

Article History:

- Received 2018-10-05
- Revised 2018-11-12
- Accepted 2018-12-05

Research Article

Open Access

Keyakinan Masyarakat Terhadap Penyebab Hipertensi, Dan Upaya Penanggulangannya

*Public Confidence in the Causes of Hypertension,
and the Efforts to Overcome It*

^(1*)Rama Nur Kurniawan K., ⁽²⁾Lisye Renjaan, ⁽³⁾Ahmad Yani

^(1,2) Bagian Promosi Kesehatan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Pancasakti Makassar

⁽³⁾ Bagian Promosi Kesehatan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Palu

^(1*) rama.nur@mail.ugm.ac.id

^(*) Corresponding Author

Abstrak

Hipertensi merupakan penyakit yang sering muncul di negara berkembang, salah satunya adalah Indonesia dengan angka penderita komplikasi hipertensi sekitar 9,4 kematian di seluruh dunia setiap tahunnya. Kecamatan Manyeuw Kabupaten Maluku Tenggara pada tahun 2016 menunjukkan 35 kasus hipertensi, meningkat pada tahun 2017 sebanyak 40 penderita, serta tahun 2018 berjumlah 45 kasus. Adapun dari 10 jenis penyakit terbanyak pada Bulan Maret tahun 2018 hipertensi berada pada urutan kedua setelah penyakit ISPA. Dari survey awal berdasarkan wawancara dari jumlah 182 pasien lansia dengan hipertensi 10 diantaranya kurang mengetahui tentang diet garam. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan study kasus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa masyarakat meyakini bahwa penyakit hipertensi disebabkan oleh stress serta konsumsi makanan dengan kadar garam yang berlebihan. Selain itu, masyarakat meyakini bahwa penyakit ini dapat diatasi dengan cara mengonsumsi makanan yang alami, berolahraga secara teratur, serta membiasakan berdoa sebelum makan.

Kata Kunci : Keyakinan, Tindakan, Penanggulangan Hipertensi

Abstract

Hypertension is a disease that often arises in developing countries, one of which is Indonesia with a number of people with hypertension complications of around 9.4 deaths worldwide each year. Manyeuw Subdistrict of Southeast Maluku Regency in 2016 showed 35 cases of hypertension, increasing in 2017 as many as 40 patients, and in 2018 there were 45 cases. As for the 10 most diseases in March 2018 hypertension was second only to ARI. From the initial survey based on interviews of 182 elderly patients with hypertension 10 of whom were unaware of the salt diet. This study uses a qualitative method with a case study approach. The results of the study show that the community believes that hypertension is caused by stress and consumption of foods with excessive salt levels. In addition, the community believes that this disease can be overcome by eating natural foods, exercising regularly, and getting used to pray before eating.

Keywords: Confidence, Action, Mitigation of Hypertension

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah abnormal, yang terdiri dari dua kelompok yaitu tekanan darah sistolik/angka atas dan tekanan darah diastolik/angka bawah (1).

Penyakit ini merupakan penyakit yang sering muncul di negara berkembang, salah satunya adalah Indonesia yang merupakan salah satu negara dengan angka penderita komplikasi hipertensi sekitar 9,4 kematian di seluruh dunia setiap tahunnya (2).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Profil Kesehatan di Puskesmas Perawatan Debut Kecamatan Manyeuw Kabupaten Maluku Tenggara menunjukkan 35 kasus tahun (2016), pada tahun (2017) dengan 40 kasus, serta tahun (2018) pada bulan Maret terdapat 45 kasus diantaranya jumlah kasus pada penderita laki-laki 12 sedangkan perempuan 33. Adapun dari 10 jenis penyakit terbanyak pada bulan Maret tahun 2018 hipertensi berada pada urutan kedua setelah penyakit akut pada saluran pernapasan bagian atas (3).

Dari survey awal berdasarkan wawancara dari jumlah 182 pasien lansia dengan hipertensi 10 diantaranya kurang mengetahui tentang diet garam (4).

Perilaku konsumsi diet tidak sehat (Obesitas) sebagai faktor resiko terjadinya hipertensi perilaku mengkonsumsi diet tidak sehat (obesitas) merupakan faktor risiko tertinggi yang dialami oleh penderita hipertensi (5).

