

Analisis Faktor Risiko Kejadian Hipertensi pada Pasien Usia Produktif di Puskesmas Menteng Kota Palangka Raya Tahun 2024

Analysis of Risk for Hypertension in Patients Productive Age at Puskesmas Menteng Palangka Raya City in 2024

Kristina Natalia A ^{1*}

Mariaty A. Sangkai ²

Pamela Dewi Widuri ³

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat, STIKES Eka Harap, Palangka Raya, Kalimantan Tengah, Indonesia

*email:

ktinajanuari2022@gmail.com

Abstrak

Hipertensi merupakan salah satu kondisi kesehatan yang serius dan sering terjadi pada usia produktif. Kondisi ini dapat mengganggu produktivitas dan kualitas hidup seseorang. Beberapa faktor risiko seperti riwayat genetik, tingkat stres, kebiasaan merokok, dan aktivitas olahraga diketahui berperan dalam kejadian hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor risiko kejadian hipertensi pada usia produktif di Puskesmas Menteng, Kota Palangka Raya pada tahun 2024. Penelitian ini menggunakan desain korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Data dikumpulkan melalui wawancara menggunakan kuesioner yang telah divalidasi. Populasi penelitian adalah pasien hipertensi yang berusia produktif (15-64 tahun) di Puskesmas Menteng, dan sampel diambil secara purposive. Uji Chi-Square menunjukkan adanya hubungan signifikan antara riwayat genetik (P Value = 0,000 atau P<0,05) dan tingkat stres (P Value = 0,000 atau P<0,05) dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di Puskesmas Menteng Kota Palangka Raya, sedangkan untuk kebiasaan merokok (P-Value = 0.600 atau P > 0,05) dan kebiasaan olahraga (P-Value = 1.000 atau P < 0,05) tidak memiliki hubungan dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di Puskesmas Menteng Kota Palangka Raya. Faktor genetik dan tingkat stres memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di Puskesmas Menteng. Kebiasaan merokok dan aktivitas fisik tidak menunjukkan hubungan yang signifikan. Upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi perlu difokuskan pada modifikasi faktor genetik serta manajemen stres, dengan pengembangan program intervensi yang efektif di Puskesmas dan lingkungan kerja.

Kata Kunci:

Hipertensi
Faktor Risiko
Usia Produktif

Keywords:

Hypertension
Risk Factors
Productive Age

Abstract

Hypertension is a serious health condition that frequently occurs during productive age. This condition can disrupt an individual's productivity and quality of life. Several risk factors, such as genetic history, stress levels, smoking habits, and physical activity, are known to play a role in the incidence of hypertension. This study aims to analyze the risk factors for hypertension in productive age at Puskesmas Menteng, Palangka Raya, in 2024. This research employs a correlational design with a cross-sectional approach. Data were collected through interviews using validated questionnaires. The study population consisted of hypertensive patients of productive age (15-64 years) at PuskesmasMenteng, and samples were taken purposively. Chi-Square test showed a significant relationship between genetic history (P Value = 0.000 or P<0.05) and stress level (P Value = 0.000 or P<0.05) with the incidence of hypertension in productive age at the Menteng City Community Health Center Palangka Raya, while smoking habits (P-Value = 0.600 or P > 0.05) and exercise habits (P-Value = 1,000 or P < 0.05) have no relationship with the incidence of hypertension in productive age at the Menteng Community Health Center, Palangka City Raya. Genetic factors and stress levels have a significant relationship with the incidence of hypertension in productive age at PuskesmasMenteng. Smoking habits and physical activity did not show a significant relationship. Hypertension prevention and control efforts should focus on modifying genetic factors and stress management, with the development of effective intervention programs at health centers and workplaces.



PENDAHULUAN

Hipertensi yang lebih dikenal sebagai tekanan darah tinggi, terjadi saat tekanan dalam pembuluh darah mencapai tingkat yang tinggi, yaitu mencapai 140/90 mmHg atau lebih tinggi. Meskipun sering terjadi tanpa gejala yang jelas, kondisi ini dapat menjadi serius jika tidak diobati. Beberapa faktor risiko yang dapat meningkatkan kemungkinan seseorang terkena hipertensi termasuk usia, faktor genetik, kelebihan berat badan atau obesitas, gaya hidup yang kurang aktif secara fisik, pola makan yang tinggi garam, dan konsumsi alkohol yang berlebihan (WHO, 2023). Usia produktif ditandai dengan kemampuan untuk melakukan aktivitas sehari-hari dengan efektif dan efisien. Kesehatan fisik yang baik juga menjadi faktor penting untuk mendukung produktivitas dan kualitas hidup. Orang dewasa perlu memperhatikan asupan makanan yang sehat dan bergizi, serta menjaga berat badan dan kesehatan jantung dengan melakukan aktivitas fisik yang teratur. Selain itu, pengelolaan stres yang efektif juga perlu diperhatikan. Stres yang tidak terkontrol dapat mempengaruhi kesehatan mental dan fisik. Orang dewasa perlu belajar cara mengatasi stres dan mencari dukungan ketika dibutuhkan. Pada usia produktif, yakni antara 18 hingga 64 tahun, hipertensi bisa menghambat kapabilitas seseorang dan mempengaruhi kualitas hidupnya. Ini adalah era di mana tekanan kerja dan stres dapat meningkat, meningkatkan risiko hipertensi (Kemenkes RI, 2022).

