

## HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PACEDA KOTA BITUNG

Meilita Feronika Winowoda<sup>1</sup>, Beatrix J, Podung<sup>2</sup>, Achmad Paturusi<sup>3</sup>,

<sup>1</sup>Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat

<sup>2,3</sup>Fakultas Ilmu Keolaragaan, Universitas Negeri Manado

Email Korespondensi: [winowodamei@gmail.com](mailto:winowodamei@gmail.com)

Diterima : 20- 01-2021

Direvisi : 10-02-2021

Disetujui : 28-02-2021

### Abstrak

Indonesia saat ini sedang di perhadapkan dengan terjadinya transisi epidemiologi di mana terdapat penurunan penyakit menular dan peningkatan penyakit yang tidak menular hal ini di karenakan perubahan dalam kehidupan masyarakat, antara lain perubahan pola makan, kurangnya aktivitas fisik di akibatkan kemajuan teknologi, ekonomi dan sosial. penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja puskesmas paceda kota bitung. metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasional analitik melalui pendekatan cross sectional yang menggunakan kuesioner atau wawancara. responden dalam penelitian ini adalah pasien yang datang berobat di puskesmas paceda. Sampel dalam penelitian ini adalah berjumlah 100 orang melalui Teknik total sampling di mana seluruh populasi di jadikan sampel. metode pengambilan data dilakukan dengan pembagian kuesioner pada responden dan menggunakan analisis univariat dan bivariat (uji chi square). Hasil analisis menunjukkan bahwa variabel tidak terdapat hubungan gaya hidup aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi ( $p=0.425$ ), kebiasaan merokok ( $0.555$ ), mengkonsumsi alkohol ( $0.822$ ). kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa tidak ada hubungan gaya hidup aktivitas fisik, kebiasaan merokok, dan kebiasaan mengkonsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja puskesmas paceda kota bitung.

**Kata Kunci : Gaya Hidup, Hipertensi, Puskesmas Paceda**

### Abstrack

Indonesia is currently faced with an epidemiological transition where there is a decrease in infectious diseases and an increase in non-communicable diseases. This is due to changes in people's lives, including changes in people's lifestyles, including changes in diet, lack of physical activity due to technological, economic and social advances. This study aims to determine the relationship between lifestyle and the incidence of hypertension in the working area of Puskesmas Paceda Kota Bitung. The method used in this research is the analytical observational method through a cross sectional approach using a questionnaire or interview. The respondents in this study were patients who came to the Puskesmas Paceda for treatment. The sample in this study amounted to 100 people through a total sampling technique in which the entire population was sampled. Data collection method is done by distributing questionnaires to respondents and using univariate and bivariate analysis (chi square test). The analysis showed that there was no relationship between physical activity lifestyle and the incidence of hypertension ( $p=0.425$ ), smoking habits ( $p=0.555$ ), alcohol consumption ( $p=0.822$ ). The conclusion of this study is that there is no relationship between physical activity lifestyle, smoking habits and alcohol consumption with in the working area of the Puskesmas Paceda, Bitung City.

**Key Words : Lifestyle hypertension Paceda Health Center**

## PENDAHULUAN

Indonesia saat ini sedang di perhadapkan dengan terjadinya transisi epidemiologi di mana terdapat penurunan penyakit menular dan peningkatan pada penyakit tidak menular, hal ini di karenakan perubahan dalam kehidupan masyarakat, antara lain perubahan gaya hidup dan pola makan, karena masyarakat cenderung tidak melakukan aktifitas fisik di akibatkan kemajuan teknologi, ekonomi, dan sosial. (Depkes RI, 2015).

Menurut (WHO, 2015) menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi yang artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosa menderita hipertensi, hanya 36,8% yang minum obat. Dan jumlah penderita hipertensi di dunia terus meningkat setiap tahunnya, di perkiraan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi. Perkiraan juga di setiap tahun ada 9,4 juta yang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi. Dan di Indonesia pola penyakit mengalami transisi epidemiologi selama dua decade terakhir, yakni dari penyakit menular yang semula menjadi beban utama kemudian mulai beralih menjadi penyakit yang tidak menular cenderung meningkat. (kemenkes RI, 2015).

