

## **FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PENYAKIT HIPERTENSI DI DESA JAMBO APHA KECAMATAN TAPAKTUAN KABUPATEN ACEH SELATAN**

### *Factors Associated with Hypertension in Jambo Apha Village Tapaktuan District South Aceh Regency*

Nuzulul Rahmi<sup>1</sup>, Asmaul Husna<sup>2</sup>, Difa Mahfuzha<sup>3</sup>

<sup>123</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia

Correspondent author : [nuzulul\\_r@uui.ac.id](mailto:nuzulul_r@uui.ac.id)

#### **Abstrak**

Hipertensi merupakan penyebab kematian utama yang sering disebut the silent killer disease. Dimana pada saat ini penyakit degeneratif dan kardiovaskuler adalah salah satu masalah kesehatan masyarakat di Indonesia. Berdasarkan data terbaru dari Dinas Kesehatan Aceh, Kabupaten Aceh Selatan menghadapi tantangan signifikan terkait prevalensi hipertensi di kalangan penduduk dewasa. Pada tahun 2022, terdapat 17.813 kasus hipertensi pada laki-laki berusia di atas 15 tahun, sementara pada populasi perempuan jumlahnya mencapai 21.443 kasus. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor stres, status merokok, keturunan dan aktivitas fisik yang berhubungan dengan penyakit hipertensi di Desa Jambo Apha Kecamatan Tapaktuan Kabupaten Aceh Selatan. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *case control*. Populasi dalam penelitian ini ialah seluruh laki-laki usia 28 sampai 55 tahun di desa Jambo Apha dan sampel dalam penelitian ini berjumlah 90 orang, 45 orang pada kelompok *case* dan 45 orang pada kelompok *control*. Pengolahan data pada penelitian ini dengan langkah *editing, Coding, Tabulating, Processing* dan analisis data secara Univariat dan Bivariat menggunakan uji *Chi-Square*. Penelitian ini dilakukan pada 01 sampai dengan 06 Juli 2024. Hasil Penelitian didapatkan bahwa variabel stress ( $p\text{-value} = 0,77$  dan OR 1,17), status merokok ( $p\text{-value} = 0,66$  dan OR 0,82), aktivitas fisik ( $p\text{-value} = 0,65$  dengan nilai OR 0,81) dan riwayat hipertensi dalam keluarga ( $p\text{-value} = 0,001$  dan OR 4,63). Kesimpulan tidak ada hubungan antara stress, status merokok, aktivitas fisik dengan riwayat hipertensi. Ada hubungan riwayat hipertensi dalam keluarga dengan kejadian hipertensi. Penelitian ini hendaknya dapat dijadikan sebagai bahan masukan bagi responden dan pihak institusi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan tentang faktor yang berhubungan dengan Hipertensi.

**Kata Kunci** : hipertensi, stres, status merokok, keturunan, aktifitas fisik.

#### **Abstract**

*Hypertension is the leading cause of death which is often called the silent killer disease. Currently, degenerative and cardiovascular diseases are one of the major public health problems in Indonesia. Based on recent data from the Aceh Health Office, South Aceh District faces significant challenges related to the prevalence of hypertension among the adult population. In 2022, there were 17,813 cases of hypertension in males aged over 15 years, while in the female population the number reached 21,443 cases. This study aims to determine the factors of stress, smoking status, heredity and physical activity associated with hypertension in Jambo Apha Village, Tapaktuan District, South Aceh Regency. This type of*

*research is quantitative research with a case control approach. The population in this study were all men aged 28 to 55 years in Jambo Apha village and the sample in this study amounted to 90 people, 45 people in the case group and 45 people in the control group. Data processing in this study with the steps of editing, coding, tabulating, processing and data analysis in Univariate and Bivariate using the Chi-Square test. This research was conducted on July 01 to 06, 2024. The results showed that stress variables ( $p$ -value = 0.77 and OR 1.17), smoking status ( $p$ -value = 0.66 and OR 0.82), physical activity ( $p$ -value 0.65 with OR value 0.81) and family history of hypertension ( $p$ -value = 0.001 and OR 4.63). Conclusion There is no association between stress, smoking status, physical activity with history of hypertension. There is an association of family history of hypertension with the incidence of hypertension. This study should be used as input for respondents and health institutions to increase knowledge about factors related to hypertension.*

**Keywords : hypertension, stress levels, smoking status, heredity, physical activity.**

## PENDAHULUAN

Hipertensi menjadi masalah kesehatan global dan merupakan salah satu faktor risiko utama penyakit kardiovaskular. Hipertensi juga dianggap sebagai penyakit tidak menular, karena hipertensi tidak dapat ditularkan dari orang ke orang (Andika et al. 2022). Hipertensi bertanggung jawab atas hampir 9 juta kematian di seluruh dunia setiap tahunnya. Semakin banyak bukti menunjukkan bahwa selain proses patofisiologis, berbagai faktor lingkungan, seperti lokasi geografis, pilihan gaya hidup, status sosial ekonomi, dan praktik budaya, mempengaruhi risiko, perkembangan, dan tingkat keparahan hipertensi, bahkan tanpa adanya faktor risiko genetik (Rios dkk, 2023).

