

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BASUKI RAHMAD KOTA BENGKULU

CORRELATION OF KNOWLEDGE AND LIFESTYLE WITH HYPERTENSION EVENT IN THE WORK AREA OF BASUKI RAHMAD PUBLIC HEALTH CENTER IN BENGKULU CITY

HANDI RUSTANDI, ANGGI HAJIAN JUPITER
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN DEHASSEN BENGKULU
Email: handi_rustandi@ymail.com

ABSTRAK

Hipertensi seringkali disebut sebagai pembunuh gelap (*silent killer*), karena termasuk penyakit yang mematikan, tanpa disertai dengan gejala-gejalanya lebih dahulu sebagai peringatan bagi korbannya, pada tahun 2012, di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% penghuni bumi mengidap hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2030. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui adakah hubungan pengetahuan dan gaya hidup dengan kejadian hipertensi. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian secara analitik dengan desain penelitian menggunakan metode *cross sectional*, Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan pasien yang berkunjung ke Puskesmas Basuki Rahmad Kota Bengkulu tahun 2016 yang berjumlah 25.849 orang dengan jumlah sampel sebanyak 99 responden diambil dengan teknik *accidental sampling*. Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan didapat nilai yang signifikan $\beta = 0,000 \leq \alpha (0,05)$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak. Gaya hidup didapat nilai signifikan $\beta = 0,000 \leq \alpha (0,05)$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak. Disarankan perlunya peningkatan pelayanan kesehatan dengan meningkatkan penyuluhan kesehatan kepada masyarakat tentang hipertensi serta pencegahan yang benar sehingga masyarakat dapat menghindari faktor-faktor yang dapat menyebabkan hipertensi.

Kata Kunci: gaya hidup, hipertensi, pengetahuan

ABSTRACT

Hypertension is often referred to as a silent killer, because it includes a deadly disease, without any prior symptoms as a warning to its victims, in 2012, worldwide about 972 million people or 26.4% of the earth's inhabitants suffer from hypertension. This figure is likely to increase to 29.2% by 2030. The purpose of this research was to determine whether there is a relationship between knowledge and lifestyle with the incidence of hypertension. The research method used is analytical research with research design using cross sectional method. The population in this research were the whole patient who visited Basuki Rahmad Public Health Center of Bengkulu City in 2016 which amounted to 25,849 people with the total samples of 99 respondents taken by accidental sampling technique. The results showed that knowledge obtained significant value $\beta = 0,000 \leq \alpha (0,05)$ then H_a was accepted and H_0 was rejected. Lifestyle obtained

significant value $\beta = 0, 000 \leq \alpha (0,05)$ then H_a was accepted and H_0 was rejected. It is suggested to increase health services by increasing health education to society about hypertension and correct prevention so that society can avoid factors that can cause hypertension.

Keywords: lifestyle, hypertension, knowledge

PENDAHULUAN

Hipertensi seringkali disebut sebagai pembunuh gelap (*silent killer*), karena termasuk penyakit yang mematikan, tanpa disertai dengan gejala-gejalanya lebih dahulu sebagai peringatan bagi korbannya. Kalaupun muncul, gejala tersebut seringkali dianggap gangguan biasa, sehingga korbannya terlambat menyadari akan datangnya penyakit (Sugihartati, 2010).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2012, di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% penghuni bumi mengidap hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2030, dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara berkembang, kawasan Afrika memegang posisi puncak penderita hipertensi sebanyak 46%, sedangkan Indonesia berada di posisi ke-4 setelah India, Cina dan Afrika dengan kisaran usia di atas 25 tahun.

Prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 25,8% dari total penduduk dewasa, prevalensi hipertensi di Sumatera dan Sulawesi memiliki prevalensi yang lebih tinggi dari prevalensi nasional, angka kejadian hipertensi di Indonesia paling banyak terjadi di daerah Bangka Belitung yaitu mencapai 30,9%, sedangkan Bengkulu berada diposisi terbawah yaitu 26,0% (Departemen Kesehatan RI, 2014)

Menurut Mubaraq (2011), faktor yang dominan mempengaruhi strategi koping penderita hipertensi adalah tingkat pengetahuan penderita untuk menjalani diet atau mengontrol makanan yang beresiko pada penyakit yang diderita masih kurang mengerti, disebabkan karena kurangnya informasi tentang bahan makanan yang perlu dihindari dan bahan makanan yang harus

dikonsumsi untuk penderita hipertensi.