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan peneliti menemukan bahwa pada tahun 2022, kejadian hipertensi pada usia produktif di Puskesmas Menteng Kota Palangkaraya yaitu sebanyak 2.387 orang, kemudian pada tahun 2023 mengalami peningkatan menjadi 6.161 orang, hal ini menjadikan penyakit hipertensi menjadi penyakit nomor satu pada daftar 10 penyakit terbesar di UPT Puskesmas Menteng. Survei pendahuluan yang dilakukan peneliti menemukan bahwa jumlah pengunjung usia produktif selama Januari 2024 hingga

akhir bulan Maret 2024 sebanyak 181 orang (UPT Puskesmas Menteng, 2024).

Secara global, jumlah orang dewasa yang menderita hipertensi telah meningkat secara signifikan dari 594 juta pada tahun 1975 menjadi 1,13 miliar pada tahun 2015, terutama di negara-negara dengan pendapatan rendah dan menengah (WHO, 2023).

Menurut data Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018 dikutip dari Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022, kejadian hipertensi di Indonesia mencapai angka 34,11%. Kelompok usia penyumbang kejadian hipertensi terbanyak di Indonesia yaitu usia 55-64 tahun (55,23%), 65-74 tahun (63,22%), dan > 75 tahun (69,53%), dengan jumlah penduduk yang menderita hipertensi sebanyak 154 juta jiwa, dengan variasi berdasarkan tingkat pendidikan (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).

Berdasarkan data dari Profil Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Tengah tahun 2022 menunjukkan hasil estimasi penderita hipertensi pada lansia di Provinsi Kalimantan Tengah tahun 2021 sebanyak 645.138 orang. Sedangkan pada tahun 2021 estimasi penderita hipertensi lansia pada tahun 2022 mengalami penurunan menjadi 568.487 orang dan sebanyak 403.338 orang (70,9%) mendapat pelayanan kesehatan. Menurut data Badan Pusat Statistik kota Palangka Raya tahun 2022, hipertensi menempati urutan kedua dalam 10 penyakit terbesar di kota Palangka Raya dengan total kasus sebanyak 32.908 orang terkena hipertensi (Badan Pusat Statistik kota Palangka Raya, 2023). Adapun untuk kabupaten/kota dengan tingkat kejadian hipertensi terbesar terjadi di kota Palangka Raya dengan total kejadian sebanyak 74.791 orang atau sebesar 18,55% dari semua kabupaten/kota yang ada di Kalimantan Tengah (Dinas Kesehatan Provinsi Kalteng, 2023). Menurut data dari Bidang Pencegahan dan Pengendalian Penyakit (P2P) Dinas Kesehatan Provinsi Kalteng tahun 2023, kejadian hipertensi pada lansia di kota Palangka Raya pada tahun 2022 sebanyak 81.000 orang. Pada

tahun 2023 mengalami kenaikan yaitu menjadi 82.608 orang (Bidang P2P Dinkes Provinsi Kalteng, 2023).

Sekitar 40% kematian diakibatkan oleh hipertensi tidak terkontrol, penderita tidak menyadari bahwa dirinya sebagai penderita hipertensi harus mengonsumsi obat antihipertensi secara teratur tanpa terputus dan melakukan modifikasi perilaku kesehatan secara teratur. Sehingga perlu untuk mengetahui dan menghindari faktor-faktor risiko kejadian hipertensi yang mempengaruhi perilaku kesehatan pasien hipertensi (WHO, 2023).

Berdasarkan perilaku kesehatan pasien yang tidak terkontrol seperti pembahasan sebelumnya, maka seseorang yang sudah terdiagnosis hipertensi harus menjalankan penanganan baik secara medikamentosa maupun dengan perubahan gaya hidup.

Biaya yang dikeluarkan untuk mendapatkan pengobatan yang kuat tergolong cukup signifikan. Menurut data dari NCHS (National Center for Health Statistic), hanya 52% pasien yang menjalani pengobatan hingga hipertensinya terkontrol, yaitu di bawah 140/90 mmHg. Di Indonesia sendiri hanya 4% yang merupakan hipertensi terkontrol dari 30% pasien hipertensi (NCHS, 2020).

