

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANJUT USIA (60-74 TAHUN)

Kristiana Ledoh^{1*}, Deviarbi S. Tira², Soleman Landi³, Sigit Purnawan⁴

¹²³⁴Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Nusa Cendana

ranaledoh@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana meningkatnya darah sistolik berada diatas batas normal yaitu ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Hipertensi masih menjadi suatu masalah kesehatan di Nusa Tenggara Timur dengan angka kasus yang masih tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Batake Kabupaten Kupang Tahun 2022. Jenis penelitian dalam penelitian ini ialah survei analitik, dengan rancangan penelitian *case control*. Jumlah sampel 144 orang yang dibagi menjadi 72 kelompok kasus dan 72 kelompok kontrol. Teknik analisis data menggunakan uji statistik *Chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara aktivitas fisik (p -value = 0,000, OR = 3,968), merokok (p -value = 0,007, OR = 2,686), konsumsi alkohol (p -value = 0,019, OR = 2,563), dan konsumsi kopi (p -value = 0,040, OR = 2,173) dengan kejadian hipertensi pada lanjut usia (60-74 tahun) di wilayah kerja Puskesmas Batakte Kabupaten Kupang tahun 2022. Kesimpulan, ada hubungan antara aktivitas fisik, merokok, konsumsi alkohol, dan konsumsi kopi dengan kejadian hipertensi pada lanjut usia (60-74 tahun) di wilayah kerja Puskesmas Batakte Kabupaten Kupang tahun 2022.

Kata kunci: Hipertensi, Lansia

ABSTRACT

Hypertension is a condition where the increase in systolic blood pressure is above the normal limit, namely ≥ 140 mmHg and diastolic blood pressure ≥ 90 mmHg. Hypertension is still a health problem in East Nusa Tenggara with a still high number of cases. This study aims to determine the factors associated with the incidence of hypertension in the work area of the Batake Health Center, Kupang Regency in 2022. The type of research in this analytical survey, with a case control research design. The total sample was 144 people who were divided into 72 case groups and 72 control groups. The data analysis technique uses the Chi-square statistical test. The results showed that there was a relationship between physical activity (p -value = 0.000, OR = 3.968), smoking (p -value = 0.007, OR = 2.686), alcohol consumption (p -value = 0.019, OR = 2.563), and coffee consumption (p -value = 0.040, OR = 2.173) with the incidence of hypertension in the elderly (60-74 years) in the work area of the Batakte Community Health Center, Kupang Regency in 2022. Conclusion, there is a relationship between physical activity, smoking, alcohol consumption and coffee consumption and the incidence of hypertension in elderly (60-74 years) in the working area of the Batakte Community Health Center, Kupang Regency in 2022.

Key word: Hypertension, Elderly

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana meningkatnya darah sistolik berada diatas batas normal yaitu ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Kondisi tersebut menyebabkan pembuluh darah terus mengalami peningkatan, tekanan darah normal sendiri berada pada nilai 120 mmHg sistolik yaitu pada saat jantung berdetak dan 80 mmHg diastolik yaitu pada saat jantung berelaksasi. World Health Organization (WHO) membagi golongan kategori lansia menjadi empat batasan umur yaitu usia middle age atau usia pertengahan dengan rentang usia 45-59 tahun, elderly atau usia lanjut rentang

usia 60-74 tahun dan old atau usia lanjut tua antara 75-90 tahun, serta very old lansia sangat tua yaitu di atas 90 tahun.

Dampak dari hipertensi yang tidak ditangani dengan baik akan menimbulkan berbagai komplikasi. Jika mengenai jantung dapat terjadi gagal jantung dan jantung koroner, pada otak terjadi stroke, bila mengenai ginjal terjadi gagal ginjal kronis, dan bila mengenai mata akan terjadi gangguan penglihatan. Berbagai komplikasi yang mungkin timbul merupakan penyakit yang sangat serius dan berdampak terhadap psikologis penderita karena kualitas hidupnya rendah terutama pada kasus stroke, gagal ginjal, dan gagal jantung (Anshari, 2020).

