

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK, KEBIASAAN MEROKOK DAN MINUM KOPI DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA PRA LANSIA DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS MARTAPURA 2 TAHUN 2023

Nida Nafiah^{1*}, Zuhropal Hadi², Mahmudah³

¹Kesehatan Masyarakat, 13201, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin (UNISKA), 19070499

²Kesehatan Masyarakat, 13201, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin (UNISKA), 1130098603

³Kesehatan Masyarakat, 13201, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin (UNISKA), 1116058901

*Email : nidanafiah1507@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah lebih dari normal. Yang mana jika tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik, kebiasaan merokok dan minum kopi dengan kejadian hipertensi pada pra lansia di wilayah Kerja UPTD Puskesmas Martapura 2 Tahun 2023. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif yang bersifat analitik dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah pra lansia laki-laki sebanyak 67 orang dengan teknik *accidental sampling*. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner, dengan analisis *Chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar 44 responden (65,7%) mengalami hipertensi ringan, 44 (65,7%) aktivitas fisik sedang, 35 (52,2%) kebiasaan merokok, dan 39 (58,2%) perilaku minum kopi. Ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan merokok (p -value = 0,005) dan perilaku minum kopi (p -value = 0,001) dengan kejadian hipertensi pada pra lansia di wilayah kerja UPTD Puskesmas Martapura 2 Tahun 2023. Tidak ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik (p -value = 1.000) dengan kejadian hipertensi pada pra lansia di wilayah kerja UPTD Puskesmas Martapura 2 Tahun 2023. Perlunya peningkatan upaya edukasi secara intensif dan mengevaluasi masyarakat untuk melakukan pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi, Aktivitas Fisik, Kebiasaan Merokok, Minum Kopi

ABSTRACT

Hypertension or high blood pressure is a condition where blood pressure is more than normal. Which is if systolic blood pressure ≥ 140 mmHg and or diastolic blood pressure ≥ 90 mmHg. This study aims to determine the relationship between physical activity, smoking and coffee drinking habits with the incidence of hypertension in pre-elderly in the Working Area of UPTD Public Health Center Martapura 2 in 2023. This type of research is quantitative and analytical in nature using a cross sectional approach. The population in this study was 67 pre-elderly men using an accidental sampling technique. Data collection in this study used a questionnaire, with Chi-square analysis. The research results showed that most of the 44 respondents (65.7%) experienced mild hypertension, 44 (65.7%) moderate physical activity, 35 (52.2%) had smoking habits, and 39 (58.2%) had coffee drinking habits. There is a significant relationship between smoking habits (p -value = 0.005) and coffee drinking behavior (p -value = 0.001) with the incidence of hypertension in pre-elderly in the working area of UPTD Public Health Center Martapura 2 in 2023. There is no significant relationship between physical activity (p -value = 1,000) with the incidence of hypertension in pre-elderly in the working area of UPTD Public Health Center Martapura 2 in 2023. There is a need to increase intensive education efforts and evaluate the community to prevent and control hypertension.

Keywords: Hypertension, Physical Activity, Smoking Habits, Drinking Coffee

DAFTAR PUSTAKA

- Apriza, Nurman, M., Rahmalia, A., & Maslipha, A. (2020). *Hubungan Merokok Dengan Hipertensi di Wilayah UPTD Puskesmas Kuok*. Skripsi, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Fakultas Ilmu Kesehatan, Riau.
- Azari, H. V. (2017). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Lansia di Posyandu Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas PB Selayang II Kecamatan Medan Selayang*. Skripsi, Universitas Sumatera Utara, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Medan.
- Dewi. (2018). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Kelurahan Manisrejo Kota Madiun*. Skripsi, Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Madiun.
- Dinkes Kab. Banjar, (2021). *Profil Kesehatan Kabupaten Banjar*. Martapura : Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar.
- Ervina. (2022). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pekerja Sektor Informal Di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Jagakarsa Tahun 2022*. Skripsi. Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- IPAQ. (2005). *Guidelines for Data Processing and Analysis of the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) - Short and Long Forms, International Physical Activity Questionnaire*. <https://sites.google.com/site/theipaq/scoring-protocol>.
- Irianto, K. (2015). *Memahami Berbagai Penyakit*. Bandung : Alfabeta.
- Kemenkes, RI. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Kristanto, B. (2021). *Hubungan Kebiasaan Mengonsumsi Kopi Dengan Kejadian Hipertensi*. KOSALA : Jurnal Ilmu Kesehatan, 9(2), pp. 73–84. doi: 10.37831/kjik.v9i2.215.
- Riyanti, et al. (2020). *Analisis Kandungan Kafein Pada Kopi Seduhan Warung Kopi Di Kota Banda Aceh*. <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/lantanid/article/view/5759>.
- Sitorus, J. (2019). *Pengaruh Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan Di Rsu Hkbp Balige*. J Ilm Kebidanan IMELDA. 5(1):628 – 38.
- Sudayasa, I. P., Rahman, M. F., Eso, A., Jamaluddin, J., Parawansah, P., Alifariki, L. O., Arimaswati, A., & Kholidha, A. N. (2020). *Deteksi Dini Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat Desa Andepali Kecamatan Sampara Kabupaten Konawe*. Journal of Community Engagement in Health, 3(1), 60–66. <https://doi.org/10.30994/jceh.v3i1.37>
- Sutria, E., & Aulia I. (2013). *Pengaruh Konsumsi Pisang Ambon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pra Lansia Hipertensi*. Jurnal Of Islamic Nursing, 1 (1): 33–41.
- UPTD Puskesmas Martapura 2. (2023). *Profil UPTD Puskesmas Martapura 2*. Martapura : UPTD Puskesmas Martapura 2.