



Homepage Journal: <https://jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/JKS>

Faktor Risiko Hipertensi pada Lansia di Desa Tomini Utara Kecamatan Tomini Kabupaten Parigi Moutong

Risk Factors for Hypertension in the Elderly in North Tomini Village, Tomini District, Parigi Moutong Regency

Helena Pangaribuan^{1*}, Nurlailah Umar²

^{1,2}Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Palu, Jl. Thalua Konchi No.19, Mamboro, Kec. Palu Utara, Kota Palu, Sulawesi Tengah 94145, Indonesia

*Korespondensi: E-mail: Helenaesterpangaribuan@yahoo.co.id

Artikel Penelitian

Article History:

Received: 2 May, 2024

Revised: 24 May, 2024

Accepted: 15 June, 2024

Kata Kunci:

Hipertensi;
Lansia;
Desa Tomini Utara

Keywords:

Hypertension;
Elderly;
North Tomini Village

DOI: 10.56338/jks.v7i6.5514

ABSTRAK

Hipertensi adalah sebagai peningkatan tekanan darah sistolik sedikitnya 140 mmHg atau tekanan diastolik sedikitnya 90 mmHg. Hipertensi tidak hanya beresiko tinggi menderita penyakit jantung, tetapi juga menderita penyakit lain seperti penyakit saraf, ginjal, dan pembuluh darah dan makin tinggi tekanan darah, makin besar risikonya. Tujuan Diketuinya Faktor Risiko Hipertensi Pada Masyarakat Di Desa Tomini Utara Kecamatan Tomini Kab. Parigi Moutong. Jenis penelitian analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang ada di desa tomini utara yang berjumlah 99 orang dengan sampel berjumlah 50 responden. Hasil penelitian dari 50 responden Stress sebanyak 38 responden stress ringan, 12 responden stress berat. Responden yang tidak hipertensi sebanyak 16 responden dan responden yang hipertensi sebanyak 34 responden. Nilai Odds Ratio = 0,923 yang menunjukkan bahwa stress dan hipertensi merupakan faktor risiko hipertensi. kebiasaan merokok sebanyak 29 reponden pernah memiliki kebiasaan, 21 responden tidak pernah memiliki kebiasaan merokok. Responden yang tidak hipertensi sebanyak 16 responden dan responden yang hipertensi sebanyak 34. Nilai Odds Ratio = 1.316 yang menunjukkan bahwa kebiasaan merokok dan hipertensi merupakan faktor risiko hipertensi. aktivitas olahraga sebanyak 38 reponden ya melakukan aktivitas olahraga, 12 responden tidak melakukan aktivitas olahraga. Responden yang tidak hipertensi sebanyak 16 responden dan responden yang hipertensi sebanyak 34 responden. Nilai Odds Ratio = 0,570 yang menunjukkan bahwa aktivitas olahraga dan hipertensi merupakan faktor risiko hipertensi. Kesimpulan Ada Hubungan faktor risiko antara stress, kebiasaan merokok dan aktivitas olahraga pada hipertensi lansia di desa Tomini Utara Kecamatan Tomini Kabupaten Parigi Moutong. saran dapat memberikan masukan untuk pemerintah desa tomini utara dan pegawai puskesmas tomini dalam pencegahan faktor resiko hipertensi pada masyarakat di desa Tomini Utara.