Identifikasi faktor-faktor risiko hipertensi seperti faktor genetik, merokok, stres, dan olahraga penting untuk meningkatkan pengetahuan dan mengendalikan angka kejadian hipertensi. Untuk mengatasi masalah hipertensi, beberapa langkah promosi kesehatan dapat dilakukan. Pertama, menyelenggarakan penyuluhan rutin tentang faktor risiko hipertensi, olahraga teratur, dan manajemen stres. Kedua, memberikan edukasi kepada masyarakat tentang pentingnya deteksi dini dengan monitoring tekanan darah secara berkala di puskesmas. Dengan kombinasi pendekatan edukasi dan deteksi dini, diharapkan dapat mengurangi angka kejadian (Kemenkes RI, 2022).

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Analisis Faktor Risiko Kejadian Hipertensi pada Pasien Usia Produktif di Puskesmas Menteng Palangka Raya Tahun 2024” yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengendalian hipertensi.

METODOLOGI

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian *cross sectional* yang dilakukan dalam jangka waktu relatif pendek dan di lokasi tertentu, dengan melibatkan subjek dari berbagai kelompok usia atau tingkat. Dalam pendekatan ini, semua variabel yang diamati diukur pada saat yang sama.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pengunjung usia produktif di Puskesmas Menteng Palangka Raya sebanyak 181 orang. Dalam Penelitian ini, digunakan metode *Accidental Sampling*. Teknik pengambilan sampel menggunakan rumus slovin dengan *margin error* 10% yaitu sebanyak 64 orang dan instrumen penelitian menggunakan kuesioner.

Adapun data yang diteliti di dapat dari data primer berupa hasil jawaban kuesioner yang dijawab oleh responden dan diolah dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS dengan dua tahapan analisis data, yaitu analisis univariat dan bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Tabel I. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

No.	Usia	Frekuensi	Persentase (%)
1.	19-44 tahun	16	25
2.	45-59 tahun	31	48,4
3.	60-64 tahun	17	26,6
Total		64	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan usia yang paling banyak adalah 45-59 tahun sebanyak 31 responden (48,4%) dan yang paling sedikit adalah 19-44 tahun sebanyak 16 responden (25%).

Tabel II. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

No.	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Laki-laki	21	32,8
2.	Perempuan	43	67,2
Total		64	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin yang paling banyak adalah jenis kelamin perempuan sebanyak 43 responden (67,2%) dan yang paling sedikit adalah jenis kelamin laki-laki sebanyak 21 responden (32,8%).

Tabel III. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan sebelum diberikan Promosi Kesehatan tentang Anemia (*Pre-test*)

No.	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
1.	SD	10	15,6
2.	SMP	16	25
3.	SMA/SMK	29	45,3
4.	Perguruan Tinggi	9	14,1
Total		64	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan terakhir yang paling banyak adalah SMA/SMK sebanyak 29 responden (45,3%) dan yang paling sedikit adalah perguruan tinggi sebanyak 9 responden (14,1%).

Tabel IV. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan

No.	Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Swasta	30	46,9
2.	PNS	5	7,7
3.	Pensiunan	4	6,3
4.	Lainnya	25	39,1
Total		64	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis pekerjaan yang paling banyak adalah swasta sebanyak 30 responden (46,9%) dan yang paling sedikit adalah pensiunan sebanyak 4 responden (6,3%). Kemudian ada juga beberapa responden dengan kategori pekerjaan lainnya sebanyak 25 orang (39,1%).

Tabel V. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Riwayat Genetik

No.	Riwayat Genetik	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Ya	35	54,7
2.	Tidak	29	45,3
Total		64	100

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa frekuensi responden berdasarkan riwayat genetik yang paling banyak adalah kategori ya sebanyak 35 responden (54,7%) dan yang paling sedikit adalah kategori tidak sebanyak 29 responden (45,3%).

Tabel VI. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kebiasaan Merokok

No.	Kebiasaan Merokok	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Merokok	20	31,3
2.	Tidak Merokok	44	68,7
Total		64	100

Hasil analisis univariat terhadap kebiasaan merokok menunjukkan bahwa 68.7% responden tidak merokok, sementara 31.3% responden merokok. Meskipun mayoritas responden tidak merokok, hampir sepertiga dari mereka memiliki kebiasaan merokok, yang merupakan faktor risiko signifikan untuk hipertensi dan masalah kesehatan lainnya.

