

DETERMINAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA

Jonathan Kelabora¹

¹Prodi Keperawatan Tual, Poltekkes Kemenkes Maluku
email: thankelab@gmail.com

***Ivonne A.V. Gasper²**

²Prodi Keperawatan Tual, Poltekkes Kemenkes Maluku
*email: ivonavgasper@gmail.com

A. Suyatni Musrah³

³Fakultas Kesehatan Masyarakat, universitas widya Gama Mahakam samarinda
email: amusrah@gmail.com

Herlina⁴

⁴Prodi DIII Keperawatan, Akademi Keperawatan Bethesda Serukam
email: linah769@yahoo.co.id

Coresspondence Author: Ivonne A.V. Gasper; ivonavgasper@gmail.com

Abstract: *Hypertension is a medical condition characterized by an increase in blood pressure above normal limits in the arteries. The elderly are one of the age groups that are prone to hypertension. The purpose of this study was to determine the determinants of hypertension in the elderly. The study design used in this study was cross-sectional. The study was conducted from April to June 2025 at the Pekauman Community Health Center. The study population consisted of all male individuals aged 36-≥65 years with hypertension who came to the health center for treatment. The sample consisted of 75 respondents. The sampling technique used was purposive sampling. The research instrument used was a research questionnaire. Data analysis was performed using univariate and bivariate methods. The results showed a relationship between smoking behavior (p value: 0.000) and no relationship between stress (p value: 0.067) and the incidence of hypertension in the elderly. It is recommended that the elderly reduce their smoking frequency and control their thoughts to avoid stress that can affect their health, especially an increase in blood pressure.*

Keywords: *Elderly, Hypertension, Smoking Behavior.*

Abstrak: Hipertensi merupakan suatu kondisi medis yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah melebihi batas normal dalam pembuluh darah arteri. Lansia merupakan salah satu kelompok umur yang rentan mengalami hipertensi. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui determinan kejadian hipertensi pada lansia. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*. Penelitian dilakukan pada bulan April-Juni tahun 2025 di Puskesmas Pekauman. Populasi penelitian yaitu seluruh masyarakat berusia 36-≥65 tahun jenis kelamin laki-laki yang menderita hipertensi datang berobat ke puskesmas. Sampel berjumlah 75 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner penelitian. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara perilaku merokok (p value: 0,000) dan tidak ada hubungan antara stress (p value: 0,067) dengan kejadian hipertensi pada lansia. Disarankan kepada lansia untuk mengurangi frekuensi merokok dan mengontrol pikiran agar terhindar dari stress yang dapat mempengaruhi kesehatan terlebih peningkatan tekanan darah.

Kata Kunci : Lansia, Hipertensi, Perilaku Merokok.

A. Pendahuluan

Hipertensi merupakan suatu kondisi medis yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah melebihi batas normal dalam pembuluh darah arteri. Peningkatan tekanan darah ini dapat mengakibatkan terganggunya aliran darah, sehingga suplai oksigen dan zat gizi yang dibawa oleh darah ke berbagai jaringan dan organ tubuh menjadi tidak optimal. Apabila kondisi ini berlangsung dalam jangka waktu yang lama dan tidak ditangani dengan baik, hipertensi dapat menimbulkan berbagai komplikasi serius pada organ vital seperti jantung, otak, ginjal, dan pembuluh darah. Secara klinis, seseorang dikatakan mengalami hipertensi apabila hasil pengukuran tekanan darah menunjukkan nilai sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau diastolik ≥ 90 mmHg berdasarkan pemeriksaan yang dilakukan secara berulang. Hipertensi sering disebut sebagai silent killer karena pada tahap awal umumnya tidak menimbulkan gejala yang khas, namun dapat menyebabkan kerusakan organ secara perlahan.

Hipertensi masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan masyarakat utama di dunia. *World Health Organization* (WHO) memperkirakan sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, dengan sebagian besar penderitanya, yaitu hampir dua pertiga, tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Kondisi ini menunjukkan bahwa hipertensi tidak hanya menjadi masalah kesehatan individual, tetapi juga berkaitan erat dengan aspek sosial, ekonomi, dan sistem pelayanan kesehatan suatu negara. Permasalahan hipertensi semakin kompleks karena tingginya proporsi penderita yang tidak menyadari kondisi kesehatannya. WHO melaporkan bahwa sekitar 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak mengetahui bahwa mereka mengidap penyakit tersebut. Selain itu, kurang dari separuh penderita hipertensi, yaitu sekitar 42%, telah terdiagnosis dan mendapatkan pengobatan. Hal ini berdampak pada rendahnya tingkat pengendalian tekanan darah, di mana hanya sekitar 21% penderita hipertensi yang mampu mengontrol tekanan darahnya hingga berada pada batas normal.