Faktor lain yang dapat memicu terjadinya hipertensi yaitu gaya hidup, prevalensi hipertensi meningkat sejalan dengan perubahan gaya hidup tradisional ke gaya hidup modern yang merugikan kesehatan antara lain mengkonsumsi banyak makanan yang mengandung tinggi kalori, garam, kurang aktivitas jasmani, merokok, mengkonsumsi minuman beralkohol dan makan makanan yang tinggi kadar lemaknya yang merupakan gaya hidup yang merugikan kesehatan (Sugihartati, 2010).

Menurut Dinas Kesehatan Kota Bengkulu, tahun 2013 angka kejadian hipertensi mencapai 9.210 kasus, tahun 2014 terdapat 7.206 kasus, dan pada tahun 2015 angka hipertensi mencapai 5.257 kasus. Tingkat penderita hipertensi terbanyak berada di Puskesmas Basuki Rahmad Kota Bengkulu yakni pada tahun 2013 tercatat 1.269 kasus, tahun 2014 terdapat 1.108 kasus, dan pada tahun 2015 tercatat 658 kasus hipertensi.

Setelah melakukan penelitian awal di wilayah kerja Puskesmas Basuki Rahmad Kota Bengkulu tahun 2016, kejadian hipertensi dari bulan Januari sampai Oktober tercatat 377 kasus dari 25.849 kunjungan pasien ke Puskesmas Basuki Rahmad Kota Bengkulu. Berdasarkan hasil observasi awal terhadap responden yang datang berobat ke Puskesmas Basuki Rahmad sebanyak 9 orang penderita hipertensi terdapat 7 orang diantaranya tahu apa itu hipertensi tapi mereka sendiri tidak mengetahui penyebab dan komplikasi hipertensi, sedangkan untuk gaya hidup didapatkan 2 orang memiliki kebiasaan merokok, 2 memiliki kebiasaan minum kopi, 1 orang kurang melakukan aktivitas fisik, dan 4 orang memiliki kebiasaan merokok dan minum kopi.

TUJUAN PENELITIAN

Mengetahui hubungan pengetahuan dan gaya hidup dengan kejadian hipertensi di wilayah Puskesmas Basuki Rahmad Kota Bengkulu.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian secara analitik, dengan desain *cross sectional*, dimana pada penelitian ini variabel independennya (pengetahuan dan gaya hidup) dan variabel dependen (hipertensi) diukur dan dikumpulkan secara stimulan dalam waktu yang bersamaan (Hidayat, 2010). Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui adanya hubungan pengetahuan dan gaya hidup dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Basuki Rahmad Kota Bengkulu. Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan pasien yang berkunjung ke Puskesmas Basuki Rahmad Kota Bengkulu tahun 2016, dengan kasus hipertensi ataupun tidak, berdasarkan jumlah kunjungan pasien pada tahun 2017 terdapat 25.849 orang yang berkunjung ke Puskesmas Basuki Rahmad Kota Bengkulu. Sampel pada penelitian ini sebanyak 99 orang dari semua tingkatan usia, mulai usia diatas 20 tahun sampai dengan usia 50 tahun.

HASIL PENELITIAN

A. Analisa Univariat

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan pengetahuan di Wilayah Kerja Puskesmas Basuki Rahmad Kota Bengkulu

No	Variabel	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1	Pengetahuan		
	Baik	24	24.2 %
	Cukup	32	32.2 %
	Kurang	43	43.3 %
	Jumlah	99	100 %

Berdasarkan tabel 1 Menunjukkan bahwa

dari 99 responden terdapat 24 orang (24,2%) responden dengan pengetahuan baik, dan 32 orang (32,2%) responden dengan pengetahuan yang cukup, sedangkan terdapat 43 orang (43,3%) responden dengan pengetahuan kurang tentang hipertensi.

