

Hubungan Kebiasaan Merokok dan Kebiasaan Konsumsi Alkohol dengan Kejadian Hipertensi pada Laki-Laki Usia 40 Tahun ke Atas di RT 01/RW 19 Kelurahan Pahandut Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Pahandut

The Relationship Between Smoking Habits and Alcohol Consumption Habits with the Incident of Hypertension in Men Aged 40 Years and Over on RT 01/ RW 19 Pahandut Sub-District Working Area Pahandut Community Health Center UPT

Andi SAputra ^{1*}

Eva Prilelli Baringbing ²

Yana Afrina ³

Program Studi Kesehatan Masyarakat, STIKES Eka Harap, Palangka Raya, Kalimantan Tengah, Indonesia

*email:
Andyalaska246@gmail.com

Abstrak

Hipertensi salah satu penyakit tidak menular yang menyebabkan mortalitas dan morbiditas yang dapat berakibat pada kasus-kasus serius seperti penyakit stroke, angina pectoris, infark miokard, gagal ginjal, dan gagal jantung hingga menyebabkan kematian. Penyakit ini tidak dapat disembuhkan dan hanya dapat dikontrol secara teratur. Untuk mengetahui hubungan kebiasaan merokok dan kebiasaan konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi pada laki-laki usia 40 tahun ke atas di RT 01 / RW 19 Kelurahan Pahandut Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Pahandut. Kuantitatif, menggunakan jenis penelitian analitik dengan pendekatan cross Sectional. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 76 responden, menggunakan teknik *accidental sampling*. Analisis data menggunakan uji *chi square*. Analisis menunjukkan adanya hubungan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi di RT 01 / RW 19 kelurahan pahandut (P value 0,006 atau $P < 0,05$), dan tidak ada hubungan kebiasaan konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi di RT 01 / RW 19 kelurahan pahandut (P value 0,967 atau $P > 0,05$). Terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi. Karena terdapat kandungan zat-zat kimia berbahaya seperti nikotin dan karbon monoksida. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi. Karena kejadian hipertensi akan lebih tinggi pada peminum alkohol berat yang mengkonsumsi 2 gelas alkohol dalam sehari.

Kata Kunci:

Kebiasaan Merokok
Alkohol
Hipertensi
Laki-Laki Usia 40 Tahun

Keywords:

Smoking Habits
Alcohol
Hypertension
Men Aged 40 Years

Abstract

Hypertension is a non-communicable disease that causes mortality and morbidity which can result in serious cases such as stroke, angina pectoris, myocardial infarction, kidney failure, and heart failure, leading to death. This disease cannot be cured and can only be controlled regularly. To determine the relationship between smoking habits and alcohol consumption habits with the incidence of hypertension in men aged 40 years and over in RT 01 / RW 19, Pahandut sub-district, Pahandut Health Center UPTD working area. Quantitative, using analytical research with a cross-sectional approach. The sample in this study amounted to 76 respondents, using an accidental sampling technique. Data analysis used the chi-square test. Analysis showed that there was a relationship between smoking habits and the incidence of hypertension on RT 01 / RW 19 Pahandut sub-district (P value 0.006 or $P < 0.05$), and there was no relationship between alcohol consumption habits and the incidence of hypertension on RT 01 / RW 19 Pahandut sub-district (P value 0.967 or $P > 0.05$). There is a significant relationship between smoking habits and the incidence of hypertension. Because it contains dangerous chemicals such as nicotine and carbon monoxide, there is no significant relationship between alcohol consumption and the incidence of hypertension because the incidence of hypertension is higher in heavy alcohol drinkers who consume 2 glasses of alcohol a day.



© 2025 The Authors. Published by Institute for Research and Community Services Universitas Muhammadiyah Palangkaraya. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). DOI: <https://doi.org/10.33084/jsm.v1i1.10563>

PENDAHULUAN

Hipertensi dikenal sebagai *the silent disease* yang sangat umum terjadi di masyarakat. Hipertensi adalah suatu

keadaan peningkatan tekanan darah di atas normal pada saat pemeriksaan tensi darah dimana perhitungan ditunjukkan dengan angka sistolik dan angka diastolik. Tekanan darah dianggap normal apabila kurang dari

130/85 mmHg dan dianggap hipertensi apabila tekanan darah lebih dari 140/90 mmHg. Hipertensi salah satu penyakit tidak menular yang menyebabkan mortalitas dan morbiditas yang dapat berakibat pada kasus-kasus serius seperti penyakit stroke, angina pectoris, infark miokard, gagal ginjal, dan gagal jantung hingga menyebabkan kematian. Penyakit ini tidak dapat disembuhkan dan hanya dapat dikontrol secara teratur. Hipertensi akan terus terjadi seumur hidup tanpa menunjukkan keluhan dan gejala yang khas selama belum ada komplikasi pada organ tubuh tertentu (Husen, 2022).