Tabel VII. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stres

No.	Tingkat Stres	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Ringan	20	31,3
2.	Sedang	44	68,7
3.	Berat		
Total		64	100

Analisis univariat menunjukkan bahwa 62.5% responden mengalami stres tingkat sedang, sementara 29.7% mengalami stres yang ringan dan hanya 5 orang atau 7.8% yang mengalami stres dengan tingkat berat. Tingginya proporsi responden dengan tingkat stres yang cukup menyoroti pentingnya manajemen stres dalam mencegah dan mengelola hipertensi, mengingat stres adalah faktor risiko yang dikenal untuk penyakit ini.

Tabel VIII. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kebiasaan Olahraga

No.	Kebiasaan Olahraga	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Kurang Baik	2	3,1
2.	Baik	62	96,9
Total		64	100

Dari hasil analisis univariat, 96.9% responden melakukan kebiasaan olahraga dengan baik, sementara hanya 3.1% yang kurang berolahraga. Tingginya angka aktivitas olahraga yang cukup di kalangan responden menunjukkan kesadaran yang baik akan pentingnya olahraga dalam menjaga kesehatan dan mencegah hipertensi.

Tabel IX. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian Hipertensi

No.	Kebiasaan Olahraga	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Hipertensi	46	71,9
2.	Normal	18	28,1
Total		64	100

Analisis univariat menunjukkan bahwa 71.9% responden mengalami hipertensi, sementara 28.1% tidak mengalami hipertensi. Tingginya prevalensi hipertensi dalam sampel ini menekankan perlunya intervensi kesehatan yang efektif untuk mengatasi faktor risiko dan mengelola hipertensi di populasi ini.

Analisis Bivariat

Tabel X. Hubungan Riwayat Genetik dengan Kejadian Hipertensi

		Kejadian Hipertensi			Nilai P value
		Hipertensi	Normal	Total	
Riwayat Genetik	Ya	Jumlah	35	0	35
		% Riwayat Genetik	100%	0%	100%
	Tidak	Jumlah	11	18	29
		% Riwayat Genetik	37,9%	62,1%	100%
Total			46	18	64
			71,9%	28,1%	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa analisis bivariat antara riwayat genetik dan kejadian hipertensi menunjukkan adanya hubungan yang signifikan. Dari 35 responden yang memiliki riwayat genetik hipertensi, semua responden (100%) mengalami hipertensi. Sebaliknya, dari 29 responden yang tidak memiliki riwayat genetik hipertensi, 11 responden (37.9%) mengalami hipertensi, dan 18 responden (62.1%) tidak mengalami hipertensi. Hasil uji Chi-Square menghasilkan nilai p-value sebesar 0.000 atau $p < 0,05$, yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara riwayat genetik dan kejadian hipertensi.

Tabel XI. Hubungan Riwayat Genetik dengan Kebiasaan Merokok

		Kejadian Hipertensi			Nilai p value
		Hipertensi	Normal	Total	
Kebiasaan Merokok	Merokok	Jumlah	13	7	20
		% Riwayat Genetik	65%	35%	100%
	Tidak Merokok	Jumlah	33	11	44
		% Riwayat Genetik	75%	25%	100%
Total			46	18	64
			71,9%	28,1%	100%

Analisis bivariat antara kebiasaan merokok dan kejadian hipertensi menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan. Dari 44 responden yang tidak merokok, 33 responden (75%) mengalami hipertensi, sedangkan 11 responden (25%) tidak mengalami hipertensi. Dari 20 responden yang merokok, 13 responden (65%) mengalami hipertensi, dan 7 responden (35%) tidak mengalami hipertensi. Hasil uji Chi-Square menghasilkan p-value sebesar 0.600 atau $p > 0,05$, menunjukkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara kebiasaan merokok dan kejadian hipertensi dalam sampel ini.

Tabel XII. Hubungan Riwayat Genetik dengan Tingkat Stres

		Kejadian Hipertensi			Nilai p value
		Hipertensi	Normal	Total	
Tingkat Stres	Ringan	Jumlah	3	16	19
		% Tingkat Stres	15,8%	84,2%	100%
	Sedang	Jumlah	40	0	40
		% Tingkat Stres	100%	0%	100%
	Berat	Jumlah	3	2	5
		% Tingkat Stres	60%	40%	100%
Total			46	18	64
			71,9%	28,1%	100%

Analisis bivariat antara tingkat stres dan kejadian hipertensi menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan. Dari 19 responden dengan tingkat stres ringan, 3 responden (15.8%) mengalami hipertensi, sementara 16 responden (84.2%) yang tidak mengalami hipertensi. Kemudian, dari 40 responden dengan tingkat stres sedang, semua (100%) mengalami kejadian hipertensi, dan dari 5 responden dengan tingkat stres berat, 3 responden (60%) mengalami hipertensi, dan 2 responden (40%) tidak mengalami hipertensi. Hasil uji Chi-Square menghasilkan nilai p-value sebesar 0.000 atau $p < 0,05$, yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara tingkat stres dan kejadian hipertensi. Responden dengan tingkat stres berat memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami hipertensi dibandingkan dengan mereka yang mengalami tingkat stres sedang.