ABSTRACT

Hypertension is defined as an increase in systolic blood pressure of at least 140 mmHg or diastolic blood pressure of at least 90 mmHg. Hypertension not only has a high risk of suffering from heart disease, but also suffers from other diseases such as nerve, kidney and blood vessel diseases and the higher the blood pressure, the greater the risk. The aim is to find out the risk factors for hypertension in the community in North Tomini Village, Tomini District, Kab. Paris Moutong. Type of analytical research with a crosssectional approach. The population in this study were all elderly people in North Tomini village, totaling 99 people with a sample of 50 respondents. The results of the research from 50 stress respondents were 38 respondents with mild stress, 12 respondents with severe stress. There were 16 respondents who were not hypertensive and 34 respondents who were hypertensive. Odds Ratio value = 0.923 which indicates that stress and hypertension are risk factors for hypertension. 29 respondents had a smoking habit, 21 respondents never had a smoking habit. There were 16 respondents who were not hypertensive and 34 respondents who were hypertensive. The Odds Ratio value = 1.316 which indicates that smoking habits and hypertension are risk factors for hypertension. 38 respondents did sports activities, 12 respondents did not do sports activities. There were 16 respondents who were not hypertensive and 34 respondents who were hypertensive. Odds Ratio value = 0.570 which indicates that sports activities and hypertension are risk factors for hypertension. Conclusion There is a relationship between risk factors between stress, smoking habits and sports activities on elderly hypertension in North Tomini village, Tomini subdistrict, Parigi Moutong district. Suggestions can provide input for the North Tomini village government and Tomini Community Health Center employees in preventing risk factors for hypertension in the community in North Tomini village.

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan tantangan besar di Indonesia. Hipertensi merupakan kondisi yang sering ditemukan pada pelayanan kesehatan primer dengan risiko morbiditas dan mortalitas yang meningkat sesuai dengan peningkatan tekanan sistolik dan diastolik yang menjadi penyebab utama gagal jantung, stroke dan gagal-ginjal. Hipertensi disebut juga sebagai “pembunuh diam–diam” karena orang dengan hipertensi sering tidak menampakkan gejala. Institut Nasional Jantung, Paru dan Darah di Indonesia memperkirakan separuh orang yang menderita hipertensi tidak sadar akan kondisinya (Kartika et al., 2021)

Stress merupakan suatu keadaan yang diakibatkan oleh perubahan lingkungan dan dianggap menantang dan mengancam atau merusak keseimbangan dinamis seseorang (DEWI et al., 2020). Stress yang dialami lansia penyebabnya dikarenakan faktor psikologis seperti cemas, depresi, dan kebingungan untuk menerima keadaannya kambuh tekanan darah diatas batas normal (Windani et al., 2019 dalam Situmorang & Wulandari, 2020).

Lansia yaitu seseorang memasuki usia 60-74 tahun pada usia ini seseorang akan mengalami penurunan baik dalam faktor fisik maupun psikisnya dan semakin bertambahnya usia semakin besar resiko terjadi hipertensi disebabkan oleh perubahan struktur pembuluh darah seperti penyempitan lumen (Ihsan Kurniawan, 2019). Menurut peneliti sebelumnya dalam klabat journal of nursing stress juga dapat memicu terjadinya peningkatan tekanan darah pada penderita hipertensi (Tyas & Zulfikar, 2021)

Data World Health Organization (WHO), pada tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 Milyar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahun nya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 milyar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (KemenKes, 2019 Seseorang dikatakan mengalami hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi jika pemeriksaan tekanan darah menunjukkan hasil diatas 140/90 mmHg atau lebih dalam keadaan istirahat dengan dua kali pemeriksaan selang waktu 5 menit. Pada saat beristirahat, sistolik dikatakan normal jika berada pada nilai 100-140 mmHg, sedangkan diastolik dikatakan normal jika berada pada nilai 60-90 mmHg (Sekar Siwi et al., 2020)

Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan laporan Riskesdas pada bulan Maret 2018 menyatakan bahwa hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun sebesar 34,1%, dengan provinsi tertinggi di Kalimantan Selatan (44.1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%). Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian (0,7%) (Kartika et al., 2021)

