluded that there is a significant relationship between smoking habits and hypertension in the community of Tounelet village with a p-value obtained from the chi-square test of 0.000, and there is a significant relationship between alcohol consumption and hypertension cases in the community of Tounelet village with a p-value obtained from the chi-square test of 0.000.

Keywords: *Hypertension, Smoking, Alcohol*

Abstrak

Hipertensi adalah kondisi di mana tekanan darah dalam tubuh terlalu tinggi. Tekanan yang berlebihan ini merusak pembuluh darah secara perlahan, sehingga mengganggu aliran darah ke seluruh tubuh. Banyak faktor yang menyebabkan terjadinya penyakit hipertensi di antaranya adalah merokok dan konsumsi alkohol. Tounelet adalah desa yang berada di kabupaten dimana kebanyakan dari masyarakatnya memiliki kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol secara berlebihan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang berarti antara kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi pada masyarakat di desa tounelet. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menggunakan desain studi crosssectional. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan Teknik accidental sampling sebanyak 100 responden. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 71% dari responden memiliki kebiasaan merokok dan sebanyak 74% mengonsumsi alkohol. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan merokok dengan penyakit hipertensi pada masyarakat di desa tounelet dengan nilai p yang didapatkan dari uji chi square adalah 0,000 dan terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi pada masyarakat di desa tounelet dengan nilai p yang didapatkan dari uji chi square adalah 0,000.

Kata kunci : *Hipertensi, Merokok, Alkohol*

Penulis Korespondensi:

Winy Frisca Gloria Pandeiroot | winyfrisca09@gmail.com

PENDAHULUAN

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyakit kronis yang menjadi perhatian serius baik nasional maupun global. Salah satu PTM yang masih memiliki angka kejadian tinggi adalah hipertensi (Toar J, 2022).

Hipertensi adalah kondisi di mana tekanan darah dalam tubuh terlalu tinggi. Tekanan yang berlebihan ini merusak pembuluh darah secara perlahan, sehingga mengganggu aliran darah ke seluruh tubuh. Akibatnya, organ-organ vital seperti jantung, ginjal, dan otak tidak berfungsi dengan baik. Penyakit ini seringkali tidak menimbulkan gejala, tetapi dapat memicu komplikasi serius seperti stroke, serangan jantung, dan gagal ginjal. (Susilo Y & Wulandari A, 2011).

Kejadian hipertensi dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain riwayat keluarga, jenis kelamin, usia, kurangnya aktivitas fisik, stress berlebihan, pola konsumsi makanan yang mengandung garam, tinggi konsumsi makanan yang mengandung lemak, konsumsi alkohol, perilaku merokok, obesitas, dan kurangnya aktivitas fisik (Anggraini, dkk, 2009).

Menurut World Health Organization (WHO,2023) menyatakan lebih dari 30% populasi pada orang dewasa diseluruh dunia mengalami hipertensi dan seiring berjalannya waktu, jumlah penderita hipertensi juga semakin meningkat di Indonesia hipertensi merupakan penyebab kematian ketiga pada semua kelompok umur, setelah stroke (15,4%) dan tuberkulosis (7,5%), dengan jumlah mencapai 6,8%. diperkirakan 15 juta orang menderita tekanan darah tinggi, namun hanya 4% yang tekanan darahnya terkendali, dan 50% dari mereka yang terkena dampak memiliki tekanan darah yang tidak terkontrol (Cahyani et al., 2019).

Menurut Kemenkes RI, 2021 prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%, mengalami peningkatan dibandingkan prevalensi hipertensi pada tahun 2020 sebesar 25,8%. Data yang didukung oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO,2021) menunjukkan bahwa sekitar 1,28 miliar orang di dunia menderita tekanan darah tinggi, yang berarti satu dari tiga orang di dunia telah terdiagnosis hipertensi.

Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018, terlihat bahwa prevalensi hipertensi pada populasi berusia ≥ 18 di provinsi Sulawesi Utara mencapai 13,2%. Prevalensi hipertensi juga dapat dilihat berdasarkan jenis kelamin, dengan prevalensi pada laki-laki sebesar 31,3% dan pada perempuan sebesar 36,9%. Selain itu, data lain menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi pada masyarakat dewasa dengan status gizi lebih atau obesitas adalah 13,6% untuk berat badan lebih dan 21,8% untuk obesitas (Riskesdas 2018).

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular paling umum di Kabupaten Minahasa. Dalam daftar 10 penyakit menonjol di Minahasa, hipertensi menempati posisi teratas dengan prevalensi 35,4%, yang berarti terdapat 26.675 kasus hipertensi (Dinas Kabupaten Minahasa, 2021).

Di Puskesmas Tumaratas, jumlah kasus hipertensi cukup tinggi dan menempati peringkat pertama dalam daftar penyakit paling umum di puskesmas tersebut. Pada tahun 2021, prevalensi kasus hipertensi di Puskesmas Tumaratas mencapai 1.737 kasus. Kejadian hipertensi juga dipengaruhi oleh pola hidup masyarakat, termasuk pola makan yang dapat memicu timbulnya hipertensi (Puskesmas Tumaratas, 2021).

Merokok merupakan salah satu dari faktor risiko hipertensi dan merupakan masalah kesehatan masyarakat yang berkembang di seluruh dunia. Lebih dari 7 juta kematian disebabkan oleh batang rokok, lebih dari 6 juta dari kematian disebabkan oleh perokok aktif, dan sekitar 890.000 disebabkan oleh asap rokok (WHO, 2017).

Faktor risiko lain dari tekanan darah tinggi adalah konsumsi alkohol, alkohol dapat meningkatkan keasaman darah. Ketika kadar asam dalam darah meningkat, maka darah menjadi lebih kental dan ketika tekanan darah ini terjadi jantung harus memompa darah lebih keras (Anonim, 2016).

Tounelet adalah sebuah desa di Kecamatan Langowan Barat, Kabupaten Minahasa, Sulawesi Utara. Berdasarkan observasi awal di desa tounelet dan wawancara dengan beberapa warga sekitar, ternyata masih banyak masyarakat yang masih mengonsumsi minuman beralkohol atau biasa disebut captikus. Bahkan di desa tounelet terdapat kurang lebih 5 warung yang menjual minuman beralkohol secara bebas, bahkan warung-warung tersebut menjadi tempat bagi masyarakat berkumpul untuk minum alkohol.

Selain meminum minuman beralkohol, di temukan bahwa masih banyak di temukan kebiasaan merokok di masyarakat, bagi sebagian besar dari mereka merokok itu menjadi hal yang biasa dilakukan setiap hari bahkan masyarakat bisa menghabiskan lebih dari 3 bungkus setiap hari Dan menurut pengamatan terhadap masyarakat yang memiliki kebiasaan merokok dan mengonsumsi alkohol di dapatkan ternyata banyak mereka yang memiliki riwayat hipertensi.

METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian observasional analitik. Penelitian ini yang menggunakan pendekatan crosssectional. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan Teknik accidental sampling sebanyak 100 responden.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	55	55
Perempuan	45	45
Total	100	100
Usia		
< 20 tahun	5	5
20 – 25 tahun	16	16
26 – 35 tahun	14	14

36 – 45 tahun	19	19
46 – 60 tahun	32	32
> 60 tahun	14	14
Total	100	100
Pekerjaan		
Mahasiswa/Pelajar	12	12
Wirausaha	31	31
Pegawai	10	10
Petani	12	12
IRT	24	24
Tidak bekerja	11	11
Total	100	100
Pendidikan terakhir		
SD	6	6
SMP	14	14
SMA/SMK	66	66
D1,D2,D3	4	4
S1	9	9
S2	1	1
Total	100	100

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa paling banyak responden dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 55 responden (55%), sebagian besar responden berusia 46-60 tahun sebanyak 32 responden (32%), mayoritas responden bekerja sebagai wiraswasta sebanyak 31 responden (31%), dan sebagian besar responden berpendidikan terakhir SMA/SMK sebanyak 66 responden (66%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi berdasarkan kebiasaan merokok

Merokok	frekuensi	Presentase (%)
Ya	71	71
Tidak	29	29
Total	100	100

Berdasarkan tabel diatas, di peroleh hasil sebanyak 71 responden (71%) memiliki kebiasaan merokok sedangkan sebanyak 29 responden (29%) tidak memiliki kebiasaan merokok.