Kejadian hipertensi mejadi salah satu penyakit tidak menular tertinggi yang berada di Kota Bitung dan merupakan kota yang berada di urutan ke dua di Propinsi Sulawesi Utara yang mengalami hipertensi terbanyak setelah Kabupaten Minahasa. (dinkes provinsi sulut, 2018).

Berdasarkan observasi awal di Puskesmas Paceda hipertensi termasuk pada daftar 10 penyakit terbanyak berdasarkan data tersebut terjadi peningkatan dari triwulan pertama 850 kasus, triwulan ke dua 960 kasus, triwulan

ke tiga terus meningkat 989 kasus, dan pada triwulan ke empat terjadi degradasi dengan jumlah 941 kasus.

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara gaya hidup dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Paceda Kota Bitung.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan Desain yang di gunakan adalah analitik Observasional dengan pendekatan *Cross Sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Paceda Kota Bitung pada bulan Juli-agustus 2020. Populasi dalam penelitian ini adalah Seluruh pasien hipertensi yang di periksa oleh dokter di Puskesmas Paceda Kota Bitung. Sampel dalam penelitian ini adalah 100 orang. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan dengan teknik *total sampling* di mana seluruh populasi di jadikan sampel.

Pengumpulan data dilakukan dengan metode pengisian kuesioner dan wawancara. Pengumpulan data kuesioner dan wawancara dilakukan oleh peneliti pada satu waktu. penelitian ini menggunakan analisis Univariat dan analisis Bivariat. Analisis Univariat ini bertujuan untuk menjelaskan, dan mendeskripsikan, karakteristik responden di setiap variabel dan analisis bivariat untuk mengetahui apakah ada hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi.

## HASIL PENELITIAN

### Analisis Univariat

Analisis Univariat di gunakan untuk menggambarkan karakteristik, distribusi, frekuensi, dari responden yang ada.

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Hipertensi

| Hipertensi       | Frekuensi | (%)   |
|------------------|-----------|-------|
| Tidak Hipertensi | 21        | 21.0  |
| Hipertensi       | 79        | 79.0  |
| Total            | 100       | 100.0 |

Berdasarkan tabel 1. menunjukkan bahwa responden di wilayah kerja Puskesmas Paceda Kota Bitung yang mengalami hipertensi yaitu sebesar 79 responden dengan presentase 79,0% dan 21 responden yang tidak mengalami hipertensi dengan presentase 21,0%.

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Aktivitas Fisik

| Aktivitas Fisik             | Frekuensi | (%)   |
|-----------------------------|-----------|-------|
| Aktivitas Fisik Kurang baik | 64        | 64.0  |
| Aktivitas Fisik Baik        | 36        | 36.0  |
| Total                       | 100       | 100.0 |

Berdasarkan tabel 2 Dapat di ketahui bahwa responden di wilayah kerja Puskesmas Paceda Kota Bitung yang memiliki aktivitas fisik kurang baik sebanyak 64 responden dengan presentase 64.0% sedangkan aktivitas fisik baik ada 36 responden dengan presentase 36.0%.

Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Kebiasaan Merokok

| Kebiasaan Merokok | Frekuensi | (%)   |
|-------------------|-----------|-------|
| Tidak Merokok     | 66        | 84.0  |
| Merokok           | 34        | 16.0  |
| Total             | 100       | 100.0 |

Pada Tabel 3. dapat di ketahui bahwa responden di wilayah kerja Puskesmas Paceda Kota Bitung yang tidak merokok sebanyak 66 responden dengan presentase

66.0% sedangkan yang merokok ada 34 responden dengan presentase 34,0%.