Menurut World Health Organization (WHO) (2023) diperkirakan 1,28 miliar orang berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Diperkirakan 46% orang dewasa penderita hipertensi tidak menyadari bahwa mereka mengidap penyakit tersebut. Hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Salah satu target global untuk penyakit tidak menular adalah mengurangi prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030. Menurut Kemenkes RI (2024) data dari Aplikasi Sehat Indonesiaku (ASIK), sampai tahun 2023 tercatat sebanyak 47.405.179 penduduk telah mendapatkan skrining hipertensi, sebanyak 20,938,684 orang dalam kondisi prehipertensi, 13.277.697 orang telah di diagnosis hipertensi namun hanya 458.924 orang yang terkendali hipertensinya. Riskesdas 2018 menyatakan prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk. Jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Berdasarkan Profil Kesehatan Kota Palangka Raya (2023) Prevalensi hipertensi dalam usia 25- 60 tahun data di Kalimantan Tengah pada tahun 2020 sebanyak 10.567 kasus lama dan 1.124 kasus baru per tahun, Data kunjungan penderita hipertensi di Kota Palangka Raya dalam tahun 2023 menunjukkan penderita hipertensi sebesar 32.908.

Berdasarkan data dari Profil kesehatan kota Palangkaraya angka prevalensi hipertensi yang paling tinggi yaitu di daerah Jekan Raya 51,57% serta di daerah Pahandut 44,41% dengan jumlah kasus 3495 di tahun 2020, dan pada tahun 2021 mengalami kenaikan 65,02% dengan jumlah 10.721 kasus (Dinkes Kota Palangkaraya, 2020). Dan data terbaru yang di dapat di UPTD Puskesmas Pahandut setelah dilakukan survey data di dinas berdasarkan Profil Kesehatan UPTD Puskesmas Pahandut Tahun (2023), 10 penyakit terbesar kasus rawat jalan di UPT Puskesmas Pahandut tahun 2023 prevalensi hipertensi pada penyakit yang paling banyak diderita pada tahun ini di dominasi oleh penyakit Hipertensi yaitu sebanyak 5.966 kasus dengan jumlah kasus baru sebanyak 2.921 dan jumlah kasus lama sebanyak 3.045 kasus, pada bulan Januari hingga bulan Maret 2024 terdapat 349 kasus hipertensi di UPTD Puskesmas pahandut.

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 26-28 Maret 2024 di UPTD Puskesmas Pahandut yaitu telah dilakukan wawancara pada 35 orang penderita hipertensi, dimana 18 laki-laki usia 40 tahun ke atas rutin mengkonsumsi rokok setiap hari dan 17 laki-laki lainnya mengaku bahwa rutin mengkonsumsi rokok serta mengkonsumsi alkohol 2-3 kali dalam seminggu. Merokok dapat menyebabkan hipertensi akibat zat-zat kimia yang terkandung di dalam tembakau yang dapat merusak lapisan dalam dinding arteri, sehingga arteri lebih rentan terjadi penumpukan plak (arterosklerosis). Perilaku merokok pada orang dewasa dan remaja umumnya semakin meningkat sesuai dengan tahap perkembangan yang ditandai dengan meningkatnya frekuensi dan intensitas merokok, dan sering mengakibatkan mereka mengalami ketergantungan nikotin. Nikotin dapat menimbulkan ketagihan, baik pada perokok aktif maupun perokok pasif. Hal ini disebabkan oleh nikotin yang dapat merangsang saraf simpatis sehingga memicu kerja jantung lebih keras dan menyebabkan penyempitan pembuluh darah, serta peran karbon monoksida yang

dapat mengantikan oksigen dalam darah dan memaksa jantung memenuhi kebutuhan oksigen tubuh (Akhmad, 2020).

