

Hubungan Pengetahuan, Pola Makan, dan Kebiasaan Merokok dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Andoolo Utama

The Relationship Between Knowledge, Eating Patterns and Smoking Habits with the Incidence of Hypertension in the Elderly at the Andoolo Utama Health Center

Kristina, Wa Ode Nova Noviyanti, Sitti Marya Ulva

Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Ilmu Kesehatan Universitas Mandala Waluya

(kristinatina@gmail.com, 082214628928)

Article Info:

- Received:
15 Agustus 2024
- Accepted:
10 April 2025
- Published online:
April 2025

ABSTRAK

Hipertensi masih menjadi masalah kesehatan karena merupakan penyakit *the silent killer*. Data kasus penyakit hipertensi pada lansia di Puskesmas Andoolo Utama pada tahun 2021 sebesar 250 (23%) kasus, tahun 2022 meningkat sebesar 276 (25%) kasus dan tahun 2023 sebesar 315 (29%) kasus. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan pengetahuan, pola makan, dan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Andoolo Utama Kabupaten Konawe Selatan. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan rancangan *cross sectional study*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 729 lasia dengan sampel 88 responden dengan cara *Simple Random Sampling*. Data di analisis dengan analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *Chi Square*. Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan ($X^2_{hitung}= 5,827$; $\varphi= 0,457$), pola makan ($X^2_{hitung}= 9,697$; $\varphi= 0,432$), kebiasaan merokok ($X^2_{hitung}= 6,664$; $\varphi= 0,475$) dengan kejadian hipertensi pada lansia. Disarankan bagi lansia di wilayah kerja Puskesmas Andoolo Utama Kabupaten Konawe Selatan untuk menggunakan media elektronik dan digital untuk meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya pencegahan hipertensi. Bagi petugas kesehatan khususnya di Puskesmas melaksanakan program sosialisasi dan penyuluhan kesehatan pencegahan penyakit hipertensi sebagai upaya peningkatan status derajat kesehatan masyarakat.

Kata Kunci: Pengetahuan, pola makan, kebiasaan merokok, hipertensi, lansia

ABSTRACT

Hypertension as a degenerative disease needs attention. Hypertension data at the Marobo Health Center in 2019 was 432 cases, in 2020 it increased by 453 cases and in 2021 by 468 cases. Tapi-tapi Village is the village with the most people suffering from hypertension with 216 cases. This study aims to determine the factors related to the incidence of hypertension on elderly in Andoolo Utama Health Center. This type of research is analytic with a cross-sectional study design. The population in this study were 713 families. with a sample of 88 respondents by means of Simple Random Sampling. Data were analyzed by univariate and bivariate analysis using Chi Square test. The results of this study showed that there was a significant relationship between knowledge ($X^2_{count}= 6.851$; $\varphi= 0.457$), eating patterns ($X^2_{count}= 9.864$; $\varphi= 0.432$), smoking habits ($X^2_{count}= 7.842$; $\varphi= 0.475$) and the incidence of hypertension on elderly in Andoolo Utama Health Center. It is recommended for coastal communities in Tapi-Tapi village, Marrobo sub-district to seek information about the importance of preventing hypertension through electronic media, digital media and participating in health education.

Keywords: Knowledge, diet, smoking habits, hypertension, elderly

PENDAHULUAN

Lansia merupakan suatu proses alami yang tidak dapat dihindari, berjalan terus-menerus, dan berkesinambungan. Selanjutnya akan menyebabkan perubahan anatomis, fisiologis, dan biokimia pada tubuh, sehingga akan mempengaruhi fungsi dan kemampuan tubuh secara keseluruhan. Hipertensi pada lansia masih menjadi masalah kesehatan karena merupakan penyakit yang tidak terdapat tanda-tanda atau gejala yang akan menyebabkan komplikasi dari penyakit seperti jantung, otak dan ginjal (Fitriyani dkk., 2023).