Terdapat berbagai faktor yang dapat meningkatkan risiko terjadinya hipertensi, baik faktor yang tidak dapat dimodifikasi maupun faktor yang dapat dimodifikasi. Salah satu faktor yang berperan penting adalah perilaku merokok. Kandungan zat berbahaya dalam rokok, seperti nikotin dan karbon monoksida, dapat menyebabkan penyempitan pembuluh darah, meningkatkan denyut jantung, serta memicu peningkatan tekanan darah secara terus-menerus. Kebiasaan merokok dalam jangka panjang juga dapat mempercepat proses aterosklerosis yang pada akhirnya memperberat kerja jantung dan meningkatkan risiko hipertensi. Selain perilaku merokok, tingkat stres juga merupakan faktor yang berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah. Stres yang berlangsung dalam waktu lama dapat merangsang sistem saraf simpatik dan meningkatkan pelepasan hormon stres seperti adrenalin dan kortisol, yang berdampak pada peningkatan denyut jantung dan tekanan darah. Apabila stres tidak dikelola dengan baik, kondisi ini dapat menyebabkan tekanan darah tetap berada pada tingkat tinggi dan berujung pada hipertensi kronis.

Berdasarkan penelusuran dokumen, Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama di wilayah kerja Puskesmas Pekauman. Berdasarkan data laporan sepuluh besar penyakit, hipertensi menempati peringkat kedua penyakit terbanyak yang ditangani di Puskesmas Pekauman. Pada tahun 2024 tercatat sebanyak 4.926 kasus hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan. Angka ini menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi penyakit tidak menular dengan prevalensi tinggi dan berpotensi menimbulkan berbagai komplikasi apabila tidak ditangani secara optimal. Selain itu, berdasarkan data rekapitulasi terbaru, jumlah kasus hipertensi esensial di Puskesmas Pekauman tercatat sebanyak 5.059 kasus.

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui determinan kejadian hipertensi pada lansia.

B. Metodologi Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*. Penelitian dilakukan pada bulan April-Juni tahun 2025 di Puskesmas Pekauman. Populasi penelitian yaitu seluruh masyarakat berusia 36-≥65 tahun jenis kelamin laki-laki yang menderita hipertensi datang berobat ke puskesmas. Sampel berjumlah 75 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner penelitian. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat.

C. Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian Hipertensi, Perilaku Merokok dan Stress

No	Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kejadian Hipertensi			
1	Ya	49	65
2	Tidak	26	35
Total		75	100,0
Perilaku Merokok			
1	Ya	53	71
2	Tidak	22	29
Total		75	100,0
Stress			
1	Ya	19	25
2	Tidak	56	75
Total		75	100,0

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa terdapat 49 responden (65%) mengalami hipertensi dengan mayoritas berperilaku merokok berjumlah 53 responden (71%). Menurut kejadian stress, mayoritas responden tidak mengalami stress berjumlah 56 responden (75%).

Tabel 2. Hasil Analisis Bivariat Perilaku Merokok dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia

Perilaku Merokok	Kejadian Hipertensi				P value	
	Ya		Tidak		Total	
	n	%	n	%	n	%
Ya	32	60	21	40	53	100
Tidak	17	77	5	23	22	100
Jumlah	49	65	26	35	75	100

Tabel di atas menunjukkan, dari 53 responden berperilaku merokok, terdapat 32 responden (60%) mengalami hipertensi. Adapun dari 22 responden yang tidak berperilaku merokok, terdapat 17 responden (77%) mengalami hipertensi. Hasil uji statistik menggunakan *chi square* diperoleh nilai $p\text{ value} = 0,000 < \alpha 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara perilaku merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Ledoh (2024) yang menyatakan adanya hubungan antara perilaku merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia. Hasil penelitian diperoleh $p\text{ value} 0,007$.

Merujuk hasil penelitian, perilaku merokok merupakan salah satu faktor penyebab kejadian hipertensi pada lansia. Berdasarkan analisis univariat, terdapat 53 responden berperilaku merokok. Sementara itu berdasarkan analisis bivariat, terdapat 32 responden

berperilaku merokok dan mengalami hipertensi. Berdasarkan hasil wawancara dengan responden, diperoleh informasi bahwa perilaku merokok telah menjadi suatu rutinitas yang dilakukan setiap hari dan sulit untuk ditinggalkan. Sebagian besar responden menyatakan telah merokok dalam jangka waktu yang lama, dengan frekuensi konsumsi rokok yang relatif tinggi. Hasil temuan menunjukkan bahwa jumlah batang rokok yang paling banyak dikonsumsi responden adalah lebih dari 20 batang per hari, yang termasuk dalam kategori perokok berat.

Secara klasifikasi, perilaku merokok berdasarkan jumlah batang rokok per hari dibagi menjadi tiga kelompok, yaitu perokok ringan yang menghisap 1–10 batang per hari, perokok sedang yang menghisap 11–20 batang per hari, dan perokok berat yang menghisap lebih dari 20 batang per hari. Tingginya proporsi perokok berat dalam penelitian ini menjadi perhatian serius karena kebiasaan merokok dalam jumlah besar berhubungan erat dengan peningkatan risiko penyakit kardiovaskular, khususnya hipertensi. Perokok berat diketahui memiliki risiko yang lebih tinggi terhadap peningkatan tekanan darah akibat paparan nikotin dan zat toksik lainnya dalam rokok yang dapat menyebabkan vasokonstriksi pembuluh darah, peningkatan denyut jantung, serta kerusakan endotel vaskular. Selain itu, perilaku merokok dalam jangka panjang juga dapat mempercepat proses aterosklerosis yang berkontribusi terhadap terjadinya stenosis arteri renal. Kondisi tersebut dapat memicu terjadinya hipertensi maligna, yaitu bentuk hipertensi berat yang berpotensi menimbulkan komplikasi serius apabila tidak ditangani secara adekuat (Rizkiyanti, 2021).