Hipertensi merupakan penyebab kematian utama yang sering disebut the silent killer disease. Dimana pada saat ini penyakit degeneratif dan kardiovaskuler adalah salah satu masalah kesehatan masyarakat di Indonesia. Pengobatan awal pada hipertensi sangatlah penting karena dapat mencegah terjadinya berbagai macam komplikasi (Warjiman et al. 2020). Menurut (Alfaqeeh, Alfian, and Abdulah 2023), mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi risiko hipertensi dapat meningkatkan pengambilan keputusan. Tekanan darah yang tinggi dipengaruhi oleh gaya hidup dan faktor demografi. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa perubahan signifikan dalam kebiasaan gaya hidup berdampak pada prevalensi hipertensi hal ini termasuk merokok, kualitas tidur yang buruk, dan kurangnya aktivitas fisik.

Berdasarkan data yang disajikan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), jumlah kasus hipertensi di kalangan populasi dewasa terus menunjukkan kecenderungan peningkatan

yang signifikan di masa mendatang. Pada tahun 2022, diperkirakan sekitar 1,28 miliar orang dewasa, atau sekitar 25% dari populasi dewasa global, menderita kondisi ini. Hipertensi, atau tekanan darah tinggi, merupakan kondisi medis yang serius karena dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, stroke, dan gangguan kesehatan lainnya yang mengancam jiwa. Selain itu, data kematian yang terkait dengan hipertensi juga mencatat angka yang mengkhawatirkan, dengan perkiraan sekitar 10,2 juta kematian akibat komplikasi hipertensi pada tahun yang sama. Menurut laporan terbaru dari WHO pada tahun 2023, prevalensi hipertensi terus mengalami peningkatan global, dengan lebih dari 30% dari populasi dewasa di seluruh dunia terkena dampaknya. Hal ini menunjukkan bahwa hipertensi bukan hanya merupakan masalah kesehatan individu, tetapi juga merupakan tantangan kesehatan masyarakat yang membutuhkan perhatian serius dari sektor kesehatan global. WHO menekankan pentingnya deteksi dini, pengelolaan yang tepat, dan pencegahan primordial untuk mengurangi beban penyakit yang disebabkan oleh hipertensi (World Health Organization, 2023).

Berdasarkan data di Indonesia yang diperoleh dari Riskesdas terbaru pada tahun 2022, angka kejadian hipertensi mencapai 34,11%. Angka kejadian ini mengalami penambahan yang cukup signifikan apabila dibandingkan dengan data yang diperoleh dari hasil Riskesdas sebelumnya pada tahun 2019, diperoleh hasil pengukuran tekanan darah masyarakat dan peningkatan yang cukup signifikan terjadi pada pengukuran tekanan darah usia di atas 60 tahun yaitu sebesar 25.8% (Kemenkes RI, 2020). Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian (Kartika, Subakir, and Mirsiyanto 2021).

Berdasarkan data hipertensi dengan kategori Kabupaten di Provinsi Aceh peringkat pertama terdapat di kabupaten Bener Meriah sebanyak 36,75%, peringkat kedua pada kabupaten kota Langsa sebanyak 35,07%, peringkat ketiga terdapat pada Aceh Tamiang sebanyak 34,97%, peringkat keempat terdapat pada kabupaten Aceh Tengah sebanyak 32,79% (Dinkes Aceh, 2021).