World Health Organization (WHO, 2022) menunjukkan prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia di antaranya Amerika dengan prevalensi sebesar 18%, Pasifik Barat sebesar 19%, Eropa sebesar 23%, Asia Tenggara sebesar 25%, Mediterania Timur sebesar 26% dan Afrika sebesar 27%. Berdasarkan data tersebut wilayah Afrika memiliki prevalensi hipertensi tertinggi sebesar 27% sedangkan Asia Tenggara berada di posisi ke-3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% terhadap total penduduk (Chen dkk., 2020).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan angka prevalensi hipertensi di Indonesia pada penduduk >18 tahun berdasarkan pengukuran secara nasional sebesar 34,11%. Kalimantan Selatan merupakan provinsi dengan prevalensi hipertensi tertinggi sebesar 44,13%, dan provinsi Papua memiliki prevalensi terendah

yaitu sebesar 22,22%. Sedangkan provinsi Sulawesi Tenggara berada dibawah rata-rata nasional dengan menduduki urutan ke 18 dari 34 provinsi dengan prevalensi hipertensi sebesar 29,75% (Kementrian Kesehatan RI, 2020)

Menurut *Centre For Disease Control*, upaya pencegahan dan manajemen terhadap masalah tekanan darah tinggi merupakan tantangan utama dalam kesehatan masyarakat. Penyakit darah tinggi yang dikenal sebagai hipertensi maupun penyakit yang mendapat perhatian dari semua kalangan masyarakat, mengingat dampak yang ditimbulkan baik jangka pendek maupun jangka panjang sehingga membutuhkan penanggulangan yang menyeluruh dan terpadu. Penyakit hipertensi menimbulkan angka morbiditas (kesakitan) dan mortalitas (kematian) yang tinggi. Penyakit hipertensi merupakan penyakit yang timbul akibat adanya interaksi dan berbagai faktor risiko yang dimiliki seseorang (Ekarini, 2020).

Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara menunjukkan kasus hipertensi setiap tahunnya mengalami peningkatan. Pada tahun 2021 angka kejadian hipertensi sebanyak 38.054 kasus kemudian pada tahun 2022 angka kejadian hipertensi menempati urutan ke dua dari 10 besar penyakit tertinggi tercatat sebanyak 57.160 kasus dan pada tahun 2023 angka kejadian hipertensi tercatat sebanyak 67.058 kasus (Dinkes Profil Sultra, 2023).

Data Dinkes Kabupaten Konawe Selatan berdasarkan data kasus hipertensi tertinggi terjadi pada lansia pada tahun 2021 sebesar

2.932 kasus (51,3%), tahun 2022 sebesar 3.877 kasus (52,0%), tahun 2023 sebesar 5.099 kasus (53,6%). Data juga menunjukkan terjadi peningkatan jumlah lansia di Kabupaten Konawe Selatan. Pada tahun 2021 jumlah lansia sebanyak 7.552 orang, tahun 2022 meningkat sebanyak 9.029 orang dan pada tahun 2023 sebanyak 13.798 (Dinkes Kabupaten Konawe Selatan, 2024).

Berdasarkan data kasus penyakit hipertensi pada Lansia di Puskesmas Andoolo Utama pada tahun 2021 sebesar 250 (23%) kasus, tahun 2022 meningkat sebesar 276 (25%) kasus dan tahun 2023 sebesar 315 (29%) kasus. Berdasarkan data dari Puskesmas Andoolo Utama jumlah Lansia pada tahun 2021 sebanyak 478 orang, tahun 2022 meningkat menjadi 515 orang dan tahun 2023 sebanyak 729 orang (Puskesmas Andoolo Utama, 2023).

Ada beberapa faktor-faktor yang dapat menyebabkan hipertensi, antara lain pengetahuan, pola makan (konsumsi lemak, konsumsi natrium, dan konsumsi kalium) dan gaya hidup (kebiasaan merokok). Pola makan yang tidak benar pada lansia merupakan salah satu faktor resiko yang meningkatkan penyakit hipertensi. Tingkat pengetahuan hipertensi pada lansia seseorang sangat penting dalam mempengaruhi pola hidup sehat. Faktor yang dapat meningkatkan potensi terjadinya hipertensi adalah salah satunya kebiasaan merokok. Merokok merupakan suatu kebiasaan yang merugikan bagi kesehatan (Syahrir & Sabilu, 2021).

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui

Hubungan pengetahuan, pola makan, dan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Andoolo Utama Kabupaten Konawe Selatan.

BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian yang dilakukan merupakan studi kuantitatif dengan rancangan *Cross Sectional Study*. Penelitian ini akan dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Andoolo Utama Kabupaten Konawe Selatan. Populasi dalam penelitian ini adalah adalah 729 Lansia dengan jumlah sampel 88 responden dengan cara *Simple Random Sampling*. Data di analisis dengan analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *Chi Square*. Data disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi disertai dengan narasi.