Penderita hipertensi pada tahun 2021 di Provinsi Sulawesi Tengah adalah 384,072 (2,33%). Presentase capaian hipertensi di lihat dari angka estimasi tertinggi pada tahun 2020 adalah kabupaten donggala dengan capaian 7,11%. Berdasarkan data di atas jumlah estimasi penderita hipertensi usia > 15 tahun sebanyak 65.398 jiwa dan yang mendapatkan pelayanan hipertensi sebanyak 4.650 jiwa. Sedangkan kabupaten yang memiliki presentase hipertensi terendah adalah kabupaten morowali utara dengan estimasi jumlah penderita hipertensi 20.917% jiwa dan yang mendapatkan pelayanan capaian 28 jiwa (0.13%). Tingginya jumlah penderita hipertensi berkaitan erat dengan pola hidup (life style) masyarakat yang cenderung kurang melakukan aktivitas fisik, mengonsumsi terlalu banyak makanan tinggi garam, terlalu banyak kafein dan memiliki kebiasaan merokok dan mengonsumsi minuman beralkohol, berat badan berlebih atau kegemukan, dyslipidemia dan stress (Dinas Kesehatan Sulawesi tengah, 2021).

Riset data kesehatan dasar (Riskesdas) Provinsi Sulawesi Tengah terjadi penurunan hal revalensi hipertensi di tahun 2013 (28,7%) dibandingkan tahun 2007 (36,6%), tetapi mengalami peningkatan pada tingkat Kabupaten khususnya Parigi Moutong tahun 2007 (33,7%) dan tahun 2013 (36,8%). Prevelensi hipertensi berdasarkan terdiagnostik oleh tenaga kesehatan dan pengukuran pada tahun 2013 di Provinsi Sulawesi Tengah sebesar 28,7%, tertinggi di Kabupaten Parigi Moutong (36.8%), Toil-Toli (30,4%), Poso (29.8%), Banggai Kepulauan (29,1%), Donggala (28,7%), Morowali (28,0%), Banggai (27,2%), Sigi (26,3%), Palu (25,3%), Buol (22,7%), dan Tojo Una-Una (21,7%) (Bilbangkes Kementrian RI, 2013).

Seperti penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Maulidina (2019) dengan judul “faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Luhur Bekasi tahun 2018” yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian hipertensi (p value = 0,003). Hasil perhitungan Prevalensi Rasio (PR) menunjukkan responden dengan status gizi selalu menerapkan pola makan sehat dengan mengkonsumsi gizi seimbang sesuai dengan kebutuhan tubuh, rajin berolahraga serta menghindari makanan yang menjadi pemicu kegemukan (Kartika & Mirsiyanto, 2021)

Berdasarkan hasil observasi penulis di desa Tomini Utara diketahui gambaran gaya hidup masyarakat desa Tomini Utara secara umum adalah sebagaimana masyarakat tampak mempunyai proporsi berat dan tinggi badan yang tidak seimbang dan cenderung obesitas. Masyarakat tampak jarang menyediakan waktu secara khusus untuk berolahraga secara rutin. Sebagian besar masyarakat yang berjenis kelamin laki-laki tampak mempunyai kebiasaan merokok. Selain itu, hampir di setiap warung makanan yang penulis temukan di lingkungan masyarakat menjual ikan asin dimana kondisi ini menggambarkan bahwa masyarakat cenderung sering mengonsumsi makanan asin dan makanan lemak jenuh.

Hasil wawancara bersama 3 warga desa tomini utara diketahui sebagaimana besar masyarakat desa tomini utara jarang menyediakan waktu untuk berolahraga secara rutin karena kesibukan oleh pekerjaan masing-masing. Masyarakat juga menyampaikan kebiasaan makan makanan asin terutama ikan asin, yang sulit ditinggalkan. Salah satu masyarakat mengatakan banyaknya masyarakat desa Tomini Utara yang mengalami tekanan darah tinggi (hipertensi).

METODE

Jenis penelitian analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang ada di desa tomini utara yang berjumlah 99 orang dengan sampel berjumlah 50 responden. Penelitian ini dilaksanakan di Desa Tomini Utara, Kec. Tomini, Kab. Parigi Moutong. Waktu penelitian di laksanakan pada bulan 24 April 2023. Adapun analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis univariat dan analisis bivariate.