Asap rokok yang ada di dalam sebatang rokok berdampak buruk yaitu mengandung 4.000 jenis senyawa kimia beracun yang berbahaya pada tubuh dimana 43 diantaranya bersifat karsinogenik. Komponen utamanya adalah nikotin suatu zat berbahaya penyebab kecanduan, tar dengan sifat karsinogenik dan karbon monoksida yang dapat menurunkan kandungan oksigen dalam darah (Kementerian Kesehatan, 2019). Salah satu upaya Pemerintah dan tenaga ahli Kesehatan Masyarakat dengan cara mengimbau melalui promosi kesehatan untuk berperilaku CERDIK (C, cek kondisi kesehatan secara berkala, E, enyahkan asap rokok, R, rajin aktivitas fisik, D, diet sehat dengan kalori seimbang I, istirahat yang cukup, K, kendalikan stress) dalam mengatasi penyakit Hipertensi. Serta mengimbau untuk melakukan Program PATUH (P, periksa kesehatan secara rutin dan ikutin anjuran dokter, A, atasi penyakit dengan pengobatan yang tepat dan teratur, T, tetap diet sehat dengan gizi seimbang, U, upayakan beraktivitas fisik dengan aman, H, hindari rokok, alkohol dan zat karsinogenik lainnya) bagi yang sudah menyandang penyakit Hipertensi diselenggarakan agar mereka rajin kontrol dan minum obat (Wiranto, 2023).

Dari penjelasan di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Kebiasaan Merokok Dan Kebiasaan Konsumsi Alkohol Dengan Kejadian Hipertensi Pada Laki-Laki Usia 40 Tahun Ke Atas Di RT 01 / RW 19 Kelurahan Pahandut Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Pahandut”.

METODOLOGI

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian korelasional dengan pendekatan *Cross-Sectional* yaitu penelitian yang dilakukan penelitian dalam satu waktu. Hal ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebiasaan merokok dan kebiasaan konsumsi alkohol dengan

kejadian hipertensi pada laki-laki usia 40 tahun ke atas di RT 01 / RW 19 Kelurahan Pahandut Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Pahandut. Populasi pada penelitian ini adalah 353 orang yang telah memenuhi kriteria yang telah ditetapkan, dengan sampel 76 responden. Dengan teknik sampling *Accidental Sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Univariat

Tabel I. Distribusi Responden Berdasarkan Usia

No	Usia	Frekuensi	Persentase (%)
1	40-49 Tahun	38	50
2	50-60 Tahun	38	50
Total		76	100

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan usia 50-60 tahun sebanyak 38 responden (50%).

Tabel II. Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan

No	Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
1	SD	5	6,6
2	SMP	30	39,5
3	SMA	38	50
4	Perguruan Tinggi	3	3,9
Total		76	100

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan yang paling banyak adalah SMA sebanyak 38 responden (50%).

Tabel III. Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan

No	Pekerjaan	Frekuensi	Percentase (%)
1	PNS/ABRI/POLRI	3	3,9
2	Swasta	54	71,1
3	Petani/Buruh	19	25
Total		76	100

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan yang paling banyak adalah swasta sebanyak 54 responden (71,1%).

Tabel IV. Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Merokok

No	Kebiasaan Merokok	Frekuensi	Percentase (%)
1	Merokok	48	63,2
2	Tidak Merokok	28	36,8
Total		76	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan kebiasaan merokok yang paling banyak adalah Merokok sebanyak 48 responden (63,2%).

Tabel V. Distribusi Responden Berdasarkan Konsumsi Alkohol

No	Konsumsi Alkohol	Frekuensi	Percentase (%)
1	Konsumsi	56	73,7
2	Tidak Konsumsi	20	26,3
Total		76	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan kebiasaan konsumsi alkohol yang paling banyak adalah Konsumsi sebanyak 56 responden (73,7%).

Tabel VI. Distribusi Responden Berdasarkan Hipertensi

No	Penderita Hipertensi	Frekuensi	Percentase (%)
1	Hipertensi	44	57,9
2	Tidak Hipertensi	32	42,1
Total		76	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan penderita hipertensi yang paling banyak Hipertensi sebanyak 44 responden (57,9%).

Tabel VII. Tabulasi Silang Antara Kebiasaan Merokok dengan Kejadian Hipertensi

Kebiasaan Merokok	Kejadian Hipertensi				Total	Asym Sig		
	Hipertensi		Tidak Hipertensi					
	f	%	f	%				
Merokok	34	70,8	14	29,2	48	100		
Tidak Merokok	10	35,7	18	64,3	28	100		
Total	44	57,9	32	42,1	76	100		

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki kebiasaan merokok 48 responden (100%), 34 responden (70,8%) yang hipertensi, dan 14 responden (29,2%) tidak hipertensi. Ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang merokok memiliki hipertensi.