Tabel XIII. Hubungan Riwayat Genetik dengan Aktivitas Olahraga

		Kejadian Hipertensi			Nilai p value
		Hipertensi	Normal	Total	
Kebiasaan Olahraga	Kurang	Jumlah	2	0	2
		% Riwayat Genetik	100%	0%	100%
	Baik	Jumlah	44	0	40
		% Riwayat Genetik	71%	29%	100%
Total			46	18	64
			71,9%	28,1%	100%

Analisis bivariat antara aktivitas olahraga dan kejadian hipertensi menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan. Dari 62 responden berolahraga dengan baik, 44 responden (71%) mengalami hipertensi, sedangkan 18 responden (29%) tidak mengalami hipertensi. Dari 2 responden yang kurang berolahraga, 2 responden (100%) mengalami hipertensi, dan tidak ada responden yang tidak mengalami hipertensi. Hasil uji Chi-Square menghasilkan nilai p-value sebesar 1.000 atau $p < 0,05$, menunjukkan bahwa tidak ada hubungan signifikan

antara aktivitas olahraga dan kejadian hipertensi dalam sampel ini.

PEMBAHASAN

Riwayat Genetik Pada Pasien Usia Produktif di UPT Puskesmas Menteng Kota Palangka Raya

Keturunan atau riwayat genetik adalah faktor risiko utama terhadap penyakit, terutama jika ada riwayat keluarga yang menderita hipertensi. Seorang penderita mempunyai sifat genetik hipertensi apabila dibiarkan tanpa intervensi terapi, bersama lingkungannya akan menyebabkan hipertensinya berkembang dan dalam waktu 30-50 tahun akan timbul tanda dan gejala (Sendiantari, E. 2022).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di UPT Puskesmas Menteng ditemukan responden yang memiliki riwayat genetik dengan kategori ya sebanyak 35 responden (54,7%), dan riwayat genetik dengan kategori tidak sebanyak 29 responden (45,3%). Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Suparta dan Rasmi, (2020) yang memiliki riwayat ginetik sebanyak 28 responden (70,0%) dan yang tidak memiliki riwayat genetik 12 responden (30,0%) sehingga responden yang memiliki riwayat keluarga hipertensi kemungkinan besar juga akan mengalami hipertensi.

Kebiasaan Merokok Pada Pasien Usia Produktif di UPT Puskesmas Menteng Kota Palangka Raya

Kebiasaan merokok bisa berpengaruh atau berhubungan karena peningkatan tekanan darah pada perokok disebabkan karena kebiasaan merokok sudah menjadi kebutuhan sehari-hari, sehingga akan menyebabkan penumpukan zat berbahaya di dalam darah dan dapat menyebabkan berbagai penyakit kardiovaskuler karena zat nikotin dan tar yang masuk ke dalam aliran darah dapat merusak lapisan dinding pembuluh darah arteri dan mengakibatkan proses arterosklerosis dan hipertensi (Erman, dkk., 2021).

Berdasarkan hasil penelitian di UPT Puskesmas Menteng ditemukan responden dengan kategori merokok

sebanyak 20 responden (31,3%), dan kategori yang tidak merokok sebanyak 44 responden (68,7%). Hal ini Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Sukma dkk., 2019) didapatkan 19 responden (21%) yang berperilaku merokok dan 73 responden (79%) tidak merokok. Banyaknya responden tidak merokok karena responden lebih banyak berjenis kelamin perempuan. Menurut Akbar, (2020) Perilaku merokok pada kaum perempuan juga menjadi suatu perdebatan mengenai keetisannya di kalangan masyarakat tertentu yang akhirnya menimbulkan berbagai anggapan.

Tingkat Stres Pada Pasien Usia Produktif di UPT Puskesmas Menteng Kota Palangka Raya

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di UPT Puskesmas Menteng, didapatkan hasil bahwa mayoritas responden mengalami tingkat stres sedang sebanyak 40 responden (62,5%), diikuti oleh responden dengan stres ringan sebanyak 19 orang (29,7%), dan tingkat stres berat pada 5 responden (7,8%). Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Situmorang (2020) dapat diketahui bahwa tingkat stres dari 40 responden yang paling tinggi berada pada stres sedang 16 responden (40%). stres normal 14 (35%), stres ringan 9 responden (22,5%) dan hanya 1 responden (2,5%) yang mengalami stres berat.