Tabel 2. Distribusi frekuensi gaya hidup dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Basuki Rahmad Kota Bengkulu.

No	Variabel	Frekuensi (F)	Presentase (%)
1	Gaya Hidup		
	Sehat	46	46,5 %
	Tidak Sehat	53	53,5 %
	Jumlah	99	100 %

Berdasarkan tabel 2 Menunjukkan bahwa dari 99 responden terdapat 46 orang (46,5%) responden dengan gaya hidup sehat dan 53 orang (53,3%) responden dengan gaya hidup tidak sehat.

Tabel 3. Distribusi frekuensi hipertensi pada pasien di wilayah Puskesmas Basuki Rahmad Kota Bengkulu

No	Variabel	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1	Hipertensi	47	47.5 %
2	Tidak Hipertensi	52	52.5 %
	Jumlah	99	100 %

Berdasarkan tabel 3 Menunjukkan bahwa dari 99 responden terdapat 47 orang (47,5%) responden mengalami hipertensi, dan 52 orang (52,5) responden tidak mengalami hipertensi

B. Analisa Bivariat

Tabel 4 Hubungan pengetahuan responden dengan kejadian hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Basuki Rahmad Kota Bengkulu

Variabel	Pengetahuan terhadap kejadian hipertensi				Total		P Value
	Hipertensi		Tidak Hipertensi		N	%	
	N	%	N	%			
Kurang	31	72,1 %	12	27,9 %	43	100 %	0,000
Cukup	14	43,8 %	18	56,2 %	32	100 %	
Baik	2	8,3 %	22	91,7 %	24	100 %	

Berdasarkan tabel 4 Menunjukkan bahwa dari 99 responden terdapat 43 responden yang memiliki pengetahuan kurang, dengan 31 orang (72,1%) responden mengalami hipertensi dan 12 orang (27,9%) responden tidak mengalami hipertensi, kemudian 32 responden yang memiliki pengetahuan cukup, dengan 14 orang (43,8%) responden mengalami hipertensi dan 18 orang (56,2%) responden tidak mengalami hipertensi, sedangkan 24 responden yang memiliki pengetahuan baik, dimana 2 orang (8,3%) responden mengalami hipertensi dan 22 orang (91,7%) responden tidak mengalami hipertensi.

Dari analisis tersebut juga didapatkan chi-square (X^2) = 25.374 dan nilai $p = 0,000 \leq \alpha (0,05)$, jadi H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Basuki Rahmad Kota Bengkulu.

Tabel 5 Hubungan gaya hidup responden dengan kejadian hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Basuki Rahmad Kota Bengkulu Tahun 2017.

Variabel	Gaya hidup terhadap kejadian hipertensi				Total		P Value
	Hipertensi		Tidak Hipertensi		N	%	
	N	%	N	%			
Tidak Sehat	41	77,4 %	12	22,6 %	53	100 %	0.000
Sehat	6	13,0 %	40	87,0 %	46	100 %	

Berdasarkan tabel 5 Menunjukkan bahwa dari 99 responden terdapat 53 responden memiliki gaya hidup tidak sehat, dengan 41 (77,4 %) responden mengalami hipertensi dan 12 (22,6%) responden tidak mengalami hipertensi, sedangkan 46 responden yang memiliki gaya hidup sehat terdapat 6 (13,0%) responden mengalami hipertensi dan 40 (87,0%) responden tidak mengalami hipertensi.

Dari analisis tersebut didapatkan nilai chi-square = 40.850 dan nilai $p = 0,000 \leq \alpha (0,05)$, H_0 ditolak dan H_a diterima artinya ada hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Basuki Rahmad Kota Bengkulu.