Tabel VIII. Tabulasi Silang Antara Konsumsi Alkohol dengan Kejadian Hipertensi

Konsumsi Alkohol	Kejadian Hipertensi				Total	Asym Sig		
	Hipertensi		Tidak Hipertensi					
	f	%	f	%				
Konsumsi	33	58,9	23	41,1	56	100		
Tidak Konsumsi	11	55	9	45	20	100		
Total	44	57,9	32	42,1	76	100		

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki kebiasaan konsumsi alkohol 56 responden (100%) 33 responden (58,9%) hipertensi, dan 23 responden (41,1%) tidak hipertensi. Ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang mengkonsumsi alkohol memiliki hipertensi.

Pembahasan

Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil analisis penelitian adapun karakteristik responden berdasarkan usia 50-60 tahun sebanyak 38 responden (50%) dan usia 40-49 tahun sebanyak 38 responden (50%). Bertambahnya umur pada seseorang, kemungkinan besar seseorang menderita hipertensi juga hal ini bisa saja disebabkan oleh perubahan perubahan struktur pada pembuluh darah besar dan juga disebabkan oleh penurunan daya tahan tubuh (Pebrisiana dkk., 2022). Faktor usia sangat berpengaruh terhadap kejadian hipertensi karena dengan bertambahnya usia maka risiko hipertensi menjadi lebih tinggi. Dengan bertambahnya usia seseorang, maka tekanan darah seseorang juga akan meningkat, ini bisa disebabkan oleh beberapa faktor seperti perubahan alami pada jantung serta pembuluh darah seseorang, perubahan ini terjadi secara alami sebagai proses penuaan (Pratama dkk., 2020).

Pendidikan responden dalam penelitian ini paling banyak adalah SMA sebanyak 38 responden (50%) dan yang paling sedikit adalah perguruan tinggi sebanyak 3 responden (3,9%). Tingkat pendidikan rendah dapat menjadi faktor lain selain gaya hidup dari resiko hipertensi, karena zaman dulu sebagian besar lebih mengutamakan tingkat ekonomi dan lebih memilih bekerja daripada melanjutkan pendidikan (Sugestina, 2023). Sedangkan menurut (Nugroho, 2019) hipertensi pada pendidikan rendah diakibatkan kurangnya pengetahuan seseorang yang pendidikannya rendah tentang pentingnya kesehatan dan susah/kurang cepat menerima informasi (penyuluhan) yang disampaikan

petugas kesehatan sehingga berdampak pada perilaku hidup yang sehat.

Berdasarkan hasil analisis karakteristik responden yang telah dijelaskan diatas bahwa responden berdasarkan pekerjaan yang paling banyak adalah swasta sebanyak 54 responden (71,1%). Pekerjaan merupakan sesuatu yang dilakukan oleh manusia dengan tujuan tertentu, pekerjaan lebih banyak dilihat dari kemungkinan paparan serta risiko menurut sifat pekerjaan, lingkungan dan sosial ekonomi karyawan (Laily, 2019).

Menurut peneliti kejadian hipertensi berhubungan dengan pekerjaan dikarenakan kesibukan bekerja mengakibatkan timbulnya rasa stress dan orang yang sibuk tidak sempat untuk olahraga dan memeriksakan diri ke pelayanan kesehatan.

Kebiasaan Merokok

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan kebiasaan merokok yang paling banyak adalah Merokok sebanyak 48 responden (63,2%) dan yang paling sedikit adalah Tidak Merokok sebanyak 28 responden (36,8%).

Menurut Musni (2019) rokok mengandung lebih dari 4.000 zat beracun, ada dua zat yang sangat berperan yaitu nikotin dan karbon monoksida yang memberikan efek toksik pada jantung dan pembuluh darah. Kedua senyawa ini bersifat berbahaya dengan mekanisme yang berbeda. Nikotin merusak sistem kardiovaskular secara akut oleh stereoisomer dan mekanisme pengikatan reseptor. Nikotin berdampak pada kardiovaskular dan simpatoadrenal yang kuat. Selain itu, pemberian nikotin berulang berhubungan dengan meningkatnya toleransi sebagai hasil dari reseptor nikotin. Dengan proses ini, nikotin menyebabkan tingkat kecanduan dan stimulasi sistem saraf simpatis yang berbeda. Menurut Nurhaeni dkk., (2022) kebiasaan merokok menyebabkan timbulnya berbagai penyakit dalam tubuh kita, seperti penyakit jantung dan gangguan pembuluh darah, kanker paru-paru, kanker rongga mulut, kanker laring,