HASIL

Karakteristik jenis kelamin responden pada tabel 1 menunjukkan bahwa responden terbanyak pada kelompok perempuan sebanyak 47 responden (53,4%) dan terendah pada kelompok laki-laki sebanyak 41 responden (46,6%). Karakteristik umur responden pada tabel 1 menunjukkan bahwa responden terbanyak berada pada kelompok umur 45-50 Tahun sebanyak 28 responden (31,8%) dan terendah pada kelompok umur 61-65 Tahun sebanyak 8 responden (9,1%). Karakteristik pendidikan responden pada tabel 1 menunjukkan bahwa responden terbanyak tingkat pendidikan SD sebanyak 31 responden

(35,2%) dan terendah tingkat pendidikan perguruan tinggi sebanyak 6 responden (6,8%). Karakteristik pekerjaan responden pada tabel 1 menunjukkan bahwa responden terbanyak yaitu tidak bekerja sebanyak 34 responden (38,7%) dan terendah bekerja sebagai pensiunan PNS sebanyak 15 responden (17,0%).

Distribusi responden berdasarkan kejadian hipertensi pada tabel 2 menunjukkan bahwa responden yang menderita hipertensi sebanyak 52 responden (59,1%) dan yang tidak menderita sebanyak 36 responden (40,9%). Distribusi responden berdasarkan pengetahuan pada tabel 2 menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan cukup sebanyak 31 responden (35,2%) dan yang kurang sebanyak 57 responden (64,8%). Distribusi responden berdasarkan pola makan menunjukkan bahwa responden yang memiliki pola makan cukup sebanyak 32 responden (36,4%) dan yang kurang sebanyak 56 responden (63,6%). Distribusi responden berdasarkan kebiasaan merokok pada tabel 2 menunjukkan bahwa responden yang memiliki kebiasaan merokok cukup sebanyak 28 responden (31,8%) dan yang kurang sebanyak 60 responden (68,2%).

Distribusi responden berdasarkan Hubungan pengetahuan dengan kejadian Hipertensi Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Andoolo Utama Kabupaten Konawe Selatan pada tabel 3 menunjukkan bahwa responden dengan pengetahuan cukup sebanyak 31 responden, diantaranya 18 responden (58,1%) yang tidak menderita hipertensi dan 13

responden (41,9%) yang menderita hipertensi. Sedangkan responden yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 57 responden, di antaranya 18 responden (31,6%) yang tidak menderita hipertensi dan 39 responden (64,8%) yang menderita hipertensi. Berdasarkan analisis data dengan menggunakan uji *Chi-Square* diperoleh nilai $X^2_{hitung} > X^2_{tabel}$ ($6,851 > 3,841$), maka H_0 ditolak dan H_a diterima, ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Andoolo Utama Kabupaten Konawe Selatan. Berdasarkan analisis uji keeratan hubungan di peroleh nilai $\phi = 0,457$ angka ini menunjukan hubungan sedang antara pengetahuan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Andoolo Utama Kabupaten Konawe Selatan.

Distribusi responden berdasarkan Hubungan kebiasaan merokok dengan kejadian Hipertensi Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Andoolo Utama Kabupaten Konawe Selatan pada tabel 3 menunjukkan bahwa responden dengan kebiasaan merokok cukup sebanyak 28 responden, diantaranya 11 responden (39,3%) yang menderita hipertensi dan 17 responden (60,7%) yang tidak menderita hipertensi. Sedangkan responden yang memiliki kebiasaan merokok kurang sebanyak 60 responden, di antaranya 41 responden (68,3%) yang menderita hipertensi dan 19 responden (31,7%) yang tidak menderita hipertensi. Berdasarkan analisis data dengan menggunakan uji *Chi-Square* diperoleh nilai

$X^2_{hitung} > X^2_{tabel}$ ($6,664 > 3,841$), maka H_0 ditolak dan H_a diterima, ini menunjukkan bahwa ada hubungan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Andoolo Utama Kabupaten Konawe Selatan. Berdasarkan analisis uji keceratan hubungan diperoleh nilai $\phi = 0,475$ angka ini menunjukkan hubungan sedang antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Andoolo Utama Kabupaten Konawe Selatan.