Risiko terkena tekanan darah tinggi dapat meningkat apabila terdapat kombinasi faktor keturunan dan pilihan gaya hidup yang tidak sehat, seperti merokok, dan diet makanan yang tidak sehat (6). Hal ini senada yang disampaikan menurut (Setiawan, 2004), dalam (7) mengatakan bahwa peningkatan umur harapan hidup dan perubahan gaya hidup diduga meningkatkan faktor risiko hipertensi.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan study kasus. Pendekatan ini digunakan dengan harapan mampu mengeksplorasi secara mendalam mengenai keyakinan dan tindakan masyarakat terhadap penanggulangan penyakit hipertensi. Pengumpulan data dilakukan dengan metode observasi partisipasi dan wawancara mendalam yang dilengkapi dengan pedoman observasi serta pedoman wawancara mendalam.

HASIL

Berdasarkan hasil penelitian, dapat dijabarkan karakteristik informan sebagai berikut :

Total informan sebanyak 12 orang terdiri dari 9 perempuan dan 3 laki-laki. Untuk kategori usia terendah adalah 43 tahun, dan usia tertinggi adalah 68 tahun. Berdasarkan kategori pendidikan informan yaitu tamatan SMP dengan jumlah 6 orang, SMA/SMEA berjumlah 4 orang dan SPG 2 orang. Berdasarkan karakteristik pekerjaan, diperoleh data petani berjumlah 6 orang, IRT 2 orang, guru 1 orang, PNS 1 orang, karyawan swasta 2 orang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa masyarakat meyakini bahwa penyakit hipertensi disebabkan oleh beban pikiran yang berdampak pada stress serta mengonsumsi makanan dengan kadar garam yang berlebihan. Sedangkan untuk penanggulangan penyakit hipertensi, masyarakat meyakini bahwa penyakit ini dapat diatasi dengan cara mengonsumsi makanan yang alami, berolahraga secara teratur, serta membiasakan berdoa sebelum makan.

PEMBAHASAN

1. Keyakinan penyebab hipertensi

Pebrianti (2013) mengartikan keyakinan sebagai sejauh mana seseorang percaya dan memiliki keahlian untuk melakukan aktivitas secara efektif agar mencapai tujuan-tujuan yang ingin diperoleh (8).

Hasil penelitian yang ditemukan sejalan dengan hasil penelitian Anisa (2014) yang mengemukakan bahwa penyebab penyakit hipertensi bisa bermacam-macam di antaranya usia, stres, minuman alkohol, adanya komplikasi penyakit lain serta mengkonsumsi kopi yang mengandung zat kafein (9). Hasil yang senada juga disampaikan oleh (Syahrizal, 2017), menurutnya makanan merupakan hal yang penting bagi kesehatan manusia sebab saat ini banyak terjadi penyakit bermunculan yang disebabkan melalui makanan atau yang disebut sebagai *Food Borne Disease* (10).

2. Keyakinan penanggulangan hipertensi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penanggulangan penyakit hipertensi dapat dilakukan dengan cara mengonsumsi makanan alami serta melakukan olahraga secara teratur. Menurut Darmina bahwa makanan yang memenuhi syarat kesehatan harus berasal dari golongan hewani juga nabati seperti sayuran hijau dan buah-buahan (11). Suharjana (2012) mengatakan bahwa untuk mencapai kebugaran dan kesehatan, selain mengatur makanan, seseorang juga harus beristirahat secara cukup, dan berolahraga teratur, dengan tujuan agar memperoleh kekuatan jasmani yang sempurna sehingga dapat terhindar dari penyakit (12).

Hasil lain juga disampaikan oleh informan, bahwa dengan berdoa sebelum makan adalah juga salah satu cara untuk mengurangi risiko penyakit hipertensi. Sistem kepercayaan atau religi pada prinsipnya terdiri atas konsep-konsep yang menimbulkan keyakinan dan ketaatan bagi penganutnya. Keyakinan adalah rasa percaya akan adanya ide tentang Tuhan, percaya akan adanya kekuatan-kekuatan supranatural, serta berbagai macam hal yang dapat menimbulkan rasa percaya kepada yang diyakini. Religi adalah kesatuan sistem kepercayaan dan tindakan yang berhubungan dengan doa, hal yang berkaitan yaitu salah satunya dengan taat berdoa maka segala sesuatu yang diinginkan akan terkabul (13).