Berdasarkan data terbaru dari Dinas Kesehatan Aceh, kabupaten Aceh Selatan menghadapi tantangan signifikan terkait prevalensi hipertensi di kalangan penduduk dewasa. Pada tahun 2022, terdapat 17.813 kasus hipertensi pada laki-laki berusia di atas 15 tahun, sementara pada populasi perempuan jumlahnya mencapai 21.443 kasus. Data ini mencerminkan tingginya tingkat prevalensi hipertensi di wilayah ini, yang secara tidak langsung mencerminkan kondisi kesehatan masyarakat secara keseluruhan. Tahun berikutnya, pada tahun 2023, terjadi penurunan jumlah kasus hipertensi yang tercatat. Pada tahun ini,

jumlah laki-laki yang terkena hipertensi mengalami penurunan menjadi 10.241 kasus, sementara jumlah perempuan yang terkena hipertensi turun menjadi 10.867 kasus. Meskipun terjadi penurunan, angka ini masih menunjukkan bahwa hipertensi tetap menjadi masalah kesehatan di Aceh Selatan. (Dinkes Aceh Selatan, 2023).

Para petugas kesehatan mengatakan selain memberikan obat hipertensi, mereka juga sudah memberikan konseling kepada pasien yang menderita hipertensi dengan menyarankan pasien untuk melakukan pola hidup sehat seperti rajin mengonsumsi buah dan sayur, mengurangi berat badan bagi yang mengalami berat badan lebih, pembatasan asupan natrium, diet rendah lemak, olahraga, pembatasan kafein, teknik relaksasi, dan menghentikan kebiasaan merokok bagi pasien laki-laki. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan penyakit hipertensi di Desa Jambo Apha Kecamatan Tapaktuan Kabupaten Aceh Selatan Tahun 2024.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan case control. Penelitian ini dilakukan di Desa Jambo Apha Kecamatan Tapaktuan Kabupaten Aceh Selatan pada tanggal 1-6 juli 2024. Populasi Kasus pada penelitian ini adalah seluruh laki-laki yang mengalami hipertensi dari usia 28 sampai 55 tahun yang berada di desa Jambo Apha Kecamatan Tapaktuan Kabupaten Aceh Selatan sebanyak 45 orang. Populasi Kontrol adalah Seluruh laki-laki yang tidak mengalami hipertensi dari usis 28 sampai 55 tahun yang berada di desa Jambo Apha Kecamatan Tapaktuan Kabupaten Aceh Selatan yang berjumlah 45 orang. Alat yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan kuesioner.

## HASIL PENELITIAN

### 1) Analisis Univariat

Karakteristik responden dalam penelitian ini dapat dilihat sebagai berikut:

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Hipertensi, Stress, Status Merokok, Keturunan dan Aktivitas Fisik Di Desa Jambo Apha**

| No | Variabel   | Jumlah | Persentase (%) |
|----|------------|--------|----------------|
| 1  | Hipertensi |        |                |
|    | a. Kontrol | 45     | 50             |
|    | b. Kasus   | 45     | 50             |
|    | Total      | 90     | 100            |

|   |                    |    |     |
|---|--------------------|----|-----|
| 2 | Stress             |    |     |
|   | a. Mengalami Stres | 75 | 83  |
|   | b. Normal          | 15 | 17  |
|   | Total              | 90 | 100 |
| 3 | Status Merokok     |    |     |
|   | a. Ya              | 56 | 62  |
|   | b. Tidak           | 34 | 38  |
|   | Total              | 90 | 100 |
| 4 | Keturunan          |    |     |
|   | a. Ya              | 52 | 58  |
|   | b. Tidak           | 38 | 42  |
|   | Total              | 90 | 100 |
| 5 | Aktivitas Fisik    |    |     |
|   | a. Sedang          | 30 | 33  |
|   | b. Ringan          | 60 | 67  |
|   | Total              | 90 | 100 |

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa dari 90 responden ada 45 orang yang mengalmai hipertensi (kelompok kasus), ada 83% yang mengalami stress, 62% yang merokok, 58% yang memiliki riwayat hipertensi dari keturunan dan 60% yang melakukan aktivitas fisik yang ringan.

## 2) Analisis Bivariat

**Tabel 2 Hubungan Stress Dengan Hipertensi Pada Laki-Laki Dewasa Di Desa Jambo Apha**

| Stress          | Hipertensi |            |           |            | <i>P-Value</i> | <i>OR</i> |
|-----------------|------------|------------|-----------|------------|----------------|-----------|
|                 | Kasus      |            | Kontrol   |            |                |           |
|                 | F          | %          | F         | %          |                |           |
| Mengalami Stres | 37         | 82         | 38        | 84         | 0,77           | 1,17      |
| Normal          | 8          | 8          | 7         | 16         |                |           |
| <b>Total</b>    | <b>45</b>  | <b>100</b> | <b>45</b> | <b>100</b> |                |           |

Tabel 2 menunjukkan hubungan stress dengan hipertensi pada laki-laki dewasa yaitu dari 45 responden kelompok kasus ada 82% yang mengalami stress serta dari 45 responden pada kelompok kontrol ada 84% yang mengalami stres. Hasil uji stastistik dengan menggunakan uji *chi-square* didapatkan *p-value* 0,77 yang berarti tidak ada hubungan stress dengan hipertensi pada laki-laki dewasa di desa Jambo Apha dengan nilai OR 1,17 yang

artinya individu yang mengalami stres 1,17 kali memiliki kemungkinan lebih tinggi untuk mengalami hipertensi.