Tabel 4. Karakteristik Responden Berdasarkan Kebiasaan Mengkonsumsi Alkohol

| Mengkonsumsi Alkohol | Frekuensi | (%)   |
|----------------------|-----------|-------|
| Tidak mengkonsumsi   | 78        | 78.0  |
| Mengkonsumsi         | 22        | 22.0  |
| Total                | 100       | 100.0 |

Pada tabel 4, Menunjukkan bahwa responden di wilayah kerja Puskesmas Paceda Kota Bitung yang tidak mengkonsumsi alkohol sebanyak 78 responden dengan presentase 78,0% sedangkan yang mengkonsumsi alkohol ada 22 responden dengan presentase 22,0%.

### Analisis Bivariat

Tabel 5. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi

| Hipertensi       | Aktivitas Fisik |      |      |      | Total |       | P     |
|------------------|-----------------|------|------|------|-------|-------|-------|
|                  | Kurang Baik     |      | Baik |      | N     | %     |       |
|                  | N               | %    | N    | %    | N     | %     |       |
| Tidak Hipertensi | 15              | 71.4 | 6    | 28.6 | 21    | 21    | 0.425 |
| Hipertensi       | 49              | 62.0 | 30   | 38.0 | 79    | 79    |       |
| Total            | 64              | 64.0 | 36   | 36.0 | 100   | 100.0 |       |

Dari tabel 5. dapat di lihat bahwa responden dengan aktivitas fisik buruk yang hipertensi sebanyak 15 responden (71,4%), dan aktivitas fisik baik yang tidak hipertensi 6 responden (28,6%), sedangkan aktivitas fisik buruk yang hipertensi sebanyak 49 (62,0%) dan aktivitas fisik

baik yang hipertensi 30 responden (38,0%).

Hasil hitung di uji *chi square* di peroleh nilai *p* sebesar 0.425 dengan nilai signifikan  $p= 0.045 (> 0.05)$ , maka dapat di simpulkan bahwa tidak terdapat hubungan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi.

Tabel 6. Hubungan Kebiasaan Merokok Dengan Kejadian Hipertensi

| Hipertensi       | Kebiasaan Merokok |      |         |      | Total |     | Nilai P |
|------------------|-------------------|------|---------|------|-------|-----|---------|
|                  | Tidak Merokok     |      | Merokok |      | N     | %   |         |
|                  | N                 | %    | N       | %    |       |     |         |
| Tidak Hipertensi | 15                | 74.4 | 6       | 28.6 | 21    | 21  | 0.555   |
| Hipertensi       | 51                | 64.6 | 28      | 35.4 | 79    | 79  |         |
| Total            | 66                | 66.0 | 34      | 34.0 | 100   | 100 |         |

Dari Tabel 6. Dapat dilihat bahwa responden tidak merokok yang tidak hipertensi sebanyak 15 (74.4%) responden, dan kebiasaan merokok yang tidak hipertensi 6 (28.6%) responden. Sedangkan responden tidak merokok yang hipertensi sebanyak 51 (64.6%) dan kebiasaan merokok yang hipertensi 28 (35.4%) responden.

Hasil perhitungan uji *chi square* diperoleh nilai *p* hitung sebesar 0.555 dengan nilai signifikan  $p= 0.555 (> 0.005)$ . dimana dapat di simpulkan bahwa tidak terdapat hubungan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi.

## PEMBAHASAN

### a. Aktivitas Fisik

Aktivitas fisik adalah gerakan tubuh yang terjadi akibat otot skeletal yang dapat meningkatkan pengeluaran energi. Hasil

dalam penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi dan uji *chi square*  $p= 0.425 (>0.05)$ . Namun penelitian ini lebih banyak responden yang memiliki aktivitas fisik buruk sebanyak 49 orang (62.0%). hal ini di sebabkan karena responden kurang aktif dalam berolahraga. Selain itu karena pekerjaan responden Sebagian besar adalah IRT (ibu rumah tangga) sedangkan aktivitas fisik baik ada 30 orang (38.0%) hal ini di karenakan pekerjaan responden Sebagian besar adalah petani. penelitian ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Nelwan Jeani dkk (2018), dengan judul Hubungan antara umur dan aktivitas fisik dengan derajat hipertensi di Kota Bitung Sulawesi Utara, dengan hasil uji *Chi Square*  $p=0.341 (> 0.05)$  maka hal ini di simpulkan bahwa tidak terdapat hubungan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi.