Berdasarkan data WHO tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi dimana dua per tiga orang di dunia terdiagnosa hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 sebanyak 1,5 miliar orang akan menderita hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Kartika et al., 2021). Provinsi Nusa Tenggara Timur, prevalensi hipertensi pada penduduk umur 18 tahun keatas sebesar 27,72% (Kemenkes, 2018).

Kabupaten Kupang tahun 2017 merupakan salah satu Kabupaten dengan prevalensi hipertensi tertinggi di Provinsi Nusa Tenggara Timur yaitu sebesar 1.582 kasus (Sakinah et al., 2020). Kabupaten Kupang terdiri dari 27 Puskesmas dan berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Kupang tahun 2022, prevalensi hipertensi pada usia lanjut dengan angka tertinggi berada di Puskesmas Batakte, Kabupaten Kupang sebesar 388 kasus yaitu pada perempuan berjumlah 145 kasus dan laki-laki berjumlah 243 kasus. Studi pendahuluan menemukan bahwa jumlah kunjungan lansia pada kelompok usia 60-74 tahun di Puskesmas Batakte, Kabupaten Kupang 2022 tergolong tinggi yaitu sebesar 4.585 kunjungan.

Faktor risiko yang dapat mempengaruhi terjadinya penyakit hipertensi pada seseorang dibagi menjadi dua yaitu faktor risiko yang tidak dapat diubah dan faktor risiko yang dapat diubah. Faktor risiko yang tidak dapat diubah seperti umur, jenis kelamin dan genetik. Faktor risiko yang dapat diubah adalah merokok, konsumsi garam berlebih, obesitas, kurang aktivitas fisik, konsumsi alkohol berlebih, konsumsi kopi dan stres. Terjadinya penyakit hipertensi perlu adanya dari interaksi berbagai faktor risiko secara bersama-sama (Kemenkes, 2019).

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Tanggela (2022) pada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Pasir Panjang, Kota Kupang dan dengan analisis yang digunakan adalah uji statistik *Chi-square* dan dasar pengambilan keputusan menggunakan derajat kepercayaan 95% dengan $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara merokok dengan kejadian hipertensi, dengan nilai $p\text{-value} = 0,047 < 0,05$ dan ada hubungan antara perilaku aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi, dengan nilai $p\text{-value} = 0,026 < 0,05$ (Tanggela, 2022).

Banyak ditemukan perilaku masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Batakte, Kabupaten Kupang yang masih tidak mematuhi anjuran dan larangan dari petugas kesehatan serta menerapkan pola hidup yang tidak sehat seperti perilaku merokok dan mengkonsumsi kopi pada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Batakte yang sudah menjadi suatu kebiasaan dalam kesehariannya. Semakin canggih atau berkembang pesatnya teknologi pada saat ini menunjukkan bahwa aktivitas fisik masyarakat pun semakin berkurang, hal ini mengindikasikan bahwa rendahnya aktivitas fisik dengan semakin canggihnya teknologi di wilayah Batakte ini memungkinkan terjadinya hipertensi. Masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Batakte menganggap konsumsi kopi dan tuak sebagai minuman tradisional yang mengandung alkohol dan juga menganggapnya sebagai rutinitas pada setiap acara-acara atau hajatan seperti rapat-rapat

keluarga, acara masuk minta dan berbagai acara lainnya. Oleh karena itu, peneliti ingin mengkaji lebih lanjut terkait faktor konsumsi kopi, merokok, aktivitas fisik, dan konsumsi alkohol dengan melakukan penelitian di wilayah kerja Puskesmas Batakte.

Berdasarkan uraian diatas dan dilihat berdasarkan data dari Dinkes Kabupaten Kupang tahun 2022 bahwa hipertensi menjadi masalah kesehatan yang paling tinggi di Puskesmas Batakte dan yang paling banyak diderita oleh lansia dan lansia merupakan kelompok yang rentan terhadap penyakit, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia (60-74 tahun) di wilayah kerja Puskesmas Batakte, Kabupaten Kupang Tahun 2022.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian survey analitik dengan rancangan *case control*. Lokasi penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Batakte Kabupaten Kupang. Waktu pelaksanaan penelitian dilakukan pada bulan Juli hingga Agustus 2023.