tekanan darah tinggi, impotensi serta gangguan kehamilan dan cacat pada janin. Bahaya rokok juga bukan hanya ditunjukkan bagi para perokok (perokok aktif) tetapi juga bagi orang-orang yang bukan perokok menghirup asap rokok yang berada disekitar perokok (perokok pasif) dan justru efek yang di terima dari perokok pasif akan jauh lebih berbahaya dari perokok aktif. Status merokok dibagi menjadi perokok, bekas perokok dan bukan perokok. Perokok yaitu orang yang merokok sedikitnya satu batang sehari selama sekurang-kurangnya setahun. Bekas perokok, yaitu orang yang merokok sedikitnya satu batang sehari selama sekurang-kurangnya setahun, namun sekarang tidak lagi merokok dan bukan perokok yaitu orang yang tidak merokok sedikitnya satu batang sehari selama sekurang-kurangnya satu tahun. Perokok dapat diklasifikasikan berdasarkan banyak rokok yang dihisap perhari. Bustan membaginya ke dalam 3 kelompok, yang dikatakan perokok ringan adalah perokok yang menghisap 1–10 batang rokok sehari, perokok menit setelah menghisap rokok.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mariani dkk, (2018) menyatakan bahwa usia 40 tahun termasuk dalam kelompok usia produktif, namun pada usia tersebut umumnya seseorang kurang memiliki motivasi untuk memperhatian gaya hidup dan kesehatan, salah satunya adalah gaya hidup yang tidak sehat seperti perilaku merokok. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Supriadi dkk, (2023) menyatakan bahwa lansia laki-laki yang mempunyai kebiasaan merokok termasuk ke dalam kategori lansia usia pertengahan (45–59 tahun).

Peneliti berasumsi bahwa rokok mengandung dua zat yang sangat berperan yaitu nikotin dan karbon monoksida, nikotin berdampak pada kardiovaskular dan simpatoadrenal yang kuat, nikotin juga akan menyebabkan kecanduan. Kebiasaan merokok menimbulkan berbagai penyakit dalam tubuh dan bahaya

rokok juga bukan ditunjukkan bagi perokok aktif tetapi juga akan lebih berdampak bagi perokok pasif.

Konsumsi Alkohol

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa distribusi frekuensi frekuensi responden berdasarkan kebiasaan konsumsi alkohol yang paling banyak adalah sebanyak 56 responden (73,7%) dan yang paling sedikit adalah sebanyak 20 responden (26,3%).

Menurut Makaremas, (2019) Minuman beralkohol yang mengandung etanol memiliki dampak bagi kesehatan bila dikonsumsi secara rutin. Pengaruh yang ditimbulkan karena mengkonsumsi alkohol, berupa efek jangka pendek, yaitu badan terasa santai kehilangan, pengendalian diri, padangan kabur, bicara tidak jelas, mual, muntah, kehilangan kesadaran, pergerakan badan yang tidak terkendali. Untuk pengaruh jangka panjang, yaitu perut terasa terbakar, kerusakan hati, kerusakan jantung, stroke, kanker saluran pencernaan, tekanan darah tinggi/hipertensi, impotensi, gangguan penyerapan, kehilangan daya ingat, kebingungan/depresi. Sebenarnya alkohol tidak selamanya mengakibatkan dampak buruk, karena alkohol juga bisa menjadi pelarut yang paling bermanfaat dalam dunia farmasi. Yang menyebabkan alkohol menjadi sebuah hal yang menakutkan adalah ketika seseorang menyalahgunakannya (Liana, 2019). Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kebiasaan mengkonsumsi alkohol terhadap seseorang antara lain faktor pekerjaan dan faktor pendidikan, dimana kita tahu bahwa pekerjaan dengan upah yang tinggi seseorang akan mudah mencapai sesuatu keinginannya sendiri. Dengan pendidikan rendah dapat membuat seseorang tidak bisa mendistribusikan penghasilan dari pekerjaannya dengan maksimal namun tidak menutup kemungkinan bahwa seseorang dengan pendidikan yang tinggi juga dapat mendistribusikan penghasilannya dengan membeli keinginannya (Faiz, 2021).