Distribusi responden berdasarkan Hubungan pola makan dengan kejadian Hipertensi Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Andoolo Utama Kabupaten Konawe Selatan pada tabel 3 menunjukkan bahwa responden dengan pola makan cukup sebanyak 32 responden, diantaranya 20 responden (62,5%) yang tidak menderita hipertensi dan 12 responden (37,5%) yang menderita hipertensi. Sedangkan responden yang memiliki pola makan kurang sebanyak 56 responden, di antaranya 26 responden (28,6%) yang tidak menderita hipertensi dan 40 responden (71,4%) yang menderita hipertensi. Berdasarkan analisis data dengan menggunakan uji Chi-Square di peroleh nilai $X^2_{hitung} > X^2_{tabel}$ ($9,697 > 3,841$), maka H_0 ditolak dan H_a diterima, ini menunjukkan bahwa ada hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Andoolo Utama Kabupaten Konawe Selatan. Berdasarkan analisis uji keceratan hubungan diperoleh nilai $\phi = 0,432$ angka ini menunjukkan hubungan sedang antara pola

makan dengan kejadian hipertensi Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Andoolo Utama Kabupaten Konawe Selatan.

PEMBAHASAN

Pengetahuan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah segala sesuatu yang diketahui responden mengenai penyakit hipertensi. Pengetahuan lansia merupakan salah satu faktor yang dapat menimbulkan dan mengubah tingkat perilaku seseorang untuk dapat hidup sehat (Aprilla, 2022). Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan, sikap, dan tindakan seseorang sangat diharapkan untuk menanamkan pengertian dan kesadaran pada setiap lansia tentang pentingnya mencegah terjadinya hipertensi secara dini.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan cukup sebesar 35,2% dan yang kurang sebesar 64,8%. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa responden dengan pengetahuan cukup terdapat 58,1% yang tidak menderita hipertensi. Hal ini terjadi karena responden telah mengetahui dan memahami tentang penyakit hipertensi, penyebab dan pencegahan hipertensi. Selanjutnya responden dengan pengetahuan cukup terdapat 41,9% yang menderita hipertensi. Hal tersebut karena responden memiliki pengetahuan yang cukup terkait penyakit hipertensi namun memiliki kebiasaan merokok sejak muda dan hipertensi menjadi penyakit keturunan dari orang tua responden. Perilaku paling penting yang dapat

mempengaruhi keadaan kesehatan seseorang adalah pengetahuan tentang cara mencegah hipertensi, karena kuantitas dan kualitas hidup sehat yang akan mempengaruhi kesehatan mereka dan orang tua mereka (Anwar dkk, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian terdapat responden yang memiliki pengetahuan kurang namun tidak menderita hipertensi sebesar 31,6%. Hal ini terjadi karena responden berperilaku sehat dengan pola makan yang teratur, mengkonsumsi makanan asin yang tidak berlebihan dan rajin berolahraga serta tidak berprilaku merokok. Sementara itu responden yang memiliki pengetahuan kurang dan menderita hipertensi sebesar 68,4%. Hal ini terjadi karena responden tidak mengetahui mengenai pencegahan dan penanganan penyakit hipertensi. Selain itu, responden yang berkisar SD dan SMP memiliki tingkat pendidikan yang rendah, yang menyebabkan mereka tidak memahami penyakit. Akibatnya, mereka memiliki pengetahuan yang kurang. Seseorang yang kurang pendidikan biasanya lebih mudah menyerap informasi dibandingkan dengan orang yang berpendidikan tinggi. Menurut Notoatmodjo (2007), perubahan perilaku adalah inti dari kegiatan pendidikan. Oleh karena itu, pendidikan memiliki dampak yang signifikan terhadap bagaimana seseorang berperilaku. Orang yang berpendidikan tinggi tidak akan berperilaku sama dengan orang yang kurang berpendidikan.