Populasi dalam penelitian ini yaitu populasi kasus dan populasi kontrol. Populasi kasus yaitu seluruh lansia yang berusia 60-74 tahun yang memeriksakan diri di wilayah kerja Puskesmas Batakte, Kabupaten Kupang tahun 2022 yang terdiagnosa menderita hipertensi berjumlah 388 orang sedangkan populasi kontrol dalam penelitian ini adalah seluruh penduduk lansia yang berusia 60-74 tahun yang memeriksakan diri di wilayah kerja Puskesmas Batakte, Kabupaten Kupang tahun 2022 yang tidak terdiagnosa hipertensi sebanyak 3.825 orang. Besar sampel yang diperoleh menggunakan rumus Lemeshow sehingga didapatkan 144 sampel dengan perbandingan 1:1.

Teknik pengambilan sampel untuk kelompok kasus dipilih menggunakan Teknik *simple random sampling* dimana setiap subjek memperoleh kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai sampel (Notoatmodjo, 2010). Pengambilan sampel untuk kelompok kontrol dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan teknik *Purposive Sampling*, adapun prosedur dalam penentuan sampel kelompok kontrol dengan menggunakan metode *Matching*. Matching yang dilakukan yaitu pada variabel umur dan jenis kelamin dengan lokasi tempat tinggal paling dekat.

Penelitian ini menggunakan uji statistik, yaitu uji *Chi-square*, dengan taraf signifikansi *p value* ($\alpha = 0,05$) dan dengan derajat kepercayaan 95%.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1) Karakteristik Responden

Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dan umur di wilayah kerja Puskesmas Batakte Kabupaten Kupang tahun 2022 dapat dilihat pada tabel di bawah ini

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Wilayah Kerja Puskesmas Batakte Kabupaten Kupang Tahun 2022

Jenis Kelamin	Jumlah (n)	Persentase (%)
Laki-laki	77	53,5
Perempuan	67	46,5
Total	144	100

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa responden yang berjenis kelamin laki-laki lebih banyak yaitu sebesar 77 orang (53,5%) dibandingkan dengan jumlah responden perempuan yaitu sebesar 67 orang (4,5%).

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur di Wilayah Kerja Puskesmas Batakte Kabupaten Kupang Tahun 2022

Umur	Jumlah (n)	Persentase (%)
60 – 64	75	52,1
65 – 69	41	28,5
70 – 74	28	19,4
Total	144	100

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa responden yang memiliki umur paling banyak yaitu pada kelompok umur 60-64 tahun dengan jumlah responden sebanyak 75 orang (52,1%) dan yang paling sedikit pada kelompok umur 70-74 tahun dengan jumlah responden sebanyak 28 orang (19,4%).

2) Analisis Bivariat

Tabel 3
Hubungan antara Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi

Aktivitas Fisik	Hipertensi						<i>p</i> Value	OR 95% CI
	Kasus		Kontrol		Total			
	n	%	n	%	N	%		
Ringan	54	75,0	31	43,1	85	59,0	0,000	3,968 (1,953-8,059)
Berat	18	25,0	41	56,9	59	41,0		
Jumlah	72	100	72	100	144	100		

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 72 lansia (60-74 tahun) pada kelompok kasus yang menderita hipertensi sebanyak 54 responden (75,0%) yang memiliki perilaku aktivitas fisik ringan dan terdapat 18 responden (25,0%) yang memiliki perilaku aktivitas fisik berat, sedangkan pada kelompok kontrol yang tidak menderita hipertensi sebanyak 41 responden (56,9%) yang memiliki perilaku aktivitas fisik berat dan terdapat 31 responden (43,1%) yang memiliki perilaku aktivitas ringan. Hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang artinya ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada lansia (60-74 tahun) di wilayah kerja Puskesmas Batakte Kabupaten Kupang tahun 2022.