Tabel 3. Hasil Analisis Bivariat stress dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia

Stress	Kejadian Hipertensi				Total		P value
	Ya		Tidak				
	n	%	n	%	n	%	
Ya	5	26	14	74	19	100	0,067
Tidak	44	79	12	21	56	100	
Jumlah	49	65	26	35	75	100	

Tabel di atas menunjukkan, dari 19 responden mengalami stress, terdapat 5 responden (26%) mengalami hipertensi. Adapun dari 56 responden yang tidak mengalami stress, terdapat 44 responden (79%) mengalami hipertensi. Hasil uji statistik menggunakan *chi square* diperoleh nilai $p\text{ value} = 0,067 > \alpha 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara stress dengan kejadian hipertensi pada lansia.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Refialdinata (2022) yang menyatakan tidak ada hubungan antara tingkat stress dengan kejadian hipertensi pada lansia.

Merujuk hasil penelitian, stress bukan merupakan faktor penyebab kejadian hipertensi lansia. Berdasarkan analisis univariat, terdapat 19 responden mengalami stress. Sementara itu berdasarkan analisis bivariat, terdapat 5 responden mengalami stress dan mengalami hipertensi. Secara alamiah, perempuan cenderung mengalami tingkat stress yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki, terutama sebagai dampak dari perubahan biologis yang berkaitan dengan fluktuasi dan penurunan hormon. Proses penuaan pada perempuan, khususnya pada masa lansia, ditandai dengan penurunan kadar hormon estrogen yang berperan penting dalam menjaga keseimbangan emosi dan stabilitas psikologis. Estrogen diketahui memiliki efek protektif terhadap sistem saraf pusat, termasuk dalam pengaturan suasana hati, respon stress, dan fungsi kognitif. Oleh karena itu, penurunan kadar estrogen pada perempuan lanjut usia dapat menyebabkan meningkatnya kerentanan terhadap gangguan emosional seperti kecemasan, mudah marah, dan stress berkepanjangan. Selain perubahan hormonal, perempuan lansia juga sering mengalami penurunan self-esteem yang lebih signifikan dibandingkan laki-laki. Kondisi ini dipengaruhi oleh berbagai faktor,

seperti perubahan peran sosial, penurunan kemampuan fisik, ketergantungan pada orang lain, serta persepsi negatif terhadap proses penuaan. Penurunan harga diri tersebut dapat berdampak pada berkurangnya rasa percaya diri dan kemampuan dalam menjalin hubungan interpersonal, sehingga meningkatkan risiko terjadinya isolasi sosial. Masalah ini kerap diperparah oleh konflik atau permasalahan dalam keluarga, seperti kurangnya dukungan emosional, perubahan peran dalam rumah tangga, maupun beban psikososial lainnya. Kombinasi antara perubahan biologis, psikologis, dan sosial tersebut menjadikan perempuan lansia kelompok yang rentan mengalami stres, yang pada akhirnya dapat mempengaruhi kondisi kesehatan secara keseluruhan, termasuk risiko terjadinya hipertensi dan penyakit kronis lainnya (Situmorang, 2020).

D. Penutup

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka didapatkan kesimpulan ada hubungan antara perilaku merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia. Disarankan kepada lansia untuk mengurangi frekuensi merokok dan mengontrol pikiran agar terhindar dari stress yang dapat mempengaruhi kesehatan terlebih peningkatan tekanan darah.

Daftar Pustaka

- Amira, I., Suryani., Hendrawati. (2021). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Guntur Kabupaten Garut*. Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada. Vol 21. No. 1.
- Andriyani, S., Sari, I, M. (2024). *Hubungan Perilaku Merokok Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Sragen*. Indonesian Journal of Public Health. Vol 2. No. 1.
- Kemendes RI. (2024). *Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023*. Jakarta: Kemendes RI.
- Ledoh, K., Tira, D., Landi, S., Purnawan, S. (2024). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lanjut Usia (60-74 Tahun)*. Jurnal Kesehatan. Vol 13. No. 1.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Refialdinata, J., Nurhaida., Gutri, L. (2022). *Tingkat Stress Dan Pengaruhnya Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia*. Jurnal Kesehatan Lentera 'Aisyiyah. Vol 5. No. 1.
- Rizkiyanti, D., Trisnawati, Y. (2021). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Lansia*. Jurnal Bina Cipta Husada. Vol 17. No. 1.
- Situmorang, F, D., Wulandari, I, S. (2020). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Anggota Prolanis Di Wiayah Kerja Puskesmas Parongpong*. Klabat Journal of Nursing. Vol 2. No. 1.