Darmina menyebutkan bahwa didalam ibadah terdapat unsur spiritual, pikiran yang dipusatkan pada sang pencipta menimbulkan perasaan berserah diri yaitu dengan percaya bahwa pada akhirnya muncul suatu harapan, ketenangan, sehingga membentuk kondisi tubuh yang sempurna, sehingga kekebalan tubuh meningkat. Kondisi ini tidak terlepas dari sistem kerja yang mengatur irama kehidupan dengan mengucap syukur atas segala yang di rahmati Tuhan untuk manusia melalui doa atau kepercayaan (14).

KESIMPULAN

Keyakinan masyarakat terhadap penyebab hipertensi disebabkan oleh stress serta mengonsumsi makanan dengan kadar garam yang berlebihan. Kemudian untuk keyakinan penanggulangan penyakit hipertensi dapat diatasi dengan cara mengonsumsi makanan yang alami, berolahraga secara teratur, serta membiasakan berdoa sebelum makan. Berdasarkan kesimpulan penelitian, maka diharapkan kepada seluruh masyarakat agar menjaga pola makan serta melakukan aktivitas fisik secara rutin, serta memperdalam keyakinan kita kepada Tuhan Yang Maha Kuasa agar senantiasa dianugrahi kesehatan dan kekuatan dalam menjalani hidup.

DAFTAR PUSTAKA

1. Nuraini B. Risk factors of hypertension. In Faculty of Medicine, University of Lampung Abstract; 2015. p. 10–9.
2. KEMENKES RI. PROFIL KESEHATAN INDONESIA TAHUN 2016. JAKARTA; 2017.

3. Profil Kesehatan Kabupaten Maluku Tenggara. Profil Kesehatan Kabupaten Maluku Tenggara. 2015.
4. Mamahit ML, Mulyadi, Onibala F. Hubungan Pengetahuan Tentang Diet Garam Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Puskesmas Bahu Kota Manado. *Keperawatan (e-Kp)*. 2017;5(1):1–4.
5. Nurhidayat S. Perilaku Masyarakat Desa Sebagai Faktor Risiko Penyakit Hipertensi. *Univ Muhammadiyah Ponorogo*. 2015;144–55.
6. Zaenurrohmah DH, Rachmayanti RD. Hubungan Pengetahuan Dan Riwayat Hipertensi Dengan Tindakan Pengendalian Tekanan Darah Pada Lansia. 2013;(June 2017):174–84.
7. Mahmudah S, Arini FA, Hidup G, Makan P. Hubungan gaya hidup dan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia di kelurahan sawangan baru. 2015;7:43–51.
8. Kairupan MC. SIKAP, KEYAKINAN DAN EFEKTIVITAS IKLAN PENGARUHNYA TERHADAP KEPUTUSAN PENGGUNAAN PRODUK KARTU AS KONSUMEN DI MANADO TOWN SQUARE. *EMBA*. 2013;1(3):1100–10.
9. Anisa Y, Bangun P, Sinulingga U. Kajian Faktor Penyebab Penderita Hipertensi Dengan Menggunakan Analisis Faktor Di Kotamadya Medan. 2014;2(4):333–43.
10. Monica S, Keloko A bakti, Syahrial E. RAN KARAKTERISTIK DAN SOSIAL BUDAYA MASYARAKAT TERHADAP KEJADIAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SAWIT SEBERANG KECAMATAN SAWIT SEBERANG KABUPATEN LANGKAT. 2015;
11. Darmina, Bahar H, Munandar S. Pola Makan Dan Pencarian Pengobatan Ibu Hamil Dalam Presepsi Budaya Suku Muna Kabupaten Muna. 2016;
12. Suharjana. Kebiasaan Berperilaku Hidup Sehat Dan Nilai-Nilai Pendidikan Karakter. 2012;2:189–201.
13. Mursalim. DOA DALAM PERSPEKTIF AL-QUR'AN Mursalim Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Samarinda. *Al-Ulum*. 2011;1(1):63–78.
14. Darmina, Bahar H, Munandar S. POLA MAKAN DAN POLA PENCARIAN PENGOBATAN IBU HAMIL DALAM PERSEPSI BUDAYA SUKU MUNA KABUPATEN MUNA.