Stres merupakan mekanisme yang bersifat individual, resistensi atau penyesuaian individu terhadap stres akan berubah berdasarkan usia, jenis kelamin, tipe kepribadian, kecerdasan, emosi, dan pekerjaan. Stres dapat menyebabkan tubuh lebih banyak memproduksi senyawa berbahaya yang dapat meningkatkan tekanan darah dan memicu serangan jantung dengan cara mempercepat kerja jantung yang tinggi untuk mengedarkan darah ke seluruh tubuh (Hidayatunnafi'ah, 2023). Klasifikasi stress dibagi menjadi tiga tingkatan yaitu stres ringan, stres sedang, dan berat.

Kebiasaan Olahraga Pada Pasien Usia Produktif di UPT Puskesmas Menteng Kota Palangka Raya

Aktivitas atau olahraga sangat mempengaruhi terjadinya hipertensi, di mana pada orang yang kurang aktivitas akan cenderung mempunyai frekuensi denyut jantung lebih tinggi sehingga otot jantung akan harus bekerja lebih keras pada tiap kontraksi. Makin keras dan sering otot jantung memompa maka makin besar tekanan yang dibebankan pada arteri. Olahraga banyak dihubungkan dengan pengelolaan hipertensi, karena olahraga secara teratur dapat menurunkan tahanan perifer yang akan menurunkan tekanan darah (Dewi, dkk., 2019). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di UPT Puskesmas Menteng didapatkan hasil kebiasaan olahraga kurang baik sebanyak 2 responden (3,1%), dan kebiasaan olahraga baik sebanyak 62 responden (96,1%). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Norfai dkk, (2019) diketahui bahwa kebiasaan olahraga terbanyak adalah baik sebesar 83 responden (58,9%).

Hubungan Riwayat Genetik dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Produktif di UPT Puskesmas Menteng Kota Palangka Raya

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa adanya hubungan riwayat keluarga dengan kejadian hipertensi pada usia produktif sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak, yang dibuktikan dengan hasil uji statistik diperoleh hasil $P\text{ Value} = 0,000$ atau $p < 0,05$. Dapat diartikan bahwa adanya hubungan riwayat genetik dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di Puskesmas Menteng Kota Palangka Raya.

Didapatkan dari hasil penelitian menyatakan bahwa dari 35 responden yang memiliki riwayat genetik hipertensi, semua responden (100%) mengalami hipertensi. Sebaliknya, dari 29 responden yang tidak memiliki riwayat genetik hipertensi, 11 responden (37,9%) mengalami hipertensi, dan 18 responden (62,1%) memiliki tekanan darah normal.

Dapat diartikan dari hasil penelitian ini adalah bahwa riwayat genetik hipertensi berhubungan kuat dengan kejadian hipertensi. Semua responden yang memiliki riwayat genetik hipertensi pasti mengalami hipertensi, sementara responden yang tidak memiliki riwayat genetik hipertensi cenderung tidak mengalami hipertensi, meskipun ada sebagian yang tetap mengalami kondisi tersebut. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Irwadi, Fatrida dan Elfira, (2023) menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara genetik dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Petaling. Dari hasil analisa data diperoleh nilai OR 4,875 artinya yang mempunyai riwayat genetik berpeluang 4 kali terkena penyakit hipertensi dibandingkan yang tidak mempunyai riwayat penyakit hipertensi.

Hubungan Kebiasaan Merokok dengan Kejadian Hipertensi di UPT Puskesmas Menteng Kota Palangka Raya

Berdasarkan hasil penelitian menyatakan bahwa dari 20 responden yang merokok, terdapat 13 orang (65%) mengalami hipertensi, dan 7 orang (35%) memiliki tekanan darah normal. Dari 44 responden yang tidak merokok, 33 orang (75%) mengalami hipertensi, dan 11 orang (25%) memiliki tekanan darah normal. Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan dengan analisis uji statistik chi square diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,410 > 0,05$ maka dapat disimpulkan tidak ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di Puskesmas Menteng Kota Palangka Raya.

Hal ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, terutama karakteristik responden. Responden mayoritas tidak merokok merupakan responden mayoritas jenis kelamin perempuan, hal ini dikarenakan Perilaku merokok pada perempuan menjadi topik perdebatan terkait etika di beberapa kelompok masyarakat, yang memunculkan berbagai pandangan. Merokok dipandang sebagai sesuatu yang tidak umum atau wajar dilakukan oleh perempuan, karena

perempuan yang merokok sering kali dianggap berbeda dari mereka yang tidak merokok. Dapat kitaketauidimana perilaku merokok cenderung dilakukan oleh laki-laki dibandingkan dengan perempuan.

Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi di UPT Puskesmas Menteng Kota Palangka Raya

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan dengan analisis uji statistik chi square diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000 > 0,05$ maka dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di Puskesmas Menteng Kota Palangka Raya.