Tabel 4
Hubungan antara Merokok dengan Kejadian Hipertensi

Merokok	Hipertensi						<i>p</i> Value	OR 95% CI
	Kasus		Kontrol		Total			
	n	%	n	%	N	%		

Berisiko	39	54,2	22	30,6	61	42,4		2,686
Tidak Berisiko	33	45,8	50	69,4	83	57,6	0,007	(1,357-5,317)
Jumlah	72	100	72	100	144	100		

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa dari 72 lansia (60-74 tahun) pada kelompok kasus yang menderita hipertensi sebanyak 39 responden (54,2%) yang memiliki perilaku berisiko dan terdapat 33 responden (45,8%) yang tidak memiliki perilaku berisiko, sedangkan pada kelompok kontrol yang tidak menderita hipertensi sebanyak 50 responden (69,4%) yang tidak memiliki perilaku berisiko dan terdapat 22 responden (30,6%) yang memiliki perilaku berisiko. Hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,007 ($p < 0,05$) yang artinya ada hubungan antara merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia (60-74 tahun) di wilayah kerja Puskesmas Batakte Kabupaten Kupang tahun 2022.

Tabel 5
Hubungan antara Konsumsi Alkohol dengan Kejadian Hipertensi

Konsumsi Alkohol	Hipertensi				Total	<i>p Value</i>	OR 95% CI
	Kasus		Kontrol				
	n	%	n	%	N	%	
Berisiko	29	40,3	15	20,8	44	30,6	2,563
Tidak Berisiko	43	59,7	57	79,2	100	69,4	(1,225-5,363)
Jumlah	72	100	72	100	144	100	

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa dari 72 lansia (60-74 tahun) pada kelompok kasus yang menderita hipertensi sebanyak 43 responden (59,7%) yang tidak memiliki perilaku berisiko dan terdapat 29 responden (40,3%) yang memiliki perilaku berisiko, sedangkan dari 72 lansia (60-74 tahun) pada kelompok kontrol yang tidak menderita hipertensi sebanyak 57 responden (79,2%) yang tidak memiliki perilaku berisiko dan terdapat 15 responden (20,8%) yang memiliki perilaku berisiko. Hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,019 ($p < 0,05$) yang artinya ada hubungan antara konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi pada lansia (60-74 tahun) di wilayah kerja Puskesmas Batakte Kabupaten Kupang tahun 2022.

Tabel 6
Hubungan antara Konsumsi Kopi dengan Kejadian Hipertensi

Konsumsi Kopi	Hipertensi				Total	<i>p Value</i>	OR 95% CI
	Kasus		Kontrol				
	n	%	n	%	N	%	
Berisiko	51	70,8	38	52,8	89	61,8	2,173
Tidak Berisiko	21	29,2	34	47,2	55	38,2	(1,093-4,320)
Jumlah	72	100	72	100	144	100	

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa dari 72 lansia (60-74 tahun) pada kelompok kasus yang menderita hipertensi sebanyak 51 responden (70,8%) yang memiliki perilaku berisiko dan terdapat 21 responden (29,2%) yang tidak memiliki perilaku berisiko, sedangkan dari 72 lansia (60-74 tahun) pada kelompok kontrol yang tidak menderita hipertensi sebanyak 38 responden (52,8%) yang memiliki perilaku berisiko dan terdapat 34 responden (47,2%) yang tidak memiliki perilaku berisiko. Hasil uji *chi-square* diperoleh nilai *p value* sebesar 0,040 ($p < 0,05$) yang artinya ada hubungan antara konsumsi kopi dengan kejadian hipertensi pada lansia (60-74 tahun) di wilayah kerja Puskesmas Batakte Kabupaten Kupang tahun 2022.

B. Pembahasan

1) Hubungan antara Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada lansia (60-74 tahun) di wilayah kerja Puskesmas Batakte Kabupaten Kupang tahun 2022. Hal ini sejalan dengan penelitian Iswahyuni (2017) di Desa Jetiskarangpung yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada lansia dimana nilai *p value* = 0,002 ($< 0,05$) studi ini menyatakan semakin aktif aktivitas fisik semakin normal tekanan darah, dan semakin tidak aktif aktivitas fisiknya semakin tinggi tekanan darah (Iswahyuni, 2017). Hasil penelitian Aulia (2023) di wilayah kerja Puskesmas Bulango Timor Kabupaten Bone Bolango juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada lansia dengan nilai *p value* = 0,012 ($< 0,05$) (Aulia, 2023).