Tabel 3. Distribusi frekuensi berdasarkan konsumsi alkohol

Konsumsi alkohol	frekuensi	Presentase (%)
Ya	74	74
Tidak	26	26

Total	100	100
-------	-----	-----

Berdasarkan tabel atas, di peroleh hasil sebanyak 74 responden (74%) memiliki kebiasaan mengkonsumsi alkohol sedangkan sebanyak 25 responden (25%) tidak memiliki kebiasaan mengkonsumsi alkohol.

Tabel 4. Distribusi frekuensi berdasarkan status hipertensi

Hipertensi	frekuensi	Presentase (%)
Ya	68	68
Tidak	32	32
Total	100	100

Berdasarkan tabel atas, di peroleh hasil sebanyak 68 responden (68%) mengalami hipertensi sedangkan sebanyak 32 responden (32%) tidak mengalami hipertensi.

Tabel 5. Uji Chi-Square hubungan antara konsumsi alkohol dengan hipertensi

Kebiasaan merokok	Hipertensi				Total	<i>p-value</i>
	Hipertensi		Tidak			
	N	%	N	%	N	%
Ya	66	93.0	5	7.0	71	100
Tidak	2	6.9	27	93.1	29	100
Total	68	68	32	32	100	100

Berdasarkan tabel diatas, di ketahui bahwa sebanyak 66 responden (93%) yang merupakan penderita hipertensi memilki kebiasaan merokok, sedangkan sebanyak 2 responden (6.9%) penderita hipertensi tidak memilki kebiasaan merokok, terdapat 5 responden (7.0%) yang bukan penderita hipertensi namun memilki kebiasaan merokok dan 27 responden (93.1%) yang bukan penderita hipertensi tidak memilki kebiasaan merokok. Hasil uji statistik menggunakan uji chi square menunjukan bahwa $p=0,000$ lebih kecil dari $p=0,05$ yang berarti bahwa H_0 di tolak dan dapat di simpulkan bahwa kedua variabel yakni kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi memilki hubungan yang signifikan.

Tabel 6. hasil uji chi square hubungan antara konsumsi alkohol dengan hipertensi

Konsumsi alkohol	Hipertensi				Total	<i>p-value</i>
	Hipertensi		Tidak			
	N	%	N	%	N	%
Ya	63	85.1	11	14.9	74	100

Tidak	5	19.2	21	80.8	26	100	0,000
Total	68	68.0	32	32.0	100	100	

Berdasarkan tabel diatas, di ketahui bahwa sebanyak 63 responden (85.1%) yang merupakan penderita hipertensi memiliki kebiasaan mengkonsumsi alkohol, sedangkan 5 responden (19.2%) penderita hipertensi tidak memiliki kebiasaan konsumsi alkohol, terdapat 11 responden (14.9%) bukan penderita hipertensi namun memiliki kebiasaan mengkonsumsi alkohol dan 21 responden (80.8%) yang bukan penderita tidak memiliki kebiasaan mengkonsumsi alkohol. Hasil uji statistik menggunakan uji chi square menunjukkan bahwa $p= 0,000$ lebih kecil dari $p=0,05$ yang berarti bahwa H_0 di tolak dan dapat di simpulkan bahwa kedua variabel yakni konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi memiliki hubungan yang signifikan

PEMBAHASAN

1. Kebiasaan merokok

Berasarkan tabel 2, sebanyak 71 responden (71%) memiliki kebiasaan merokok dan 29 (29%) tidak memiliki kebiasaan merokok. Merokok adalah aktivitas yang dilakukan oleh seseorang dalam menghisap maupun menghirup rokok.