**Tabel 1 Hubungan Status Merokok Dengan Hipertensi Pada Laki-Laki Dewasa Di Desa Jambo Apha**

| Status Merokok | Hipertensi |            |           |            | P-Value | OR   |
|----------------|------------|------------|-----------|------------|---------|------|
|                | Kasus      |            | Kontrol   |            |         |      |
|                | f          | %          | F         | %          |         |      |
| Ya             | 27         | 60         | 29        | 64         | 0,66    | 0,82 |
| Tidak          | 18         | 40         | 16        | 36         |         |      |
| <b>Total</b>   | <b>45</b>  | <b>100</b> | <b>45</b> | <b>100</b> |         |      |

Tabel 3 menunjukkan status merokok dengan hipertensi pada laki-laki dewasa yaitu dari 45 responden kelompok kasus ada 60% dengan status merokok serta dari 45 responden pada kelompok kontrol ada 64% dengan status merokok. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi-square* didapatkan *p-value* 0,66 yang berarti tidak ada hubungan status merokok dengan hipertensi pada laki-laki dewasa di desa Jambo Apha dengan nilai OR 0,82 yang artinya bahwa individu yang merokok memiliki peluang 0,82 kali (20%) lebih rendah untuk mengalami hipertensi dibandingkan dengan individu yang tidak merokok. Namun, hal ini tidak berarti bahwa merokok melindungi dari hipertensi.

**Tabel 4 Hubungan Keturunan Dengan Hipertensi Pada Laki-Laki Dewasa Di Desa Jambo Apha**

| Keturunan    | Hipertensi |            |          |            | P-Value | OR   |
|--------------|------------|------------|----------|------------|---------|------|
|              | Kasus      |            | Kontrol  |            |         |      |
|              | f          | %          | F        | %          |         |      |
| Ya           | 34         | 76         | 18       | 40         | 0,001   | 4,63 |
| Tidak        | 11         | 24         | 27       | 60         |         |      |
| <b>Total</b> | <b>43</b>  | <b>100</b> | <b>2</b> | <b>100</b> |         |      |

Tabel 4 menunjukkan hubungan keturunan dengan hipertensi pada laki-laki dewasa yaitu dari 45 responden kelompok kasus ada 76% yang memiliki riwayat hipertensi dalam keluarga serta dari 45 responden pada kelompok kontrol ada 40% yang memiliki riwayat hipertensi dalam keluarga. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi-square* didapatkan *p-value* 0,001 yang berarti ada hubungan riwayat hipertensi dalam keluarga dengan hipertensi pada laki-laki dewasa di desa Jambo Apha dengan nilai OR 4,63 yang artinya bahwa individu yang memiliki riwayat hipertensi dalam keluarga memiliki peluang 4,63 kali lebih tinggi berisiko mengalami hipertensi dibandingkan dengan individu yang tidak memiliki.

**Tabel 2 Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Hipertensi Pada Laki-Laki Dewasa Di Desa Jambo Apha**

| Aktivitas Fisik | Hipertensi |            |           |            | <i>P-Value</i> | <i>OR</i> |
|-----------------|------------|------------|-----------|------------|----------------|-----------|
|                 | Kasus      |            | Kontrol   |            |                |           |
|                 | f          | %          | F         | %          |                |           |
| Berat           | 14         | 31         | 16        | 35         | 0,65           | 0,81      |
| Ringan          | 31         | 69         | 29        | 65         |                |           |
| <b>Total</b>    | <b>45</b>  | <b>100</b> | <b>45</b> | <b>100</b> |                |           |

Tabel 5 menunjukkan hubungan aktivitas fisik dengan hipertensi pada laki-laki dewasa yaitu dari 45 responden kelompok kasus ada 31% yang melakukan aktivitas fisik berat serta dari 45 responden pada kelompok kontrol ada 35% yang memiliki aktivitas fisik berat. Hasil uji stastistik dengan menggunakan uji *chi-square* didapatkan *p-value* 0,65 yang berarti tidak ada hubungan aktivitas fisik dengan hipertensi pada laki-laki dewasa di desa Jambo Apha dengan nilai OR 0,81 bahwa individu yang beraktivitas berat memiliki peluang 0,82 kali (20%) lebih rendah untuk mengalami hipertensi dibandingkan dengan individu yang beraktivitas ringan. Namun, hal ini tidak berarti bahwa melakukan aktivitas berat melindungi dari hipertensi.