PEMBAHASAN

a. Gambaran pengetahuan di wilayah kerja Puskesmas Basuki Rahmad Kota Bengkulu

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 99 responden terdapat 43 responden memiliki pengetahuan kurang mengenai penyakit hipertensi, pengetahuan dalam penelitian ini adalah segala yang diketahui oleh responden tentang hipertensi meliputi : pengertian, penyebab, tanda dan gejala yang terjadi, komplikasi, bentuk pemeriksaan yang dilakukan dan pencegahan. Dari analisis tersebut didapatkan chi-square (X^2) = 40. 850 dan nilai $P = 0,000 \leq \alpha (0,05)$, sehingga H_a diterima, berarti terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Basuki Rahmad Kota Bengkulu.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Novian (2013), menyatakan bahwa adanya hubungan antara tingkat pengetahuan dengan hipertensi, uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai p value = $0.01 \leq \alpha (0.05)$, yang artinya H_a diterima (H_0 ditolak), jadi dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Balai Sepuak.

Menurut Putra (2011), hubungan

pengetahuan tentang hipertensi dengan upaya pencegahan hipertensi, didapatkan sebanyak 9 responden mempunyai perilaku pencegahan primer kategori kurang baik dimana, sebagian besar mereka mempunyai pengetahuan kurang tentang hipertensi sebesar 25,0%, hal tersebut menunjukkan sebagian besar responden yang mempunyai perilaku pencegahan primer kategori kurang, memiliki tingkat pengetahuan kurang tentang hipertensi. Penelitian yang dilakukan oleh Krishnan (2013), mendapatkan hasil penelitian bahwa distribusi tingkat pengetahuan tentang hipertensi menunjukkan sebagian besar responden memiliki pengetahuan cukup sebanyak 48 (51%) responden, serta pengetahuan yang kurang sebanyak 31 (33%) responden dan tingkat pengetahuan kurang sebanyak 15 (16%) responden.

b. Gambaran gaya hidup dengan kejadian hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Basuki Rahmad Kota Bengkulu

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 99 responden terdapat 53 responden memiliki gaya hidup yang tidak sehat. Gaya hidup dalam penelitian ini merupakan kebiasaan masyarakat yang dapat beresiko terhadap penyakit hipertensi seperti kebiasaan merokok, minum kopi, aktivitas fisik, minum-minuman beralkohol, mengkonsumsi terlalu banyak garam dan istirahat yang tidak teratur. Dari hasil penelitian ini masih banyak masyarakat yang memiliki kebiasaan gaya hidup yang tidak sehat di wilayah kerja Puskesmas Basuki Rahmad Kota Bengkulu.

Dari analisis tersebut didapatkan nilai chi-square = 40.850 dan nilai $p = 0,000 < \alpha (0,05)$ sehingga, H_a diterima berarti terdapat hubungan antara gaya hidup dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Basuki Rahmad Kota Bengkulu.

Penelitian ini sejalan dengan Haidir (2016), hasil uji statistik dengan menggunakan uji *regresi linier* diketahui nilai signifikansi $P \text{ value } 0,000 < \alpha (0,05)$,

sehingga H_1 diterima, artinya ada hubungan antara gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada masyarakat di desa Slawu kecamatan Patrang kabupaten Jember

Menurut Yuliana (2013), diketahui bahwa sebagian dari responden memiliki gaya hidup yang tidak sehat, terutama kebiasaan masyarakat yang dapat beresiko terhadap hipertensi seperti kebiasaan merokok, minum kopi atau kurang aktivitas fisik.

Berdasarkan Jurnal Triwibowo (2010), hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi, hasil uji statistik *Spearman Rho* bahwa tingkat kemaknaan $p \text{ value} = 0,001 \leq \alpha 0,05$ sehingga menunjukkan H_0 ditolak yang artinya ada hubungan gaya hidup dengan terjadinya hipertensi pada penderita hipertensi.