Pengetahuan tentang hipertensi pada lansia sangat penting untuk mengubah cara

mereka menjalani gaya hidup sehat. Risiko terkena hipertensi dapat dikurangi dengan menerapkan gaya hidup sehat. Salah satu cara untuk mengurangi, menghindari, atau mencegah angka kesakitan dan kematian akibat hipertensi adalah dengan mempelajari hipertensi, terutama faktor risiko yang dapat menyebabkannya (Kumoro & Kumala, 2022). Sementara itu menurut Notoatmodjo (2007), media massa, media elektronik, buku petunjuk, petugas kesehatan, kerabat, dan lainnya adalah beberapa sumber umum tentang kondisi kesehatan seseorang. Pengetahuan ini dapat menyebabkan seseorang berperilaku sesuai dengan keyakinan mereka. Tingkat pengetahuan ini yang membentuk persepsi seseorang tentang sesuatu. Tidak seperti tindakan atau aktivitas, sikap mempengaruhi perilaku. Sikap seseorang akan mempengaruhi perilaku kesehatan, dan sikap positif seseorang akan menghasilkan perilaku kesehatan yang positif juga (Notoadmodjo, 2007).

Berdasarkan analisis data ditemukan hubungan sedang antara pengetahuan dengan kejadian hipertensi Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Andoolo Utama Kabupaten Konawe Selatan. Sejalan dengan penelitian Salwa & Supratman (2023) di desa mMkamhaji diperoleh bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dalam mengendalikan tekanan darah dengan hasil uji korelasi *spearman rank* untuk pengetahuan mencapai nilai p 0,003. Sejalannya hubungan penelitian ini dengan penelitian tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan tentang penyakit hipertensi

merupakan hal yang penting karena merupakan perilaku lansia agar melakukan pencegahan terhadap kejadian penyakit hipertensi.

Pola makan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah gambaran tentang pola makan yang dilakukan oleh responden dalam mencegah hipertensi. Menurut Wulandari (2020), Jenis, jumlah, dan komposisi bahan makanan yang dikonsumsi setiap hari oleh seseorang disebut pola makan, yang merupakan karakteristik dari kelompok usia tertentu.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang memiliki pola makan cukup sebesar 36,4% dan responden yang memiliki pola makan kurang sebesar 63,6%. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa responden dengan pola makan cukup terdapat 62,5% responden yang tidak menderita hipertensi. Hal ini karena responden memiliki pola makan baik dengan tidak memakan makanan yang berlemak, tidak memakan daging secara berlebihan dan memakan sayur dan buah. Selanjutnya responden dengan pola makan cukup terdapat 37,5% yang menderita hipertensi. Hal ini terjadi karena responden memiliki kebiasaan memakan makanan gorengan dan makanan siap saji dan tidak melakukan aktivitas fisik yang membuat badan menjadi obesitas. Menurut Zubir (2020) menjelaskan bahwa hipertensi menjadi masalah global karena prevalensi yang terus meningkat sejalan dengan perubahan gaya hidup seperti merokok, obesitas (pola makan) dan aktivitas fisik.

Hasil penelitian juga menunjukkan responden dengan pola makan kurang terdapat 28,6% yang tidak menderita hipertensi. Hal ini karena responden mampu menjaga aktivitas fisik setiap harinya dengan rutin berolahraga setiap sorenya. Selanjutnya responden dengan pola makan kurang terdapat 71,4% yang menderita hipertensi. Hal ini disebabkan karena kurangnya pemahaman responden tentang dampak negatif dari pola makan yang berisiko. Selain itu responden juga sering mengkonsumsi makanan-makanan yang pengolahannya digoreng dan disantan seperti mengkonsumsi ikan laut atau tawar yang pengolahannya disantan dan digoreng serta mengkonsumsi makanan yang mengandung kolestrol yaitu kerang laut. Menurut Afriyanti, (2020) kondisi perilaku memakan makanan berisiko sangatlah menentukan peningkatan proporsi penderita hipertensi. Beberapa perilaku makan makanan yang berisiko adalah sering makan makanan asin, sering makan makanan manis dan sering makan makanan berlemak.

Pola makan merupakan hal yang sangat penting. Jika pola makan tidak diatur dengan baik maka akan berpengaruh pada kesehatan manusia. Pola makan lama lansia yang cukup baik, yakni tinggi konsumsi serat dan karbohidrat kini bergeser ke arah pola makan yang tinggi protein dan lemak. Makanan berlemak dapat meningkatkan risiko Hipertensi. Jenis lemak yang berbahaya terhadap peningkatan tekanan darah adalah jenis lemak jenuh yang terdapat pada bahan

pangan hewani. Tekanan darah juga dipengaruhi oleh jumlah dan tipe serat dari makanan yang dikonsumsi. Tekanan darah akan menurun jika kita banyak mengonsumsi makanan berserat (Cholifah & Sokhiatun, 2022)

Berdasarkan analisis data ditemukan menunjukkan hubungan sedang antara pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Andoolo Utama Kabupaten Konawe Selatan. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Bahtiar dan Aryanti (2022) yang menyebutkan hasil uji *Chi square* mengetahui hubungan pola makan dan gaya hidup dengan angka kejadian hipertensi. Hasil analisis variabel pola makan diperoleh terdapat hubungan antara pola makan ($p=0,000<0,05$).