HASIL

Analisis Univariat

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Responden Di Desa Tomini Utara Kecamatan Tomini Kabupaten Parigi Moutong

Umur	Frekuensi	Persentase (%)
50-59	28	56
60-70	14	28
73-93	8	16
Jumlah	50	100

Sumber: Data Primer (2023)

Tabel 1 menunjukan reponden lebih banyak yang berumur 50-59 tahun sebanyak 28 responden (56%), dan reponden yang paling sedikit berumur 73-93 tahun sebanyak 8 responden (16%)

Analisis Bivariat

Faktor Risiko Hipertensi Pada Lansia Di Desa Tomini Utara Kecamatan Tomini Kabupaten Parigi Moutong dapat dilihat pada Tabel 4.8 dan 4.9 berikut Ini

Distribusi Faktor Resiko Hipertensi Antara Stress Dan Hipertensi Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Desa Tomini Utara Kecamatan Tomini Kabupaten Parigi Moutong.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Faktor Resiko Hipertensi Antara Stress Dan Hipertensi Pada Lansia Di Desa Tomini Utara Kecamatan Tomini Kabupaten Parigi Moutong

Stress	Hipertensi		Total	%	P value	OR	95% CI
	Ya	Tidak					
Berat	12	4	16	32,0			
Ringan	26	8	34	68,0	0,910	0,923	0,232-3.674
Jumlah	38	12	50	100			

Sumber: Data Primer 2023

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 50 responden Stress sebanyak 38 responden stress ringan, 12 responden stress berat. Responden yang tidak hipertensi sebanyak 16 responden dan responden yang hipertensi sebanyak 34 responden.

Setelah dilakukan uji Chi Square di dapatkan nilai p sebesar 0,910. P value (0,910) < (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara baris dan kolom. Hal ini menunjukkan bahwa Ho diterima, yakni tidak ada hubungan antara stress dan kebiasaan merokok dengan faktor risiko hipertensi pada lansia. Nilai Odds Ratio = 0,923 (95% CI 0,232-3.674) yang menunjukkan bahwa stress dan hipertensi dengan faktor risiko hipertensi pada lansia di desa Tomini Utara Kecamatan Tomini Kabupaten Parigi Moutong 0,923 kali lebih besar di dibandingkan dengan stress dan hipertensi. Bahwa stress dan hipertensi merupakan faktor risiko hipertensi.

Distribusi Faktor Resiko Hipertensi Antara kebiasaan merokok Dan Hipertensi Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Desa Tomini Utara Kecamatan Tomini Kabupaten Parigi Moutong

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Faktor Resiko Hipertensi Antara kebiasaan merokok Dan Hipertensi Pada Lansia Di Desa Tomini Utara Kecamatan Tomini Kabupaten Parigi Moutong

Hipertensi	Kebiasaan merokok		Total	%	P value	OR	95% CI
	Pernah	Tidak pernah					
Tidak hipertensi	10	6	16	32,0			
Hipertensi	19	15	34	68,0	0,658	1.316	0,389-4.446
Jumlah	29	21	50	100			

Sumber: Data Primer 2023

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 50 responden kebiasaan merokok sebanyak 29 responden pernah memiliki kebiasaan, 21 responden tidak pernah memiliki kebiasaan merokok. Responden yang tidak hipertensi sebanyak 16 responden dan responden yang hipertensi sebanyak 34 responden.

Setelah dilakukan uji Chi Square di dapatkan nilai p sebesar 0,658. P value (0,658) < (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara baris dan kolom. Hal ini menunjukkan bahwa Ho diterima, yakni tidak ada hubungan antara kebiasaan merokok dan hipertensi dengan faktor risiko hipertensi pada lansia. Nilai Odds Ratio = 1.316 (95% CI 0,389-4.446) yang menunjukkan bahwa kebiasaan merokok dan hipertensi dengan faktor risiko hipertensi pada lansia di

Desa Tomini Utara Kecamatan Tomini Kabupaten Parigi Moutong 1.316 kali lebih besar di bandingkan dengan kebiasaan merokok dan hipertensi. Bahwa kebiasaan merokok dan hipertensi merupakan faktor risiko hipertensi.