Berdasarkan hasil penelitian yang di dapatkan oleh peneliti ternyata kebiasaan merokok pada masyarakat di desa tounalet tergolong tinggi, karena bagi sebagian masyarakat merokok itu sudah menjadi hal yang biasa di lakukan. Bahkan mereka menganggap merokok itu sudah menjadi kewajiban sebelum atau setelah melakukan aktivitas.

Selain itu, stress menjadi salah satu alasan kebanyakan orang memiliki kebiasaan merokok. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Dana Sugiharta, 2018 di mana masyarakat di desa walewangko memiliki kebiasaan merokok untuk menghilangkan stress. Bukan hanya itu menurut penelitian dari nasution, 2016 menyatakan bahwa lingkungan pergaulan juga menjadi salah satu faktor yang membuat orang memiliki kebiasaan merokok, penelitian yang di dapatkan ternyata bukan hanya orang dewasa saja yang memiliki kebiasaan merokok akibat pengaruh lingkungan pergaulan, namun juga orang mudah, remaja bahkan banyak anak-anak yang merokok.

2. Konsumsi alkohol

Berdasarkan tabel 3, sebanyak 74 responden (74%) mengkonsumsi alkohol dan 26 responden (26%) tidak mengkonsumsi alkohol. Hal ini ternyata sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Raty Asmudrno yang di mana sebanyak 74,4% dari masyarakat di kecamatan wanea, kota manado yang menjadi responden mengkonsumsi alkohol.

Berdasarkan hasil yang di dapatkan oleh peneliti ternyata kebiasaan mengkonsumsi alkohol pada masyarakat di desa tounalet tergolong tinggi karena bagi sebagian masyarakat mengkonsumsi alkohol sudah menjadi budaya. Selain minuman alkohol mudah di dapatkan, faktor lingkungan dengan suhu yang cukup dingin menjadi alasan masyarakat

mengonsumsi alkohol, hal ini ternyata sama dengan penelitian yang di lakukan oleh Meylin Memah (2019) di mana orang mengonsumsi alkohol untuk menghangatkan badan apalagi cuaca hujan/berangin yang mengaibatkan suhu menjadi lebih dingin.

Selain itu sudah menjadi kebiasaan minuman beralkohol sering di sediakan di tiap-tiap acara yang di adakan, bukan hanya itu menurut Mikha, 2017 ternyata faktor pergaulan menjadi salah satu faktor yang mengakibatkan seseorang kecanduan dengan minuman beralkohol yang awalnya hanya coba-coba karena itu teman akhirnya menjadi kecanduan dengan alkohol.

3. Hipertensi

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg (Putri Dafriani, 2019). Berdasarkan table 4, di peroleh hasil sebanyak 68 responden (68%) mengalami hipertensi sedangkan sebanyak 32 responden (32%) tidak mengalami hipertensi.

Berdasarkan hasil penelitian yang di dapatkan peneliti ternyata hipertensi merupakan penyakit yang paling banyak dan umum di derita oleh masyarkat . bahkan di desa tounalet, hal ini sesuai dengan data dari dinas kabupaten minahasa dan puskesmas tumaratas yang menyatakan bahwa hipertensi merupakan penyakit tidak menular paling banyak dan umum di derita oleh masyarakat. Tingkat stress yang tinggi dan aktivitas fisik masyarakat yang kurang menjadi pemicuh utama terjadi penyakit hipertensi. selain itu pola makan masyarakat di desa tounalet yang sering mengonsumsi makanan tinggi garam dan juga daging-daging secara berlebihan menjadi faktor penyebab hipertensi. selain itu kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol yang masih tergolong tinggi pada masyarakat desa tounalet menjadi faktor lain mengapa hipertensi merupakan penyakit paling banyak di derita oleh masyarakat.