### b. Kebiasaan Merokok

Hasil uji *Chi Square* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi dengan nilai  $p=0.822 (> 0.05)$ . hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Untario Eric 2017, dengan judul hubungan merokok terhadap kejadian hipertensi dengan hasil uji statistic menggunakan uji *Chi Square* menunjukkan nilai  $p= 0.378 (>0.05)$  maka  $H_a$  di tolak dan  $H_o$  di terima hal ini di simpulkan bahwa tidak terdapat hubungan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi.

### c. Kebiasaan mengkonsumsi alkohol

Hasil uji *Chi Square* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara gaya hidup mengkonsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi dengan nilai  $p= 0.822 (0.05)$

dari 100 responden hipertensi bahwa yang mengkonsumsi alkohol sebanyak 62 orang (78.5%) sedangkan yang tidak mengkonsumsi ada 62 orang (78.5%). Hal ini juga di sebabkan karena Sebagian responden adalah perempuan dengan pekerjaan Ibu Rumah Tangga. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Pinontoan dkk, 2017 di mana hasil uji *Chi Square* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan mengkonsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi dengan nilai  $p = 0.785 (>0.05)$ .

### KESIMPULAN

Bedasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 100 pasien yang datang berobat di Puskesmas Paceda tentang hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi di dapatkan kesimpulan sebagai berikut :

- 1) Tidak terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Paceda Kota Bitung dengan nilai Sig.  $p = 0.425 (>0.05)$
- 2) Tidak terdapat hubungan antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Paceda Kota Bitung dengan nilai Sig.  $p = 0.555 (>0.05)$
- 3) Tidak terdapat hubungan antara mengkonsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi di wilayah Kerja Puskesmas Paceda Kota Bitung dengan nilai Sig.  $p = 0.822 (>0.05)$ .

### DAFTAR PUSTAKA

Adriaansz, P. dkk. 2016. *Hubungan konsumsi makanan dengan kejadian hipertensi pada lansia Di Puskesmas Ronomuut Kota Manado*. Vol 4 (1).

Arifin, M. dkk. 2016. *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada kelompok lanjut usia Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Petang 1 Kabupaten Bandung*. Vol 5 (1) 1-23

Cahyono, S. 2008. *Gaya hidup dan penyakit modern*, Jakarta : Kanisilis. Crea, M. 2008. *Hypertension*. Jakarta : Media.

Depkes, RI. 2015. *Rencana aksi program pengendalian penyakit dan penyehatan lingkungan tahun 2015- 2019* jakarta.

Dinas Kesehatan Kota Bitung 2018. *Laporan penyakit menular dan tidak menular tertinggi*.

Junaidi Iskandar 2010. *Hipertensi pengenalan, pencegahan, dan pengobatan*, Jakarta : PT Bhuana Ilmu Populer.

Kemenkes RI. 2015. *Pusat data dan informasi hipertensi kementerian Kesehatan RI*. Jakarta.

Lingga, L. 2012. *Bebas hipertensi tanpa obat*. Jakarta : Angromedia Pustaka.

Nelwan, J. dkk 2018. *Hubungan antara umur dan aktivitas fisik dengan derajat hipertensi di Kota Bitung Sulawesi Utara*. Vol 7 (5).

Pinontoan dkk. 2017. *Hipertensi Pada masyarakat Di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Pekan Baru*. Vol 12 (1)

Puskesmas Paceda, 2018. *Laporan 10 penyakit terbanyak*.

Santi, M. 2011. *Penyakit diam-diam mematikan Yogyakarta* : Paradigma Javalitera.

Suoth, M. dkk. 2016. *Hubungan Konsumsi Makanan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Ronomuut Kota Manado*. Vol 4. (1)

Untario, 2017. *Hubungan Merokok Terhadap Hipertensi*