Hasil analisis menunjukkan bahwa meski ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi akan tetapi responden yang memiliki aktivitas berat juga mengalami kejadian hipertensi yaitu sebanyak 18 orang (25,0%). Hal ini dikarenakan bahwa hipertensi atau tekanan darah tinggi dapat terjadi pada seseorang yang beraktivitas fisik berat karena aktivitas yang berlebihan dapat meningkatkan tekanan darah. Aktivitas fisik yang berlebihan dapat menyebabkan peningkatan denyut jantung dan volume darah yang dipompa oleh jantung, sehingga meningkatkan tekanan darah (Harahap, 2017).

Berdasarkan hasil wawancara di lapangan dengan responden menggunakan kuesioner PAL (*Physical Activity Level*) ditemukan bahwa dari 144 responden di wilayah kerja Puskesmas Batakte paling banyak responden yang melakukan aktivitas fisik ringan dikarenakan semakin canggih atau berkembang pesatnya teknologi pada saat ini menunjukkan bahwa aktivitas fisik masyarakat pun semakin berkurang dan masyarakat pun menjadi malas, kurang produktif sehingga menyebabkan tubuh kurang bergerak serta kurangnya kesadaran masyarakat akan pentingnya melakukan aktivitas fisik yang dapat mengurangi dampak dari kejadian hipertensi, komplikasi hipertensi dan juga mengurangi peningkatan tekanan darah. Kurangnya aktivitas fisik juga berhubungan dengan usia dimana semakin bertambah umur kemampuan untuk melakukan aktivitas fisik menurun. Hasil wawancara terhadap responden dari 10 pertanyaan kuesioner aktivitas fisik menyatakan bahwa paling banyak responden memiliki kebiasaan duduk yang menyita banyak waktu responden, sehingga menyebabkan responden kurang melakukan aktivitas fisik yang dapat berisiko untuk mengalami kejadian hipertensi. Diharapkan agar responden harus sering melakukan aktivitas fisik yang teratur dan seimbang agar dapat memperlancar peredaran darah dalam tubuh sehingga mengurangi risiko terjadinya hipertensi.

2) Hubungan antara Merokok dengan Kejadian Hipertensi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia (60-74 tahun) di wilayah kerja Puskesmas Batakte kabupaten kupang tahun 2022. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Erman (2021) yang menunjukkan bahwa ada hubungan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Kampus Palembang dengan nilai p value = 0,005 (Erman, 2021). Hasil penelitian Siregar (2020) di wilayah kerja Puskesmas Ulumahuam Kabupaten Labuhanbatu Selatan juga menunjukkan bahwa adanya hubungan antara perilaku merokok dengan hipertensi dengan nilai signifikan p value = 0,003 (< 0,05) (Siregar, 2020).

Hasil analisis menunjukkan bahwa meski ada hubungan antara merokok dengan kejadian hipertensi akan tetapi responden yang tidak memiliki kebiasaan merokok juga mengalami kejadian hipertensi yaitu sebanyak 33 responden (45,8%). Hal ini dikarenakan hipertensi merupakan penyakit multifaktorial yang dimana merokok bukan satu-satunya faktor utama penyebab terjadinya hipertensi dan berdasarkan hasil wawancara ditemukan responden berjenis kelamin perempuan yang merupakan perokok pasif, responden menyatakan bahwa tidak memiliki perilaku merokok tetapi responden sering terpapar oleh asap rokok orang lain baik di dalam rumah maupun luar rumah. Asap rokok orang lain (AROL) atau Second hand smoke (SHS) berbahaya bagi orang yang bukan perokok atau biasa disebut perokok pasif. AROL merupakan campuran antara asap dan partikel. Data WHO menunjukkan bahwa korban kematian akibat AROL terutama pada kelompok rentan, anak-anak sebesar 31% dan perempuan sebesar 64% (Cahyahati, 2018).