## PEMBAHASAN

### 1. Hubungan Stress Dengan Kejadian Hipertensi Di Desa Jambo Apha

Berdasarkan hasil penelitian hubungan stress dengan hipertensi pada laki-laki dewasa yaitu dari 45 responden kelompok kasus ada 82% yang mengalami stress serta dari 45 responden pada kelompok kontrol ada 84% yang mengalami stres. Hasil uji stastistik dengan menggunakan uji *chi-square* didapatkan *p-value* 0,77 yang berarti tidak ada hubungan stress dengan hipertensi pada laki-laki dewasa di desa Jambo Apha dengan nilai OR 1,17 yang artinya individu yang mengalami stres 1,17 kali memiliki kemungkinan lebih tinggi untuk mengalami hipertensi.

Pada hasil penelitian ini, didapatkan tidak ada hubungan stress dengan kejadian hipertensi bisa disebabkan oleh pengelolaan stress yang baik. Respons terhadap stres sangat bervariasi antara individu. Faktor genetik, kondisi kesehatan yang mendasari, dan dukungan sosial dapat memengaruhi bagaimana seseorang bereaksi terhadap stres. Beberapa orang mungkin memiliki mekanisme koping yang baik yang membantu mereka mengelola stres tanpa mempengaruhi tekanan darah.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian oleh (Safitri, Husna, and Aningsih 2024), sari hasil penelitian didapatkan dari 20 responden dengan tingkat stres

sedang sebanyak 16 (80,0%) mengalami hipertensi, sedangkan dari 30 responden dengan tingkat stress ringan sebanyak 18 (60,0%) tidak mengalami hipertensi. Hasil uji statistik diperoleh  $p\text{-value}=0,012$ , artinya ada hubungan yang signifikan antara stres dengan kejadian hipertensi. Stres dapat menjadi penyebab hipertensi, ketika seseorang mengalami stress, tubuh merespons dengan melepaskan hormone-hormon tertentu yang dapat mempengaruhi sistem kardiovaskular dan meningkatkan tekanan darah. Respon stress dan dampaknya terhadap tekanan darah dapat bervariasi, beberapa orang mungkin lebih rentan terhadap efek tekanan darah tinggi akibat stress dari pada orang lain, maka perlu mengelola stress secara efektif melalui teknik relaksasi, olahraga dan dukungan sosial.

Pendapat peneliti, stress dapat memicu respons fisiologis yang menyebabkan peningkatan tekanan darah. Ketika seseorang mengalami stress, tubuh melepaskan hormon seperti adrenalin dan kortisol, yang dapat meningkatkan denyut jantung dan menyempitkan pembuluh darah, sehingga berkontribusi pada peningkatan tekanan darah. Stress kronis juga dapat mempengaruhi kebiasaan hidup seseorang, seperti pola makan yang buruk, kurangnya aktivitas fisik, dan peningkatan konsumsi alkohol atau kafein, yang semuanya dapat memperburuk hipertensi. Selain itu, individu yang mengalami stress lebih cenderung mengabaikan perawatan kesehatan mereka, yang dapat memperburuk kondisi hipertensi yang sudah ada. Oleh karena itu, manajemen stress yang efektif, seperti teknik relaksasi, olahraga, dan dukungan sosial, sangat penting dalam pencegahan dan pengelolaan hipertensi. Mengelola stress dapat membantu menurunkan tekanan darah dan meningkatkan kesehatan secara keseluruhan.

## **2. Hubungan Status Merokok Dengan Kejadian Hipertensi Di Desa Jambo Apha**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan hubungan stress dengan hipertensi pada laki-laki dewasa yaitu dari 45 responden kelompok kasus ada 82% yang mengalami stress serta dari 45 responden pada kelompok kontrol ada 84% yang mengalami stress. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi-square* didapatkan  $p\text{-value}$  0,77 yang berarti tidak ada hubungan stress dengan hipertensi pada laki-laki dewasa di desa Jambo Apha dengan nilai OR 1,17 yang artinya individu yang mengalami stress 1,17 kali memiliki kemungkinan lebih tinggi untuk mengalami hipertensi.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Umbas, Tuda, and Numansyah 2019), melaporkan bahwa dari 74 subjek yang diteliti, didapatkan perokok berat dengan hipertensi derajat II 18 subjek, hipertensi derajat I 9 subjek,