4. Hubungan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi

Berdasarkan tabel 5, di ketahui bahwa sebanyak 66 responden (93%) yang merupakan penderita hipertensi memilki kebiasaan merokok, sedangkan sebanyak 2 responden (6.9%) penderita hipertensi tidak memilki kebiasaan merokok, terdapat 5 responden (7.0%) yang bukan penderita hipertensi namun memilki kebiasaan merokok dan 27 responden (93.1%) yang bukan penderita hipertensi tidak memilki kebiasaan merokok.

Berdasarkan hasil perhitungan uji hipotesis menggunakan chi square di peroleh nilai $p= 0,000$, hal ini menunjukkan bahwa angka tersebut $< 0,05$ yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara variable kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi pada masyarakat di desa tounalet. Penelitian sebelumnya yang di lakukan oleh Meylin Memah (2019) dengan judul hubungan kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi di peroleh nilai $p=0.000$ yang dapat di simpulkan bahwa ada hubungan antara kebiasaan merokok dengan konsumsi alkohol.

Penelitian dari kurniasih, et al (2015), menyatakan bahwa memilki kebiasaan merokok secara berlebihan dapat mengakibatkan gangguan kesehatan baik individu

maupun masyarakat. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Lisa dalinda dan T. samsul alam menyatakan bahwa kebiasaan merokok merupakan salah satu penyebab penyakit hipertensi.

Hasil penelitian ini sepeham dengan dengan penelitian yang di lakukan oleh Theodorus dan Perwita Sari, 2016 menjelaskan bahwa rokok memiliki pengaruh signifikan sebagai penyebab hipertensi, karena asap rokok mengandung nikotin yang dapat mengakibatkan efek jangka panjang.

5. Hubungan konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi

Berdasarkan tabel 6, di ketahui bahwa sebanyak 63 responden (85.1%) yang merupakan penderita hipertensi memiliki kebiasaan mengkonsumsi alkohol, sedangkan 5 responden (19.2%) penderita hipertensi tidak memiliki kebiasaan konsumsi alkohol, terdapat 11 responden (14.9%) bukan penderita hipertensi namun memiliki kebiasaan mengkonsumsi alkohol dan 21 responden (80.8%) yang bukan penderita tidak memiliki kebiasaan mengkonsumsi alkohol. Berdasarkan hasil perhitungan uji hipotesis menggunakan chi square di peroleh nilai $p= 0,000$, hal ini menunjukkan bahwa angka tersebut $< 0,05$ yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara variable konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi pada masyarakat di desa tounelet.

Penelitian sebelumnya yang di lakukan oleh Raty Asmudrono (2018) dengan judul hubungan konsumsi alkohol dan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi pada laki-laki di puskesmas ranotana weru kecamatan wanea kota manado , di peroleh nilai melalui chi square $P=0.000$ yang dapat di simpulkan bahwa ada hubungan antara konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi pada laki- laki di di puskesmas ranotana. Hal tersebut di karenakan minuman alkohol yang di konsumsi dalam jumlah berlebihan dapat mengakibatkan tekanan darah meninngkat.

Penelitian salika,2014 menyatakan bahwa mengkonsumsi alkohol secara berlebihan dapat mengakibatkan efek jangka panjang yakni terjadinya berbagai macam penyakit salah satunya hipertensi.

Hal ini sesuai dengan peneliitian dari sarwono, 2015 yang menyatakam bahwa orang yang memiliki kebiasaan mengkonsumsi alkohol memiliki tekanan darah lebih tinggi di bandingkan dengan orang yang tidak memiliki kebiasaan mengkonsumsi alkohol.