Hasil wawancara dengan responden menyatakan bahwa merokok sudah seperti sebuah rutinitas yang dilakukan setiap hari. Ditemukan paling banyak perilaku merokok setiap harinya yaitu lebih dari 20 batang per hari. Frekuensi jumlah batang rokok dibagi dalam tiga kelompok yaitu, perokok ringan adalah perokok yang menghisap 1-10 batang per hari, perokok sedang adalah perokok yang menghisap 11-20 batang per hari, dan perokok berat adalah perokok yang menghisap lebih dari 20 batang per hari. Perokok berat dapat dihubungkan dengan peningkatan insiden hipertensi maligna dan risiko terjadinya stenosis arteri renal yang mengalami aterosklerosis (Umbas et al., 2019). Hasil wawancara juga ditemukan bahwa rata-rata perokok paling lama lebih dari 10 tahun. Dampak rokok akan terasa setelah mengkonsumsi selama 10-20 tahun karena zat kimia dalam rokok bersifat berjalan yang semakin lama dosis racun akan mencapai titik toksik, sehingga dengan jelas dampak rokok berupa kejadian hipertensi akan muncul setelah 10 tahun konsumsi (Sukma, 2019). Responden menyatakan bahwa saat bekerja atau duduk bercerita hal tersebut pasti disertai dengan merokok dimana merokok sendiri dapat memberikan sebuah kenyamanan tersendiri bagi responden dan mendorong semangat untuk bekerja.

3) Hubungan antara Konsumsi Alkohol dengan Kejadian Hipertensi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi pada lansia (60-74 tahun) di wilayah kerja Puskesmas Batakte Kabupaten Kupang tahun 2022. Hal ini sejalan dengan penelitian Grace (2018) di Puskesmas Kolongan Kecamatan Kalawat Kabupaten Minahasa Utara yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi dengan nilai p value = 0,048 (< 0,05) (Grace, 2018). Hasil penelitian dari Memah (2019) di Puskesmas Kombi Kecamatan Kombi Kabupaten Minahasa juga menunjukkan bahwa ada hubungan antara konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi dengan nilai p value = 0,000 (< 0,05) (Memah, 2019).

Hasil analisis menunjukkan bahwa meski ada hubungan antara konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi akan tetapi responden yang tidak memiliki kebiasaan

mengonsumsi alkohol juga mengalami kejadian hipertensi yaitu sebanyak 43 orang (59,7%). Hal ini dikarenakan hipertensi merupakan penyakit multifaktorial yang dimana konsumsi alkohol bukan satu-satunya faktor utama penyebab terjadinya hipertensi, responden yang tidak memiliki kebiasaan mengonsumsi alkohol akan tetapi mengalami kejadian hipertensi mungkin disebabkan oleh faktor lain yang diteliti secara bersamaan seperti beraktivitas fisik ringan, memiliki perilaku merokok, ataupun mengonsumsi kopi. Hasil analisis juga menunjukkan bahwa terdapat responden yang mengonsumsi alkohol tetapi tidak mengalami kejadian hipertensi sebanyak 15 responden (20,8%), dikarenakan frekuensi mengonsumsi alkohol pada responden tersebut tidak dilakukan setiap hari tetapi sangat jarang dan juga pada saat mengonsumsi pun tidak melebihi dari satu gelas (30 ml). Dikatakan bahwa, efek terhadap tekanan darah baru nampak apabila mengonsumsi alkohol sekitar 2-3 gelas ukuran 30 ml setiap harinya (Jayanti et al., 2017).

Berdasarkan hasil wawancara dengan responden menyatakan bahwa kebiasaan mengonsumsi alkohol di wilayah kerja Puskesmas Batakte Kabupaten Kupang tergolong tinggi dikarenakan mengonsumsi minuman beralkohol telah menjadi sebuah budaya yang dianut oleh masyarakat secara turun-temurun. Masyarakat mengenal minuman beralkohol sebagai minuman yang dapat memberi kenyamanan tersendiri bagi mereka, dan juga sebagai salah satu tradisi dalam acara-acara adat maupun acara keluarga yang dilaksanakan. Hasil wawancara juga ditemukan bahwa responden memiliki perilaku kebiasaan mengonsumsi alkohol yang dilakukan setiap hari dengan jumlah alkohol yang dikonsumsi yaitu lebih dari 30 ml, dan beberapa responden juga menyatakan bahwa mereka mengonsumsi alkohol karena sering diajak oleh orang lain. Serta paling banyak responden menyatakan bahwa mereka mengonsumsi alkohol sudah > 10 tahun. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Komaling (2013) menyatakan bahwa responden yang mengonsumsi alkohol > 10 tahun mengalami kejadian hipertensi sebanyak 139 responden (72%). Peningkatan konsumsi alkohol dalam jangka waktu yang lama akan berpengaruh pada peningkatan kadar kortisol dalam darah sehingga aktivitas rennin-angiotensin aldosteron system (RAAS) akan meningkat dan menyebabkan tekanan darah (Komaling, 2013). Oleh karena itu, penting untuk mengendalikan perilaku konsumsi alkohol sehingga dapat mengurangi kejadian hipertensi.