Kebiasaan merokok yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kebiasaan merokok dengan jumlah tertentu, lama merokok, cara merokok dan jenis rokok yang dihisap. Adanya dampak lama merokok dengan kejadian hipertensi sangat beralasan, sebab semakin awal seseorang merokok, makin sulit untuk berhenti merokok. Rokok juga punya *dose-respons effect*, dimana semakin muda usia merokok, akan semakin besar pengaruhnya terhadap kejadian hipertensi (Supriadi dkk, 2023).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang memiliki kebiasaan merokok cukup sebesar 31,8% dan responden yang memiliki kebiasaan merokok kurang sebesar 68,2%. Penelitian Malaibel, (2020) melaporkan bahwa tekanan darah kelompok orang perokok

lebih tinggi dibandingkan kelompok bukan perokok.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan kebiasaan merokok cukup, terdapat 60,7% responden yang tidak menderita hipertensi. Hal ini disebabkan karena pengetahuan dan perilaku responden yang tidak merokok membuat responden terhidar dari penyakit hipertensi. Menurut Erman dan Damanik, (2021) risiko terkena hipertensi sangat dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap terhadap pencegahan hipertensi. Pengetahuan tentang hipertensi terdiri dari pemahaman tentang kejadian hipertensi yang terjadi melalui penginderaan manusia. Sementara itu, perilaku hipertensi adalah persepsi atau keyakinan seseorang terhadap kejadian hipertensi dengan perasaan tertentu yang mendorong mereka untuk bertindak atau mencegah penyakit tersebut.

Selanjutnya hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan kebiasaan merokok cukup terdapat 39,3% yang menderita hipertensi. Hal ini terjadi karena responden memiliki pola makan yang tidak baik karena kesibukan bekerja dan didukung riwayat keluarga yang terkena hipertensi. Kondisi perilaku pola makan yang berisiko sangatlah menentukan peningkatan proporsi penderita hipertensi. Sementara itu Riwayat keluarga yang menderita hipertensi juga mempertinggi risiko terkena hipertensi. Hipertensi cenderung merupakan penyakit keturunan, jika seorang dari orang tua kita juga mempunyai hipertensi. (Warjiman dkk, 2020).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan kebiasaan merokok kurang terdapat 31,7% yang tidak menderita hipertensi. Hal ini karena responden tidak memiliki kebiasaan merokok karena pola hidup sehat yang dilakukan dalam keluarga. Menurut Meutia (2022) adanya dampak lama merokok dengan kejadian hipertensi sangat beralasan, sebab semakin awal seseorang merokok, makin sulit untuk berhenti merokok. Rokok juga punya *dose-respons effect*, dimana semakin muda usia merokok, akan semakin besar pengaruhnya karena toksin yang lebih banyak pada paru-paru.

Sementara itu hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan kebiasaan merokok kurang terdapat 68,3% yang menderita hipertensi. Hal ini tentu saja karena kebiasaan merokok yang dilakukan responden. Rokok menyebabkan kenaikan tekanan darah dalam 2-10 menit setelah diisap, karena merangsang saraf untuk mengeluarkan hormon yang bisa menyebabkan pengerutan pembuluh darah sehingga tekanan darah menjadi naik. Namun kenaikan tekanan darah ini hanya berlangsung selama kita merokok, bila kita berhenti merokok maka tekanan darah akan berangsur-angsur turun. Pada orang yang merokok secara terus menerus, kemungkinan terjadinya serangan jantung enam kali dibandingkan mereka yang tidak merokok (Rosita, 2021).