Hasil penelitian ini sepeham dengan penelitian yang di lakukan oleh Alifariki, 2019 menjelaskan bahwa alkohol memiliki pengaruh yang sigfikan sebagai penyebab kejadian hipertensi. alkohol memiliki kandungan zat etanol yang di mana kalau di konsumsi dengan jumlah rendah dapat menguntungkan namun kalau di konsumsi dengan jumlah berlebihan dapat mengakibatkan berbagai macam penyakit.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 71% dari responden memiliki kebiasaan merokok dan sebnayak 74% mengkonsumsi alkohol. Berdasarkan hasil penelitian dapat di simpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan merokok dengan penyakit hipertensi pada masyarakat di desa tounelet dengan nilai p yang di dapatkan

dari uji chi square adalah 0,000 dan terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi pada masyarakat di desa tounalet dengan nilai p yang di dapatkan dari uji chi square adalah 0,000.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, dkk.. (2009). Faktor yang berhubungan dengan kejadian Hipertensi Pada Pasien Yang Berobat Di Poliklinik Dewasa Puskesmas Bangkinang periode januari-juni 2008 .
- Anonim. 2016. Global Information System on Alcohol and Health (GISAH). Diakses pada 1 September 2018 <https://www.who.int/gho/alcohol/en/>
- Asmudrono, R. K., Manjoro, E. M., & Nelwan, J. E. (2022). Hubungan Antara Konsumsi Alkohol dan Kebiasaan Merokok dengan Kejadian Hipertensi pada Laki-laki di Puskesmas Ranotana Weru Kecamatan Wanea Kota Manado. *Jurnal Lentera Sehat Indonesia*, 1(1), 20-23.
- Cahyani, R., Saraswati, L. D., & Ginandjar, P. (2019). Hubungan Konsumsi Makanan Laut Dengan Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Pesisir Di Wilayah Kerja Puskesmas Mangkang Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(4), 743-748.
- Dafriani, P., & Prima, B. (2019). Pendekatan Herbal Dalam Mengatasi Hipertensi.
- Kurniasih, D., Pangestuti, D. R., & Aruben, R. (2017). Hubungan Konsumsi Natrium, Magnesium, Kalium, Kafein, Kebiasaan Merokok Dan Aktivitas Fisik Dengan Hipertensi Pada Lansia (Studi Di Desa Wilayah Kerja Puskesmas Duren Kabupaten Semarang Tahun 2017). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(4), 629-637.
- Memah, M., Kandou, G. D., & Nelwan, J. E. (2019). Hubungan Antara Kebiasaan Merokok Dan Konsumsi Alkohol Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Kombi Kecamatan Kombi Kabupaten Minahasa. *Kesmas*, 8 (1), 68–74.
- Mikha, N., Raturandang. (2022). Hubungan pola konsumsi minuman beralkohol dengan kejadian gout arthritris pada pria dewasa di puskesmas koya., 37-38
- Podayow, M., Nelwan, J. E., Mantjoro, E. M., Kaunang, W. P. J., & Tucunan, A. A. (2023). DETERMINAN HIPERTENSI DI KABUPATEN MINAHASA SULAWESI UTARA. *Jurnal Keperawatan*, 12 (1), 1-8.
- Riskesdas. 2018. (online) (<http://www.depkes.go.id/resources/download/info-terkini/hasilriskesdas-2018.pdf>) Diakses 18 September 2024
- Sallika NS. 2010. Serba Serbi Kesehatan Perempuan: Apa Yang Perlu Kamu Tahu Tentang Tubuhmu. Jakarta: Bukuné
- Susilo Y & Wulandari A. (2011). Cara jitu mengatasi darah tinggi (Hipertensi), Yogyakarta: ANDI Yogyakarta.
- Toar, J. (2022). Hubungan lama penggunaan alat kontrasepsi hormonal dengan kejadian hipertensi pada perempuan di puskesmas tonsealama. *Afiasi: Jurnal kesehatan masyarakat* , 7 (2), 281-287.
- Toto, S., & Nasution, R. F. (2016). Pengaruh Sikap dan Pengetahuan Tentang Bahaya Merokok Terhadap Perilaku Merokok Mahasiswa STIKes PHI Tahun 2016. *Jurnal Persada Husada Indonesia*, 3 (9), 20-33.
- World health organization.(2022). Hypertension (online) diakses dari. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- World health organization. (2023). Hypertension (online) diakses dari. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>