Gaya hidup diduga beresiko memicu terjadi suatu penyakit salah satunya yaitu hipertensi antara lain meliputi aktivitas fisik, kebiasaan makan, kebiasaan merokok, dan stress. Kebiasaan makan yang diamati adalah kebiasaan konsumsi buah dan sayur; makanan manis, asin, berlemak, jeroan, makanan yang diawetkan, minuman beralkohol dan minuman berkafein (Aisyiyah, 2009)

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan hubungan pengetahuan dan gaya hidup dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Basuki Rahmad Kota Bengkulu tahun 2017, maka dapat dibuat kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebagian kecil dari responden memiliki pengetahuan yang kurang tentang hipertensi.
2. Lebih dari sebagian responden memiliki gaya hidup yang tidak sehat.
3. Hampir sebagian responden mengalami hipertensi.
4. Ada hubungan pengetahuan dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Basuki Rahmad Kota Bengkulu. Ada hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi di wilayah

kerja Puskesmas Basuki Rahmad Kota Bengkulu

SARAN

Penelitian ini diharapkan menjadi tambahan informasi dan sebagai bahan masukan bagi petugas kesehatan setempat untuk memberikan penyuluhan mengenai pengetahuan, gaya hidup tentang hipertensi, terutama makanan yang dapat menyebabkan hipertensi, komplikasi maupun pencegahan dari hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2011. *Prosedur Penelitian: Suatu Pengantar Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Bunner dan Suddarth. 2010. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah. Edisi 8*. Jakarta: EGC.
- Bustan, M. 2010. *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Dekker, E. 2009. *Hidup Dengan Tekanan darah Tinggi*. Jakarta : CV Mulia Sari.
- Hariyanto, A., Sulistyowati R. 2015. *Keperawatan Medikal Bedah 1*. Yogyakarta: Ar- Ruzz Media.
- Haryono, R., Setianingsih, S. 2013. *Musuh Musuh Anda Setelah Usia 40 Tahun*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Hidayat, A. H. 2010. *Metode Penelitian Keperawatan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Imron, T. A., Munif, A. 2010. *Metodologi Penelitian Bidang Kesehatan*. Jakarta: CV. Agung Seto.
- Indriyani. 2010. *Deteksi Dini Kolesterol, Hipertensi dan Stroke*. Jakarta: Milistone.
- Jallaluddin. 2013. *Filsafat Ilmu Pengetahuan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Kristanti, H. 2010. *Waspada 11 Penyakit Berbahaya*. Yogyakarta : Citra Pustaka.
- Mubaraq, I. W. 2011. *Sosiologi Untuk Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Notoatmodjo. 2010. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku* . Jakarta: Rineka Cipta.
- Paramita, dkk. 2011. *Memahami Berbagai macam Penyakit*. Jakarta: PT. Indeks.
- Perwira, A. 2016. *Hubungan Pengetahuan dengan Pencegahan Sekunder Faktor Resiko Hipertensi*. Bengkulu : Skripsi. Fakultas Ilmu Keperawatan.
- Pudiasuti. 2013. *Penyakit-Penyakit Mematikan*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Riyadi, S. 2011. *Keperawatan Medikal Bedah*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rahyani. 2010. *Epidemiologi Penderita Hipertensi Esensial*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sugihartati, R. 2010. *Membaca, Gaya Hidup dan Kapitalisme*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Suharyono. 2011. *Statistika Untuk Kesehatan*. Bandung : Alfabeta.
- Supardi, S., Rustika. 2013. *Metodologi Riset Keperawatan*. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Suiraka. 2012. *Penyakit Degeneratif*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Sanderson, S. K. 2011. *Makrososiologi*. Jakarta: PT raja Grafindo Persada.
- Shanti. 2011. *Penyakit yang Diam-Diam Mematikan*. Yogyakarta : Jawalatera.
- Sudarta, W. 2013. *Asuhan Keperawatan Klien dengan gangguan Sistem Kardiovaskuler*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Wijaya, S. A., Yessie, M. P. 2013. *Keperawatan Medikal Bedah*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Wibowo, A. 2014. *Metodologi Penelitian Praktis*. Depok: PT. Raja Grafindo Persada.
- Yuliana. 2013. *Hubungan Gaya Hidup dengan Hipertensi*. Bengkulu : Skripsi. Fakultas Ilmu Keperawatan.