Berdasarkan hasil penelitian menyatakan bahwa dari 19 responden dengan tingkat stress ringan sebanyak 3 responden (15,8%) pernah mengalami hipertensi, sementara 16 responden (84,2%) yang memiliki tekanan darah normal. Kemudian dari 40 responden dengan tingkat stres sedang, semua (100%) pernah mengalami kejadian hipertensi, dan dari 5 responden dengan tingkat stres berat, 3 responden (60%) pernah mengalami hipertensi, dan 2 responden (40%) memiliki tekanan darah normal.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Sukma dkk, 2019) yang membuktikan bahwa tingkat stres berhubungan dengan kejadian hipertensi. Penelitian tersebut sesuai dengan teori yang menyebutkan bahwa stres juga erat hubungannya dengan tekanan darah tinggi atau hipertensi. Didukung dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Putri, Sukanti dan Helen, (2024) terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan tingkat stress dengan kejadian hipertensi hal ini terbukti dengan hasil analisis menggunakan uji statistik chi square didapatkan $p\text{ Value} = 0,016$. Serta sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pebriyani dkk. (2022) dengan hasil analisis menggunakan uji chi square diperoleh nilai $p\text{ value} = 0.005$. Hal ini menunjukkan

bahwa ada korelasi yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi.

Kondisi tingkat stress dapat mempengaruhi kondisi setiap orang yang memungkinkan akan terjadinya hipertensi baik itu kejadian prahipertensi bahkan sampai pada kejadian hipertensi derajat 2 dan jika ini tidak di kontrol dengan baik akan mengakibatkan hal yang fatal, untuk itu perlu adanya kontrol ketat pada tingkat emosional setiap orang dalam penelitian

Hubungan Kebiasaan Olahraga dengan Kejadian Hipertensi di UPT Puskesmas Menteng Kota Palangka Raya

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan dengan analisis uji statistik chi square diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,369 > 0,05$ maka dapat disimpulkan tidak ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan olahraga dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di Puskesmas Menteng Kota Palangka Raya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan menyatakan bahwa dari 62 responden berolahraga dengan baik, 44 responden (71%) pernah mengalami hipertensi, sedangkan 18 responden (29%) memiliki tekanan darah normal. Dari 2 responden yang kurang berolahraga, 2 responden (100%) mengalami hipertensi, dan tidak ada responden yang tidak mengalami hipertensi.

Bagi penderita hipertensi, olahraga dapat membantu sehingga tidak perlu mengonsumsi obat penurun tekanan darah. Olahraga akan membantu kerja obat menjadi lebih efektif pada penderita hipertensi yang harus minum obat, Namun, olahraga tidak dapat dilakukan pada seseorang yang memiliki tekanan darah sistolik lebih dari 170 mmHg dan atau diastolik lebih dari 110 mmHg. Pada mulai usia 45 tahun, olahraga secara teratur terbukti dapat meningkatkan fungsi kardiovaskuler yang memperlambat penurunan fungsi tubuh (Afriwardi dalam Putriastuti, 2019).

KESIMPULAN

Hasil penelitian dan pembahasan menunjukkan bahwa faktor genetik dan tingkat stres memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di Puskesmas Menteng. Kebiasaan merokok dan aktivitas fisik tidak menunjukkan hubungan yang signifikan. Hal ini dibuktikan oleh hasil uji Chi-Square menunjukkan adanya hubungan signifikan antara riwayat genetik (P Value = 0,000 atau $P < 0,05$) dan tingkat stres (P Value = 0,000 atau $P < 0,05$) dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di Puskesmas Menteng Kota Palangka Raya, sedangkan untuk kebiasaan merokok (P -Value = 0.600 atau $P > 0,05$) dan kebiasaan olahraga (P -Value = 1.000 atau $P < 0,05$) tidak memiliki hubungan dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di Puskesmas Menteng Kota Palangka Raya.

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 Penguji Sidang Skripsi dan Anggota Tim Penguji; Dosen Pembimbing I dan II; Kepala UPT Puskesmas Menteng Kota Palangka Raya beserta jajarannya, Orang Tua yang selalu memberikan dukungan dan memanjatkan doa terbaik bagi peneliti; teman-teman satu angkatan; dan kepada diri sendiri, Kristina Natalia yang selalu berusaha menjadi versi terbaik dari versi yang kemarin, terima kasih dan hebat.

REFERENSI

Akbar, F. M. R. 2020. Mahasiswi perokok: Studi fenomenologi tentang perempuan perokok di kampus The Smoking Students: Phenomenology study of female smokers in the campus.