4) Hubungan antara Konsumsi Kopi dengan Kejadian Hipertensi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara konsumsi kopi dengan kejadian hipertensi pada lansia (60-74 tahun) di wilayah kerja Puskesmas Batakte kabupaten kupang tahun 2022. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Noraina (2021) di wilayah kerja Puskesmas Cempaka Kota Banjarmasin yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara konsumsi kopi dengan kejadian hipertensi dimana diperoleh nilai $p\text{ value} = 0,001 (<0,05)$ (Noraina, 2021). Hasil penelitian Julianti (2020) pada Pra-lansia di Desa Aromantai Wilayah kerja Puskesmas Jarai Kabupaten Lahat juga menunjukkan bahwa ada hubungan antara kebiasaan konsumsi kopi dengan kejadian hipertensi dengan diperoleh nilai $p\text{ value} = 0,014 (< 0,05)$ (Julianti, 2020).

Hasil analisis menunjukkan bahwa responden yang tidak memiliki kebiasaan mengonsumsi kopi (tidak berisiko) namun mengalami kejadian hipertensi yaitu sebanyak 21 responden (29,2%). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Warni (2020) hipertensi dapat disebabkan karena faktor lain selain konsumsi kopi, dimana hipertensi merupakan penyakit multifaktorial (Warni, 2020). Berdasarkan hasil wawancara diketahui sebagian besar responden kurang mengetahui menjaga pola hidup agar terhindar dari hipertensi.

Hasil wawancara dengan responden di Wilayah Kerja Puskesmas Batakte Kabupaten Kupang menyatakan bahwa mengkonsumsi kopi sudah menjadi sebuah kebiasaan masyarakat yang dilakukan setiap hari, seperti saat di rumah responden pasti akan konsumsi kopi dan juga responden yang pergi bertamu maka akan disuguhkan dengan kopi. Responden juga menyatakan bahwa rata-rata mengkonsumsi kopi lebih dari 2 gelas per hari dan konsumsi kopi sudah lebih dari 10 tahun. Orang yang memiliki kebiasaan minum kopi 2 gelas per hari meningkatkan risiko hipertensi sebanyak 4,12 kali lebih tinggi dibanding subjek yang tidak memiliki kebiasaan minum kopi (Kurniawaty, 2016). Responden di wilayah kerja Puskesmas Batakte yang memiliki perilaku kebiasaan mengkonsumsi kopi, hal tersebut dapat memicu peningkatan tekanan darah tinggi. Sebaiknya bagi lansia untuk mengurangi kebiasaan mengkonsumsi kopi yang dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah sehingga hidup lansia lebih berkualitas dengan hidup yang sehat tanpa hipertensi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara aktivitas fisik, merokok, konsumsi alkohol, dan konsumsi kopi dengan kejadian hipertensi pada lanjut usia (60-74 tahun) di wilayah kerja Puskesmas Batakte tahun 2022.