Distribusi Faktor Resiko Hipertensi Antara aktivitas olahraga Dan Hipertensi Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Desa Tomini Utara Kecamatan Tomini Kabupaten Parigi Moutong

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Faktor Resiko Hipertensi Antara aktivitas olahraga Dan Hipertensi Pada Lansia Di Desa Tomini Utara Kecamatan Tomini Kabupaten Parigi Moutong

Hipertensi	Aktivitas olahraga		(N)	%	P value	OR	95% CI
	ya	Tidak					
Tidak hipertensi	11	5	16	32			
Hipertensi	27	7	34	68	0,410	0,570	0,149-2.189
Jumlah	38	12	50	100			

Sumber: Data Primer 2023

Tabel 4 menunjukkan bahwa dari 50 responden aktivitas olahraga sebanyak 38 responden melakukan aktivitas olahraga, 12 responden tidak melakukan aktivitas olahraga. Responden yang tidak hipertensi sebanyak 16 responden dan responden yang hipertensi sebanyak 34 responden.

Setelah dilakukan uji Chi Square di dapatkan nilai p sebesar 0,410. P value (0,410) < (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara baris dan kolom. Hal ini menunjukkan bahwa Ho diterima, yakni tidak ada hubungan antara aktivitas olahraga dan hipertensi dengan faktor risiko hipertensi pada lansia. Nilai Odds Ratio = 0,570 (95% CI 0,148-2.189) yang menunjukkan bahwa aktivitas olahraga dan hipertensi dengan faktor risiko hipertensi pada lansia di desa Tomini Utara Kecamatan Tomini Kabupaten Parigi Moutong 0,570 kali lebih besar di bandingkan dengan aktivitas olahraga dan hipertensi. Bahwa aktivitas olahraga dan hipertensi merupakan faktor risiko hipertensi.

DISKUSI

Stress dan hipertensi dengan faktor risiko hipertensi pada lansia

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 50 responden Stress sebanyak 38 responden stress ringan, 12 responden stress berat. Responden yang tidak hipertensi sebanyak 16 responden dan responden yang hipertensi sebanyak 34 responden. Setelah dilakukan uji Chi Square di dapatkan nilai p sebesar 0,910. P value (0,910) < (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara baris dan kolom. Hal ini menunjukkan bahwa Ho diterima, yakni tidak ada hubungan antara stress dan kebiasaan merokok dengan faktor risiko hipertensi pada lansia. Nilai Odds Ratio = 0,923 (95% CI 0,232-3.674) yang menunjukkan bahwa stress dan hipertensi dengan faktor risiko hipertensi pada lansia di desa Tomini Utara Kecamatan Tomini Kabupaten Parigi Moutong 0,923 kali lebih besar di bandingkan dengan stress dan hipertensi. Bahwa stress dan hipertensi merupakan faktor risiko hipertensi.

Menurut Arifin et al, (2017) dalam penelitiannya menjelaskan juga bahwa stres merupakan faktor risiko terjadinya hipertensi pada kelompok lanjut usia, yakni lansia yang mengalami stres mempunyai risiko untuk menderita hipertensi 2.043 kali lebih besar dibandingkan dengan lansia yang tidak mengalami stres. Ketika memasuki usia lansia akan memiliki kecenderungan untuk mengalami depresi dan stres. Hal tersebut dapat disebabkan oleh status pekerjaan dan pendapatan rendah sehingga kurang

mendapatkan pengobatan yang baik ketika seseorang menderita hipertensi.