hipertensi normal tinggi 4 subjek, dengan menggunakan uji chi-square pada tingkat kemaknaan 95%, didapat bahwa nilai p-value adalah 0,016 lebih kecil dari nilai signifikan 0,05. Pada penelitian ini dilakukan di Desa Motoling Dua Kecamatan Motoling Kabupaten Minahasa Selatan diperoleh subjek yang merokok dengan Riwayat hipertensi berjumlah 71 subjek (53.0%), dengan hasil uji statistik chi square menunjukkan bahwa ada hubungan antara status merokok dengan kejadian hipertensi pada laki-laki usia 40-65 tahun dengan nilai  $p = 0,001$  atau  $p \leq 0,05$ . Hasil penelitian (Alfaqeeh, Alfian, and Abdulah 2023) menggunakan data dari Survei Kehidupan Keluarga Indonesia mendapatkan hasil bahwa perokok memiliki peluang lebih tinggi terkena hipertensi (OR 1,297, 95%) dibandingkan bukan perokok. Merokok menyebabkan peningkatan tekanan darah dengan cara menstimulasi sistem saraf simpatis.

Menurut pendapat peneliti, dari hasil penelitian yang dilakukan terdapat pengaruh merokok terhadap hipertensi, dikarenakan zat-zat kimia yang terkandung dalam tembakau terutama nikotin yang dapat merangsang saraf dan dapat memicu kerja jantung lebih cepat, sehingga peredaran darah mengalir lebih cepat dan terjadi penyempitan pembuluh darah serta peran karbon monoksida yang dapat menggantikan oksigen dalam darah dan memaksa jantung memenuhi oksigen di dalam tubuh. dan juga dengan adanya kesadaran dari diri seseorang untuk melakukan menghentikan kebiasaan merokok, juga bisa membantu untuk menurunkan tekanan darah di dalam tubuh.

### **3. Hubungan Keturunan Dengan Kejadian Hipertensi Di Desa Jambo Apha**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan hubungan keturunan dengan hipertensi pada laki-laki dewasa yaitu dari 45 responden kelompok kasus ada 76% yang memiliki riwayat hipertensi dalam keluarga serta dari 45 responden pada kelompok kontrol ada 40% yang memiliki riwayat hipertensi dalam keluarga. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi-square* didapatkan *p-value* 0,001 yang berarti ada hubungan riwayat hipertensi dalam keluarga dengan hipertensi pada laki-laki dewasa di desa Jambo Apha dengan nilai OR 4,63 yang artinya bahwa individu yang memiliki riwayat hipertensi dalam keluarga memiliki peluang 4,63 kali lebih tinggi berisiko mengalami hipertensi dibandingkan dengan individu yang tidak memiliki.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Erma Kusumayanti & Zurrahmi Z. R. 2021) salah satu risiko yang berhubungan dengan kejadian

hipertensi pada penderita hipertensi adalah riwayat keluarga dan keturunan, hal tersebut dikarenakan adanya faktor genetik yang berhubungan erat dengan peningkatan kadar natrium intraseluler dan rendahnya resiko kalium-kalium. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi usia produktif di Desa Pulau Jambu Wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuok Dimana didapatkan hasil ada hubungan antara Riwayat keluarga dengan Riwayat hipertensi ( $p$  value =0,000).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Rahmi, Safitri, and Faizin 2023) dengan hasil ada hubungan yang signifikan ( $p$  value 0,025) antara riwayat keluarga dengan kejadian hipertensi dengan nilai *Odd Ratio* (OR) sebesar 3,100 dapat diartikan bahwa orang yang memiliki riwayat keluarga hipertensi memiliki resiko 3,100 kali lebih besar menderita hipertensi dibandingkan dengan orang yang tidak memiliki riwayat keluarga hipertensi.

Menurut asumsi peneliti, factor genetik atau riwayat keluarga dengan hipertensi dapat menjadi faktor pendukung seseorang mengalami hipertensi meskipun factor genetik atau keturunan berhubungan dengan kejadian hipertensi, namun factor lingkungan juga berhubungan dengan kejadian hipertensi. Individu dalam keluarga yang memiliki riwayat hipertensi cenderung terpapar pada pola hidup yang sama, seperti diet tinggi garam, kurangnya aktivitas fisik, dan stres, yang semuanya dapat memicu hipertensi. Keluarga dengan riwayat hipertensi seringkali juga memiliki riwayat penyakit lain, seperti diabetes atau penyakit jantung, yang dapat memperburuk risiko hipertensi. Riwayat hipertensi pada keluarga juga dapat meningkatkan kesadaran akan risiko hipertensi lebih tinggi sehingga dapat mendorong individu untuk menjalani gaya hidup yang lebih sehat dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin.