Peneliti berasumsi bahwa pengaruh yang ditimbulkan karena mengkonsumsi alkohol, berupa efek jangka

pendek dan jangka panjang. Alkohol tidak selamanya mengakibatkan dampak buruk, karena alkohol dapat menjadi pelarut di dunia farmasi. selain itu faktor-faktor yang dapat mempengaruhi konsumsi alkohol antaranya pendidikan.

Kejadian Hipertensi

Distribusi frekuensi responden berdasarkan penderita hipertensi yang paling banyak Ya sebanyak 44 responden (57,9%) dan yang paling sedikit adalah Tidak sebanyak 32 responden (42,1%).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu peningkatan tekanan darah di dalam arteri, dimana hiper yang artinya berebihan, dan tensi yang artinya tekanan/tegangan, jadi hipertensi merupakan gangguan pada sistem peredaran darah yang menyebabkan kenaikan tekanan darah diatas nilai normal (Musakkar, 2021). Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan yang sangat serius saat ini. Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan peluang 7 kali lebih besar terkena stroke, 6 kali lebih besar terkena penyakit jantung kongestif, dan 3 kali lebih besar terkena serangan jantung (Imelda dkk., 2020). Menurut (Tiara, 2020) gejala yang dialami pada hipertensi adalah dengan adanya peningkatan tekanan darah atau tergantung pada tinggi rendahnya tekanan darah yang timbul bisa berbeda, bahkan terkadang penderita hipertensi tidak memiliki keluhan namun karena sering kali penderita hipertensi tidak menyadari adanya gejala, hal tersebut dapat timbulnya keluhan pada saat sudah terjadinya komplikasi, mungkin untuk beberapa orang tidak ditunjukkan pada beberapa tahun. Jika adanya gejala hanya pusing atau sakit kepala, namun jika pada penderita hipertensi berat, gejala yang muncul dapat berupa sakit kepala, mual dan muntah, gelisah, mata berkunang, mudah lelah, sesak nafas, penglihatan yang kabur, Berdasarkan beberapa penyebab hipertensi (Musakkar dan Djafar, 2021) yaitu keturunan, usia, garam, kolesterol, obesitas/kegemukan, stress, rokok, kafein, alkohol, dan kurang olahraga.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Orah (2021) menyatakan ada hubungan antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi, hal ini disebabkan oleh nikotin yang ada dalam kandungan rokok dapat membuat arteri mengecil. Sehingga dapat terjadinya hipertensi. Penelitian yang dilakukan oleh Megasari dkk, (2014) juga menunjukkan bahwa ada hubungan konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi, hal tersebut di sebabkan oleh konsumsi alkohol yang berlebih akan berdampak pada fungsi hati, sehingga akan mempengaruhi kinerja jantung.

Peneliti berasumsi bahwa hipertensi tidak terkontrol dapat menyebabkan stroke dan penyakit jantung. Penyebab hipertensi diantaranya adalah konsumsi minuman alkohol yang berlebih pada masyarakat dapat berdampak pada penurunan kesehatan. Gangguan fungsi jantung yang terjadi pada akhirnya menyebabkan hipertensi. Selain itu merokok juga dapat menyebabkan hipertensi karena rokok mengandung zat-zat kimia yang terkandung dalam tembakau.

Hubungan Kebiasaan Merokok Dengan Kejadian Hipertensi Pada Laki-Laki Usia 40 Tahun Ke Atas Di RT 01/ RW 19 Kelurahan Pahandut Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Pahandut

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kebiasaan merokok 48 responden (100%), 34 responden (70,8%) yang hipertensi, dan 14 responden (29,2%) tidak hipertensi. Ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang merokok memiliki hipertensi.