Kebiasaan merokok dan hipertensi dengan faktor risiko hipertensi pada lansia

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 50 responden kebiasaan merokok sebanyak 29 responden pernah memiliki kebiasaan, 21 responden tidak pernah memiliki kebiasaan merokok. Responden yang tidak hipertensi sebanyak 16 responden dan responden yang hipertensi sebanyak 34 responden. Setelah dilakukan uji Chi Square di dapatkan nilai p sebesar 0,658. $P \text{ value } (0,658) < (0,05)$ sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara baris dan kolom. Hal ini menunjukkan bahwa H_0 diterima, yakni tidak ada hubungan antara kebiasaan merokok dan hipertensi dengan faktor risiko hipertensi pada lansia. Nilai Odds Ratio = 1.316 (95% CI 0,389-4.446) yang menunjukkan bahwa kebiasaan merokok dan hipertensi dengan faktor risiko hipertensi pada lansia di desa Tomini Utara Kecamatan Tomini Kabupaten Parigi Moutong 1.316 kali lebih besar di dibandingkan dengan kebiasaan merokok dan hipertensi. Bahwa kebiasaan merokok dan hipertensi merupakan faktor risiko hipertensi.

Kebiasaan/perilaku merokok merupakan suatu aktivitas menghisap atau menghirup asap rokok dengan menggunakan pipa atau rokok yang dilakukan secara menetap dan terbentuk melalui empat tahap yakni: tahap preparation, initiation, becoming a smoker dan maintenance of smoking (Sodik, 2018). Rokok mengandung senyawa kimia yang sangat berbahaya, terutama nikotin dan karbon monoksida. Zat tersebut dihisap dan kemudian masuk ke dalam aliran darah. Zat tersebut dapat merusak pembuluh darah yang akan menyebabkan aterosklerosis yang menyebabkan penyempitan pembuluh darah sehingga menyebabkan tekanan dalam dinding arteri meningkat. Karbon monoksida dalam asap rokok akan menggantikan ikatan oksigen dalam darah. Hal tersebut mengakibatkan tekanan darah meningkat karena jantung dipaksa memompa untuk memasukkan oksigen yang cukup ke dalam organ dan jaringan tubuh lainnya. Selain itu, asap rokok juga mengandung nikotin yang dapat menyebabkan rangsangan terhadap hormon epinefrin (adrenalin) yang bersifat memacu peningkatan frekuensi denyut jantung, tekanan darah, kebutuhan oksigen jantung, serta menyebabkan gangguan irama jantung.

Aktivitas olahraga dan hipertensi dengan faktor risiko hipertensi pada lansia

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 50 responden aktivitas olahraga sebanyak 38 responden ya melakukan aktivitas olahraga, 12 responden tidak melakukan aktivitas olahraga. Responden yang tidak hipertensi sebanyak 16 responden dan responden yang hipertensi sebanyak 34 responden. Setelah dilakukan uji Chi Square di dapatkan nilai p sebesar 0,410. $P \text{ value } (0,410) < (0,05)$ sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara baris dan kolom. Hal ini menunjukkan bahwa H_0 diterima, yakni tidak ada hubungan antara aktivitas olahraga dan hipertensi dengan faktor risiko hipertensi pada lansia. Nilai Odds Ratio = 0,570 (95% CI 0,148-2.189) yang menunjukkan bahwa aktivitas olahraga dan hipertensi dengan faktor risiko hipertensi pada lansia di desa Tomini Utara Kecamatan Tomini Kabupaten Parigi Moutong 0,570 kali lebih besar di dibandingkan dengan aktivitas olahraga dan hipertensi. Bahwa aktivitas olahraga dan hipertensi merupakan faktor risiko hipertensi.

Aktivitas fisik sangat memengaruhi stabilitas tekanan darah. Pada orang yang tidak aktif melakukan kegiatan fisik cenderung mempunyai frekuensi denyut jantung yang lebih tinggi. Hal tersebut mengakibatkan otot jantung bekerja lebih keras pada setiap kontraksi. Makin keras usaha otot jantung dalam memompa darah, makin besar pula tekanan darah yang dibebankan pada dinding arteri sehingga tahanan perifer yang menyebabkan kenaikan tekanan darah. Kurangnya aktivitas fisik juga dapat meningkatkan risiko kelebihan berat badan yang akan menyebabkan risiko hipertensi meningkat (Triyanto, 2014).