#### **4. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Di Desa Jambo Apha**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan hubungan aktivitas fisik dengan hipertensi pada laki-laki dewasa yaitu dari 45 responden kelompok kasus ada 31% yang melakukan aktivitas fisik berat serta dari 45 responden pada kelompok kontrol ada 35% yang memiliki aktivitas fisik berat. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi-square* didapatkan  $p$ -value 0,65 yang berarti tidak ada hubungan aktivitas fisik dengan hipertensi pada laki-laki dewasa di desa Jambo Apha dengan nilai OR 0,81 bahwa individu yang beraktivitas berat memiliki peluang 0,82 kali (20%) lebih rendah untuk mengalami hipertensi dibandingkan dengan individu yang beraktivitas ringan. Namun, hal ini tidak berarti bahwa melakukan aktivitas berat melindungi dari hipertensi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Lestari, Yudanari, and Saparwati 2020) menunjukkan hasil bahwa responden yang mengalami hipertensi paling banyak melakukan aktifitas fisik kategori ringan yaitu 19 responden (79,2%), sedangkan pada responden yang tidak hipertensi aktivitas fisik yang dilakukan paling banyak masuk kedalam kategori aktivitas fisik berat yaitu 22 responden (73,3%). Hal ini menunjukkan bahwa semakin ringan aktifitas fisik yang dilakukan responden, maka semakin tinggi tekanan darah yang dimiliki. Lestari dkk pada tahun 2020 dalam penelitiannya bahwa dari hasil uji statistic diperoleh nilai  $p=0.001$  lebih kecil ( $<$ ) dari  $\alpha 0,05$  yang berarti ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada responden di Puskesmas Kedu Kecamatan Kedu Kabupaten Temanggung.

Menurut (Alfaqeeh, Alfian, and Abdulah 2023), individu yang tidak melakukan aktivitas fisik memiliki kemungkinan lebih rendah untuk mengalami hipertensi. Hubungan antara aktivitas fisik dan hipertensi sangatlah kompleks. Mekanisme spesifik bagaimana aktivitas fisik mencegah hipertensi belum sepenuhnya dipahami, karena kondisi ini bersifat multifaktorial. Para peneliti telah mengusulkan beberapa mekanisme potensial yang mendasari efek penurunan tekanan darah akibat aktivitas fisik, antara lain melalui penurunan resistensi vaskular yang melibatkan sistem saraf simpatis dan sistem renin-angiotensin. Hal ini menunjukkan bahwa jalur fisiologis yang dipengaruhi oleh aktivitas fisik berperan dalam memodulasi tingkat tekanan darah. Studi-studi ini mengindikasikan bahwa dampak aktivitas fisik terhadap hipertensi merupakan hasil dari interaksi kompleks berbagai faktor. Menurut penelitian (Lavôr et al. 2020), individu yang tidak melakukan aktifitas fisik yang aktif memiliki rasio prevalensi hipertensi yang signifikan, yaitu 1,53 kali lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang aktif. Temuan ini menguatkan peran ketidakaktifan fisik sebagai faktor risiko penting untuk penyakit kronis yang tidak menular, yang menyebabkan lebih dari tiga juta kematian setiap tahunnya.

Menurut pendapat peneliti, dari hasil penelitian yang dilakukan terdapat pengaruh aktivitas fisik terhadap hipertensi. Pada penelitian ini peneliti melihat bahwa seseorang yang rutin melakukan aktifitas fisik ringan sebagian besar memiliki tekanan darah yang rendah di bandingkan mereka yang beraktifitas fisik berat, Secara umum, aktivitas fisik ringan cenderung lebih aman dan memiliki risiko lebih rendah terkait hipertensi dibandingkan aktivitas fisik berat. Aktivitas fisik ringan, seperti berjalan santai atau berkebun, dapat membantu menjaga kesehatan jantung dan mengontrol tekanan darah tanpa memberikan stres berlebihan pada tubuh.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara stress ( $p$ -value = 0,77 dan OR 1,17), status merokok ( $p$ -value= 0,66 dan OR 0,82), aktivitas fisik ( $p$ -value 0,65 dengan nilai OR 0,81) dengan kejadian hipertensi. Ada hubungan riwayat hipertensi dalam keluarga ( $p$ -value= 0,001 dan OR 4,63) dengan kejadian hipertensi Di Desa Jambo Apha.