DAFTAR PUSTAKA

- Aulia, U., Boekoesoe, L., Amalia, L., Bialangi, S., & Abudi, R. (2023). Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Bulango Timur Kabupaten Bone Bolanga. *Graha Medika Public Health Journal*, 2(1), 1–6.
- Anshari, Z. (2020). Komplikasi Hipertensi Dalam Kaitannya Dengan Pengetahuan Pasien Terhadap Hipertensi Dan Upaya Pencegahannya. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 2(2), 54–61. <https://doi.org/10.36656/jpkm.v2i2.289>
- Cahyahati, J. S., Kartini, A. and Rahfiludin (2018) 'Hubungan Asupan Makanan (Lemak, Natrium, Magnesium) Dan Gaya Hidup Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Daerah Pesisir (Studi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tegal Barat Kota Tegal)', *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 6(5), pp. 395–403. Available at: <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>.
- Erman, I., Damanik, H. D., & Sya'diyah. (2021). Hubungan Merokok Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Kampus Palembang. *Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(1), 54–61. <https://jurnal.poltekkespalembang.ac.id/index.php/jkm/article/view/983>
- Grace, T. G., Kalesaran, A. F. C., & Kaunang, W. P. J. (2018). Hubungan Antara Konsumsi Alkohol Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan Di Puskesmas Kolongan Kecamatan Kalawat Kabupaten Minahasa Utara. In *Jurnal KESMAS* (Vol. 7, Issue 5).
- Harahap, R. A., Rochadi, R. K., & Sarumpae, S. (2017). Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Laki-Laki Dewasa Awal (18-40 Tahun) Di Wilayah Puskesmas Bromo Medan Tahun 2017. *Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan*, 1(2), 68–73. <https://doi.org/10.24912/jmstkik.v1i2.951>
- Iswahyuni, S. (2017). Hubungan Antara Aktifitas Fisik Dan Hipertensi Pada Lansia. *Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 14(2), 1. <https://doi.org/10.26576/profesi.155>
- Jayanti, I. G. A. N., Wiradnyani, N. K. and Ariyasa, I. G. (2017) 'Hubungan pola

- konsumsi minuman beralkohol terhadap kejadian hipertensi pada tenaga kerja pariwisata di Kelurahan Legian', *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(1), pp. 65–70. doi: 10.14710/jgi.6.1.65-70.
- Julianti, M. (2020). Hubungan Antara Kebiasaan Minum Kopi Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pra Lansia Di Desa Aromantai Wilayah Kerja Puskesmas Jarai Kabupaten Lahat (Vol. 2507, Issue February, pp. 1–9).
- Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementerian Kesehatan RI, 53(9), 1–220. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-risksdas-2018_1274.pdf
- Kemendes RI. (2019). Hipertensi Si Pembunuh Senyap. Kementerian Kesehatan RI, 1–5. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-hipertensi-si-pembunuh-senyap.pdf>
- Komaling, J. K., Suba, B., & Djon Wongkar. (2013). Hubungan Mengonsumsi Alkohol Dengan Kejadian Hipertensi Pada Laki-laki Di Desa Tompasobaru II Kecamatan Tompasobaru Kabupaten Minahasa Selatan. *Ejurnal Keperawatan*, 26(4), 1–37.
- Kurniawaty, A. N. M. I. & E. (2016). Pengaruh Kopi terhadap Hipertensi. 5(2), 6.
- Memah, M., Kandou, G. D., Nelwan, J. E., Kesehatan, F., Universitas, M., Ratulangi, S., & Abstrak, M. (2019). Hubungan Antara Kebiasaan Merokok Dan Konsumsi Alkohol Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Kombi Kecamatan Kombi Kabupaten Minahasa. In *Jurnal KESMAS* (Vol. 8, Issue 1).
- Noraina, Chandra, & Rahman, E. (2021). Hubungan Pengetahuan, Perilaku Konsumsi Minum Kopi Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cempaka Kota Banjarmasin Tahun 2021.
- Siregar, E. A. (2020). Hubungan Perilaku Merokok Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Ulumahuam Kabupaten Labuhanbatu Selatan. 1–41.
- Sukma, E. P., Yuliatwati, S., Hestningsih, R., & Ginandjar, P. (2019). Hubungan konsumsi alkohol, kebiasaan merokok, dan tingkat stres dengan kejadian hipertensi usia produktif. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(3), 122–128. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Tanggela, S., Purnawan, S. and Ndoen, E. M. (2022) 'Risk Factors of Lifestyle and The Incidence of Hypertension in The Work Area of Pasir Panjang Public Health Center, Kupang City', *Pancasakti Journal Of Public Health Science And Research*, 2(3), pp. 116–123. doi: 10.47650/pjphsr.v2i3.423
- Umbas, I. M., Tuda, J., & Numansyah, M. (2019). Hubungan Antara Merokok Dengan Hipertensi Di Puskesmas Kawangkoan. *Jurnal Keperawatan*, 7(1). <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.24334>
- Warni, H., Sari, N. N., & Agata, A. (2020). Perilaku Konsumsi Kopi dengan Resiko Terjadinya Hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 1(1), 2016–2021. <https://doi.org/10.57084/jiksi.v1i1.329>