Menurut Rahmatika (2021), adapun kandungan pada rokok yang dapat mengakibatkan hipertensi antara lain; Nikotin,

Tar dan Karbon monoksida. Nikotin yang masuk kedalam tubuh akan mengakibatkan pelepasan adrenalin yang akan menyebabkan pembuluh darah mengalami vasokonstriksi sehingga tekanan darah akan mengalami peningkatan. Tar yang terdapat dalam rokok mempengaruhi tekanan darah dengan meningkatkan pompa aktivitas pompa jantung, sedangkan karbon monoksida (CO) akan mengikat hemoglobin dan mengentalkan darah sehingga butuh tekanan tinggi untuk mencukupi kebutuhan metabolisme tubuh (Amir dkk, 2021). Seseorang yang menjadi perokok aktif dalam waktu yang lama, memiliki resiko tinggi terhadap kejadian hipertensi. Hal ini terjadi akibat dari gas CO atau carbon monoksida yang dihasilkan dari asap rokok yang terhirup yang akan mengakibatkan pembuluh darah mengalami kondisi kurang elastis, sehingga tekanan darah meningkat dan kondisi tersebut diperparah dengan adanya efek nikotin yang membuat pembuluh darah mengalami vasokonstriksi yang akan membuat kerja jantung semakin berat dan tekanan darah meningkat.

Berdasarkan analisis data ditemukan hubungan sedang antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Andoolo Utama Kabupaten Konawe Selatan. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Amir, dkk. (2021) menyebutkan bahwa ada hubungan antara kebiasaan merokok dengan pasien usia produktif terhadap kejadian hipertensi lansia desa Dumoga IV Kecamatan Dumoga Timur

Kabupaten Bolaang Mongondow dengan hasil *p value* sebesar 0.028 atau lebih kecil dari $\alpha = 0,05$.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian dan pembahasan yang telah di ajukan dalam penelitian ini maka dapat disimpulkan ada hubungan sedang antara pengetahuan, pola makan dan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Andoolo Utama Kabupaten Konawe Selatan.

Diharapkan bagi lansia di wilayah Kerja Puskesmas Andoolo Utama Kabupaten Konawe Selatan untuk menggunakan media elektronik dan digital untuk meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya pencegahan hipertensi. Bagi petugas kesehatan khususnya di Puskesmas melaksanakan program sosialisasi dan penyuluhan kesehatan pencegahan penyakit hipertensi sebagai upaya peningkatan status derajat kesehatan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriyanti, V., 2020. Hubungan Perilaku Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia (Doctoral dissertation, Stikes Insan Cendeia Medika Jombang).
- Anwar, S., Musnadi, J., Marniati, M., Khairunnas, K. and Murdani, I., 2023. Upaya Peningkatan Pengetahuan Lansia Tentang Hipertensi Di Desa Alue Keumang Kecamatan Pante Cermin Kabupaten Aceh Barat. *Semanggi: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(01), pp.55-62.
- Aprilla, N., 2022. Hubungan Pengetahuan Lansia Tentang Hipertensi Dengan Upaya Pengendalian Pola Makan Diposyandu Lansia Langgini Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang Kota Tahun 2022. *Jurnal Doppler*, 6(1), pp.77-80.
- Bahtiar, H. and Aryanti, M., 2022. Hubungan Pola Makan dan Dukungan Keluarga terhadap Derajat Hipertensi pada Lansia di Lingkungan Pondok Perasi Kecamatan Ampenan. *PrimA: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 8(1).
- Chen, C., Wang, F., Chen, P., Jiang, J., Cui, G., Zhou, N., Moroni, F., Moslehi, J. J., Ammirati, E., & Wang, D. W. (2020). Mortality and pre-hospitalization use of renin-angiotensin system inhibitors in hypertensive COVID-19 patients. *Journal of the American Heart Association*, 9(21), e017736.
- Cholifah, N. and Sokhiatun, S., 2022. Pengaruh Diet Tinggi Serat terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 13(2), pp.412-420.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara. 2021. Profil Kesehatan Sulawesi Tenggara 2020. Kendari
- Dinas Kesehatan Kabupaten Konawe Selatan. 2021. Profil Kesehatan Kabupaten Konawe Selatan 2020. Andoolo.
- Ekarini, N. L. P., Wahyuni, J. D., & Sulistyowati, D. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Usia Dewasa. *Jkep*, 5(1), 61-73.
- Erman, I. and Damanik, H.D., 2021. Hubungan merokok dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Kampus Palembang. *JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(1), pp.54-61.
- Fitriyani, Y., Sugiarto, S., & Wuni, C. (2020). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Esensial Di Desa Kemingking Dalam Kabupaten Muaro Jambi. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 6(1), 449-458.

- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. Infodatin Hipertensi 2019. Pusat Data dan Informasi. 2019; 1-7.
- Kumoro, B. and Kumala, M., 2022. Gambaran Tingkat Pengetahuan Lansia Tentang Diet Hipertensi di Panti Werdha Wisma Mulia dan Panti Werda Hana. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 4(4), pp.4646-4651.
- Malaibel, Y.A.A., 2020. Pengaruh pemberian hidroterapi (rendam kaki air hangat) terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana Kota Kupang. *CHMK Health Journal*, 4(1), pp.124-131. Puskesmas Andoolo Utama. (2024). *Data Puskesmas Andoolo Utama tahun 2023*. Andoolo.
- Supriadi, D., Kusumawaty, J., Nurapandi, A., Putri, R.Y. and Sundewi, A., 2023. Hubungan Kebiasaan Merokok Dengan Intensitas Hipertensi Pada Lansia Laki-Laki Di Kelurahan Ciamis. *HealthCare Nursing Journal*, 5(1), pp.644-649.
- Syahrir, M., & Sabilu, Y. (2021). Hubungan Pemanfaatan Sarana Pelayanan dengan Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Pesisir Kecamatan Kolono Timur. *Nursing Care and Health Technology Journal (NCHAT)*, 1(2), 64-71.
- Warjiman, W., Unja, E.E., Gabrilinda, Y. and Hapsari, F.D., 2020. Skrining dan Edukasi Penderita Hipertensi. *Jurnal Suaka Insan Mengabdi (JSIM)*, 2(1), pp.15-26.
- WHO. (2022). *World Health Statistic Report 2020*. WHO.
- Wulandari, I.S.M., 2020. Hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada anggota prolans Di wilayah kerja Puskesmas Parongpong. *Chmk nursing scientific journal*, 4(2), pp.228-236.

Lampiran:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden pada Lansia di Puskesmas Andoolo Utama Kabupaten Konawe Selatan

Karakteristik Responden	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	41	46,6
Perempuan	47	53,4
Umur		
45-50 Tahun	28	31,8
51-55 Tahun	13	14,8
56-60 Tahun	30	34,1
61-65 Tahun	8	9,1
66-70 Tahun	9	10,2
Pendidikan		
Tidak Tamat SD	7	8,0
SD	31	35,2
SMP	29	33,0
SMA	15	17,0
PT	6	6,8
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	34	38,7
Petani	22	25,0
Pedagang	17	19,3
Pensiunan PNS	15	17,0
Total	88	100,0

Sumber: Data Primer, 2024

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kejadian Hipertensi, Pengetahuan, Pola Makan, dan Merokok pada Lansia di Puskesmas Andoolo Utama Kabupaten Konawe Selatan

Variabel	n	%
Kejadian Hipertensi		
Hipertensi	52	59,1
Tidak Hipertensi	36	40,9
Pengetahuan		
Kurang	57	64,8
Cukup	31	35,2
Pola Makan		
Kurang	56	63,6
Cukup	32	36,4
Kebiasaan merokok		
Kurang	60	68,2
Cukup	28	31,8
Total	88	100,0

Sumber: Data Primer, 2024

Tabel 3. Analisis Hubungan Pengetahuan, Pola Makan, dan Merokok dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Andoolo Utama Kabupaten Konawe Selatan

Karakteristik	Kejadian Hipertensi				Total		Hasil Uji <i>Chi-Square</i>
	Tidak Menderita		Menderita		n	%	
	N	%	n	%			
Pengetahuan							
Kurang	39	64,8	18	31,6	57	100,0	X ² hitung = 5,827 X ² tabel = 3,841 φ = 0,457
Cukup	13	41,9	18	58,1	31	100,0	
Total	52	59,1	36	40,9	88	100,0	
Pola Makan							
Cukup	12	37,5	20	62,5	32	100,0	X ² hitung = 9,697 X ² tabel = 3,841 φ = 0,432
Kurang	40	71,4	16	28,6	56	100,0	
Total	52	59,1	36	40,9	88	100,0	
Kebiasaan merokok							
Cukup	11	39,3	17	60,7	28	100,0	X ² hitung = 6,664 X ² tabel = 3,841 φ = 0,475
Kurang	41	68,3	19	31,7	60	100,0	
Total	52	59,1	36	40,9	88	100,0	

Sumber: Data Primer, 2024