Menurut Umbas., (2019) merokok dapat menyebabkan hipertensi akibat zat-zat kimia yang terkandung dalam tembakau terutama nikotin yang dapat merangsang saraf simpatik sehingga memicu kerja jantung lebih cepat sehingga peredaran darah mengalir lebih cepat dan terjadi penyempitan pembuluh darah, serta peran karbon monoksida yang dapat mengantikan oksigen dalam darah dan memaksa jantung memenuhi kebutuhan oksigen tubuh. Lubis., (2023) menyatakan

bahwa kebiasaan merokok akan meningkatkan tingkat hipertensi kepada penderita hipertensi, dan yang dulunya tidak pernah mengalami hipertensi maka akan mengalami hipertensi tingkat I. konsep ini mengandung pengertian bahwa semakin banyak kadar zat-zat beracun tersebut maka semakin berat juga hipertensi terjadi. Kadar zat-zat kimia rokok dalam darah secara langsung ditentukan banyak sedikitnya konsumsi rokok (Arinditha., 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Umbas dkk., (2019) menyatakan bahwa adanya hubungan bermakna antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi, hal tersebut disebabkan oleh nikotin yang menyebabkan peningkatan tekanan darah karena nikotin didalam rokok diserap pembuluh darah kecil dalam paru-paru sehingga diedarkan oleh pembuluh darah ke otak, otak akan beraksi terhadap nikotin dengan memberi sinyal pada kelenjar adrenal sehingga bisa melepas efinefrin. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Erman dkk (2021) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi, hal tersebut disebabkan oleh nikotin yang ada di dalam rokok dapat mempengaruhi tekanan darah seseorang, dapat melalui pembentukan plak aterosklerosis, efek langsung nikotin terhadap pelepasan hormon epinefrin dan norepinefrin, maupun melalui efek CO yang dapat berikatan dengan sel darah merah. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Nanang dkk (2019) menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara kebiasaan merokok dengan hipertensi, hal tersebut disebabkan kebiasaan merokok berperan menyebabkan terjadinya hipertensi karena rokok mengandung nikotin dan karbon monoksida yang berpengaruh terhadap tekanan darah.

Pada penelitian ini peneliti berasumsi bahwa kebiasaan merokok dapat menyebabkan hipertensi, karena rokok mengandung zat-zat kimia berbahaya seperti nikotin dan karbon monoksida. Nikotin didalam rokok diserap pembuluh darah kecil dalam paru-paru sehingga

diedarkan oleh pembuluh darah ke otak yang dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah.

Hubungan Kebiasaan Konsumsi Alkohol Dengan Kejadian Hipertensi Pada Laki-Laki 40 Tahun Ke Atas Di RT 01/ RW 19 Kelurahan Pahandut Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Pahandut

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian responden memiliki kebiasaan konsumsi alkohol 56 responden (100%) 33 responden (58,9%) yang hipertensi, dan 23 responden (41,1%) tidak hipertensi ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang mengkonsumsi alkohol memiliki hipertensi.

Menurut Tanggu dkk., (2024) konsumsi minuman alkohol yang berlebihan pada masyarakat dapat berdampak pada penurunan kesehatan yang akan mengganggu dan merusak fungsi beberapa organ yaitu salah satunya adalah hati, fungsi hati akan terganggu sehingga mempengaruhi kinerja dan fungsi jantung. Keasaman darah dapat meningkat dikarenakan oleh alkohol, saat kadar keasaman darah meningkat maka darah akan menjadi kental dan jantung dipaksa untuk memompa darah lebih kuat, saat inilah terjadi tekanan darah (Sakti., 2018) Gangguan fungsi jantung yang terjadi pada akhirnya menyebabkan hipertensi. Hal ini terjadi karena alkohol merangsang epinefrin atau adrenalin yang membuat arteri mengecil dan menyebabkan penimbunan air dan natrium.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Musni (2019) menyatakan bahwa tidak adanya hubungan yang signifikan antara konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi. Hal ini disebabkan oleh jenis kelamin menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi tidak adanya hubungan antara konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Herawati dkk (2020) menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi, dikarenakan responden mengkonsumsi alkohol pada waktu yang sudah lama dan sudah berhenti mengkonsumsinya.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Dewi dkk (2022) menyatakan bahwa mengkonsumsi alkohol tidak ada hubungan yang signifikan dengan kejadian hipertensi. Pengaruh alkohol terhadap tekanan darah tergantung dari kandungan alkohol yang terdapat dalam jenis minuman serta jumlah alkohol yang dikonsumsi.