- Dewi. 2019. Faktor Usia, Kebiasaan Olahraga Dan Kebiasaan Merokok Sebagai Determinan Kejadian Hipertensi Di Lingkungan Kerja Polres Hulu Sungai Utara. Doctoral Dissertation Uniska, 111(2), pp. 1–9. Available at: <http://eprints.uniska-bjm.ac.id/10308/>
- Erman, I., Damanik, H.D. and Sya'diyah, S. 2021. Hubungan Merokok dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Kampus Palembang. JKM : Jurnal Keperawatan Merdeka, 1(1), pp. 54–61. Available at: <https://doi.org/10.36086/jkm.v1i1.983>.
- Fitria Dhirisma and Idhen Aura Moerdhanti. 2022. Hubungan Antara Tingkat Pendidikan Terhadap Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi Di Posbindu Desa Srigading, Sanden, Bantul, Yogyakarta. Jurnal Kefarmasian Akfarindo, 7(1), pp. 40–44. doi:10.37089/jofar.vi0.116.
- Hidayatunnafi'ah, D. A. 2023. Hubungan Gaya Hidup dan Tingkat Stress dengan Kejadian Hipertensi di Usia Produktif. Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-ilmu Keperawatan, Analis Kesehatan dan Farmasi, 76, p. 66. Available at: http://wisuda.unissula.ac.id/app/webroot/img/library/detail85/IlmuKeperawatan_30901900060_fullpdf
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2022. Hari Hipertensi Sedunia 2022 [Situs web]. Diakses dari <https://upk.kemkes.go.id/new/hari-hipertensi-sedunia-2022>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2022. Mengenal Penyakit Hipertensi [Situs web]. Diakses dari <https://upk.kemkes.go.id/new/mengenal-penyakit-hipertensi>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2022. Profil Kesehatan Indonesia 2022.
- Macassa G, Ahmadi N, Alfredsson J, Barros H, Soares J, Stankunas M. employment status and differences in physical activity behavior during times of economic hardship: results of a population-based study. Int J Med Sci Public Health. 2016;5(1):102.
- Maulidina, F., Harmani, N., Suraya, I., & Masyarakat, K. 2019. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Luhur Bekasi Tahun 2018 Factors Associated with Hypertension in The Working Area Health Center of Jati Luhur Bekasi 2018. Arkesmas, 4, 149-155.

- Muhammad Yunus, I Wayan Chandra Aditya, D. R. E. 2021. Hubungan Usia dan Jenis kelamin dengan kejaadian hipertensi di puskesmas haji pemanggilan kecamatan anak tuha kab lampung tengah. 9(1), pp. 1–13.
- Mulyani, Y., Arifin, Z., & Marwansyah, M. 2022. Korelasi Perilaku Merokok Dengan Derajat Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Wilayah Kerja Dinas Kesehatan Banjarbaru. Jurnal Skala Kesehatan, 5(2).
- Podungge, Y. 2020. Hubungan Umur dan Pendidikan dengan Hipertensi pada Menopause. Gorontalo Journal of Public Health, 3(2), pp. 154–161.
- Putra, M. M. 2019. Hubungan Keadaan Sosial Ekonomi Dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi. Intan Husada Jurnal Ilmu Keperawatan, 7(2), pp. 1–13. doi:10.52236/ih.v7i2.150.
- Putri, J. H., Sukamti, N. and Helen, M. 2024. Hubungan Tingkat Stress Dengan Kejadian Puskesmas Kecamatan Kebon Jeruk. 5, pp. 15–19.
- Ramdani, H. T., Rilla, E. V., & Yuningsih, W. 2019. Hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada penderita hipertensi. Jurnal Keperawatan Aisyiyah, 4(1), 37-45.
- Setiandari E., 2022. Hubungan Pengetahuan, Pekerjaan dan Genetik (riwayat hipertensi dalam keluarga) Terhadap Perilaku Pencegahan Penyakit Hipertensi. Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI), 5(4), pp. 457–462. Available at: <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i4.2386>.
- Sukma, E. P. 2019. Hubungan konsumsi alkohol, kebiasaan merokok, dan tingkat stres dengan kejadian hipertensi usia produktif. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 7(3), pp. 122–128.
- Suparta and Rasmi. 2020. Hubungan Genetik Dan Stres Dengan Kejadian Hipertensi. Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah, 7(2), p. 122.
- Susanti, N., Siregar, P. A. and Falefi, R. 2020. Hypertension's Determinant in Coastal Communities Based on Socio Demographic and Food Consumption. Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKa), 2(1), pp. 43–52. doi:10.36590/jika.v2i1.52.
- Tindangen. 2020. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Guru Sekolah Dasar Di Kecamatan Tombariri Timur. Kesmas, 9(1).
- UPT Puskesmas Menteng. 2024. Data Kunjungan Pasien Hipertensi 2024.
- World Health Organization. 2023. Hypertension [Fact sheet. Diakses dari <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>.