## REFERENSI

- Alfaqeeh, Mohammed, Sofa D. Alfian, and Rizky Abdulah. 2023. "Factors Associated with Hypertension Among Adults: A Cross-Sectional Analysis of the Indonesian Family Life Survey." *Vascular Health and Risk Management* 19(December 2023): 827–36. doi:10.2147/VHRM.S438180.
- Andika, Fauziah, Faradilla Safitri, Asmaul Husna, and Nuzulul Rahmi. 2022. "Analisis Kepatuhan Pasien Hipertensi Terhadap Penggunaan Obat Generik Di Wilayah Kerja Puskesmas Mane Kabupaten Pidie Analysis of Hypertension Patient Compliance with the Use of Generic Drugs in the Work Area of the Mane Health Center , Pidie Regency." *Journal of Healthcare Technology and Medicine* 8(1): 1–9.
- Dinas Kesehatan Aceh. (2022). *Pelayanan kesehatan penderita hipertensi menurut jenis kelamin [Grafik statistik]*. Diakses dari <https://profilkes.acehprov.go.id/statistik/grafik/pelayanan-kesehatan-penderita-hipertensi/>
- Dinkes Aceh Selatan. (2023). *Jumlah penderita hipertensi tahun 2019* [Data file]. Diakses dari <https://data.acehselatankab.go.id/dataset/jumlah-penderita-hipertensi>
- Erma Kusumayanti & Zurrahmi Z. R., Maharani. 2021. "JURNAL NERS Research & Learning in Nursing Science Abstrak." *jurnal NERS* 5(23): 1–7.
- Kartika, Mory, Subakir Subakir, and Eko Mirsiyanto. 2021. "Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Hipertensi." *Jurnal Kesmas Jambi* 5(1): 1–9.
- Kemenkes RI.2020. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Jakarta
- Lavôr, Layanne Cristina De Carvalho, Rosana Rodrigues De Sousa, Lays Arnaud Rosal Lopes Rodrigues, Onias De Sousa Rodrigues Filho, Adriana De Azevedo Paiva, and Karoline De Macêdo Gonçalves Frota. 2020. "Prevalence of Arterial Hypertension and Associated Factors: A Population-Based Study." *Revista da Associacao Medica Brasileira* 66(5): 630–36. doi:10.1590/1806-9282.66.5.630.
- Lestari, Puji, Yunita Galih Yudanari, and Mona Sapparwati. 2020. "Hubungan Antara Aktifitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Usia Dewasa Di Puskesmas Kedu Kabupaten

Temanggung.” *Jurnal Kesehatan Primer* 5(2): 21–30.

- Rahmi, Nuzulul, Faradilla Safitri, and Wilda Num Faizin. 2023. “Determinants of Risk Factors for Hypertension in the Elderly in the Working Area of Ulee Kareng Primary Health Centet, Banda Aceh City.” *Journal of Healthcare Technology and Medicine* 9(2): 1716–26.
- Rios FJ, dkk. 2023. *Impact of Environmental Factors on Hypertension and Associated Cardiovascular Disease*. Canadian Journal of Cardiology, Vol 39, Issue 9.
- Safitri, Faradilla, Asmaul Husna, and Dewi Fitri Aningsih. 2024. “Analisis Faktor Risiko Kejadian Hipertensi Pada Pasien Di Poliklinik Bidang Kedokteran Dan Kesehatan Polda Aceh Analysis of Risk Factors for Hypertension in Patients at the Aceh Police Medical and Health Polyclinic.” 10(1): 1–8.
- Umbas, Irene Megawati, Josef Tuda, and Muhamad Numansyah. 2019. “Hubungan Antara Merokok Dengan Hipertensi Di Puskesmas Kawangkoan.” *Jurnal Keperawatan* 7(1). doi:10.35790/jkp.v7i1.24334.
- Warjiman, Ermeisi Er Unja, Yohana Gabrilinda, and Fransiska Dwi Hapsari. 2020. “Skrining Dan Edukasi Penderita Hipertensi.” *Jurnal Suaka Insan Mengabdi (JSIM)* 2(1): 15–26. <http://journal.stikessuakainsan.ac.id/index.php/JSIM/article/view/215>.
- World Health Organization. (2020). Basic Dokuments (forty – ninth edition ed ) Geneva : World Health Organization
- World Health Organization. (2023). Hypertension. Diakses dari <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/hypertension>