Pada penelitian ini peneliti berasumsi bahwa tidak ada hubungan antara konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi, dikarenakan hipertensi lebih tinggi terjadi pada peminum alkohol berat yang mengkonsumsi 2 gelas alkohol dalam sehari, pengaruh alkohol terhadap tekanan darah tergantung dari kandungan alkohol yang terdapat dalam jenis minuman serta jumlah alkohol yang dikonsumsi. Namun, pada saat penelitian tidak terdapat responden yang mengkonsumsi alkohol setiap harinya

KESIMPULAN

Hasil dari penelitian mengenai hubungan kebiasaan merokok dan kebiasaan konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi pada laki-laki usia 40 tahun ke atas di RT 01 / RW 19 Kelurahan Pahandut wilayah kerja UPTD Puskesmas Pahandut menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kebiasaan merokok 48 responden (100%), 34 responden (70,8%) yang hipertensi, dan 14 responden (29,2%) tidak hipertensi. Ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang merokok memiliki hipertensi, dan sebagian responden memiliki kebiasaan konsumsi alkohol 56 responden (100%) 33 responden (58,9%) yang hipertensi, dan 23 responden (41,1%) tidak hipertensi ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang mengkonsumsi alkohol memiliki hipertensi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas limpahan berkat dan karunia-Nya bagi peneliti. Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya peneliti sampaikan kepada; STIKES Eka Harap Palangka

Raya; Ketua STIKES Eka Harap Palangka Raya; Ketua Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat STIKES Eka Harap Palangka Raya; Ketua Pengudi Sidang Skripsi dan Anggota Tim Pengudi; Dosen Pembimbing I dan II; UPTD Puskesmas Pahandut; kedua Orang tua peneliti, Ibu dan Ayah yang selalu memberikan dukungan dan memanjatkan doa terbaik bagi peneliti; Saudara laki-laki peneliti; seseorang yang berarti bagi peneliti Yessa Ekklesia; teman-teman satu angkatan; dan kepada diri sendiri, Andi Saputra yang selalu berusaha, terima kasih dan hebat.

REFERENSI

- Adisyia Arinditha Dg. Salae, Agust A. Laya, & Rukmini Harun. 2021. Hubungan Ketergantungan Merokok Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Kelurahan Bintauna Kecamatan Bintauna Kabupaten Bolaang Mongondow Utara. *Jurnal Kesehatan Amanah*, 5(1), 103–123. <https://doi.org/10.57214/jka.v5i1.202>
- Akhmad, A. 2020. Pengaruh perilaku merokok, konsumsi alkohol dan hiburan malam terhadap risiko penggunaan narkotika. *Faletehan Health Journal*, 30–36.
- Arifin, Z. 2022. Pengaruh pemberian hidroterapi (rendam kaki air hangat) terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. Media Nusa Creative (MNC Publishing).
- Dewi, S. M., Saputra, B., & Daniati, M. 2022. Hubungan Konsumsi Alkohol Dan Kualitas Tidur Terhadap Kejadian Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)*, 2(1), 49–62.
- Ega Wiranto 2023. Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Jekan Raya Kota Palangka Raya Provinsi Kalimantan Tengah. *Jurnal Surya Mandika (JSM)*.
- Erman, I., Damanik, H. D., & Sya'diyah, S. 2021. Hubungan Merokok dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Kampus Palembang. *JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(1), 54–61. <https://doi.org/10.36086/jkm.v1i1.983>
- Faiz, A. 2021. Tinjauan Analisis Kritis Terhadap Faktor Penghambat Pendidikan Karakter Di Indonesia. *Jurnal Penelitian Bidang Pendidikan*, 27(2), 82. <https://doi.org/10.24114/jpbp.v27i2.24205>
- Harbuwono, dr. D. S. 2022. Perokok Anak Masih Banyak, Revisi PP Tembakau. Rokom.

- Herawati, C., Indragiri, S., & Melati, P. 2020. Aktivitas Fisik Dan Stres Sebagai Faktor Risiko Terjadinya Hipertensi Pada Usia 45 Tahun Keatas. *JKM (Jurnal Kesehatan Masyarakat) Cendekia Utama*, 7(2), 66. <https://doi.org/10.31596/jkm.v7i2.502>
- Higayon. 2023. Pertimbangan Pengguna Rokok Konvensional Yang Beralih Menggunakan Rokok Elektrik. Atma Jaya Yogyakarta.
- Husen,. 2022. Hubungan dan profil tekanan darah dengan peningkatan kadar glukosa darah pedagang di desa mandiraja wetan. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNSIQ*, 209–216.
- Imelda, I., Sjaaf, F., & Puspita, T. 2020. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun. *Health & Medical Journal*, 2(2), 68–77. <https://doi.org/10.33854/heme.v2i2.532>
- Kemenkes RI. 2024. *padoman pengendalian hipertensi*.