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa ada faktor risiko antara stress dengan kejadian hipertensi pada lansia. Ada faktor risiko antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia. Dan ada faktor risiko antara aktivitas olahraga dengan kejadian hipertensi pada lansia

SARAN

Bagi Poltekkes kemenkes palu, penelitian ini dapat dijadikan literatur di Perpustakaan Poltekkes Kemenkes Palu sehingga mahasiswa tahu tentang faktor resiko hipertensi pada masyarakat di desa Tomini Utara Kecamatan Tomini Kab. Parigi Moutong.

Bagi Desa Tomini Utara, penelitian ini dapat dijadikan masukkan untuk pemerintah desa Tomini Utara dan pegawai puskesmas Tomini dalam pencegahan faktor resiko hipertensi pada masyarakat di desa Tomini Utara.

Bagi peneliti selanjutnya dapat melanjutkan dan mengembangkan penelitian dengan jumlah variabel yang lebih banyak.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfalah, N. J., Hasni, D., Febrianto, B. Y., & Warlem, N. (2022). Hubungan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi pada Perempuan Minangkabau. *Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(4), 360–364. <https://doi.org/10.33860/jik.v15i4.823>
- Kartika, M., & Mirsiyanto, E. (2021). FAKTOR-FAKTOR RISIKO YANG BERHUBUNGAN DENGAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS RAWANG KOTA SUNGAI PENUH TAHUN 2020 Berdasarkan data World Health Puskesmas Rawang merupakan. 5(1), 1–9.
- Kartika, M., Subakir, S., & Mirsiyanto, E. (2021). Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Rawang Kota Sungai Penuh Tahun 2020. *Jurnal Kesmas Jambi*, 5(1), 1–9. <https://doi.org/10.22437/jkmj.v5i1.12396>
- Lantara, D., & Nusran, M. (2019). *Dunia Industri Perspektif Psikologi Tenaga Kerja*. Makassar: Nas Media Pustaka.
- Sekar Siwi, A., Irawan, D., & Susanto, A. (2020). Analisis Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kejadian Hipertensi. *Journal of Bionursing*, 2(3), 164–166. <https://doi.org/10.20884/1.bion.2020.2.3.70>
- Simanjuntak, T. J., Nasution, Z., & Utami, T. N. (2022). Faktor Yang Memengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Upt Puskesmas Sigumpar. *MIRACLE Journal*, 2(1), 162–177. <https://doi.org/10.51771/mj.v2i1.252>
- Sodik, M. A. (2018). *Merokok dan Bahayanya*. Pekalongan : PT. Nasya Expanding Management
- Suharto, Jundapri, K., & Yuda Pratama, M. (2020). FAKTOR RISIKO HIPERTENSI PADA LANSIA DI DESA LIMAU MANIS KECAMATAN TANJUNG MORAWA Risk Factor of Hypertension for Elderly in Desa Limau Manis Tanjung Morawa. *Jurnal Kesehatan Global*, 3(1), 41–46.
- Suprayitno, E. (2019). Gambaran Status Tekanan Darah Penderita Hipertensi di Desa Karanganyar Kecamatan Kalianget Kabupaten Sumenep. *Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 4(2), 20–24. <https://doi.org/10.24929/jik.v4i2.799>
- Triyanto, Endang. 2014. *Pelayanan Keperawatan bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu*. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Tyas, S. A. C., & Zulfikar, M. (2021). Hubungan Tingkat Stress Dengan Tingkat Tekanan Darah Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Kontemporer*, 1(2), 75–82. <https://jurnal.ikbis.ac.id/JPKK/article/view/272>
- 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>
Wahyuni, S. (2021). Dukungan Keluarga dan Manajemen Hipertensi. *The Indonesian Journal of Health Science*, 12(2), 199–208. <https://doi.org/10.32528/ijhs.v12i2.4876>