



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 3 Tahun 2024 Page 15254-15261

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

## Gambaran Perilaku Masyarakat Pesisir Terhadap Kejadian Hipertensi di Desa Kuala Indah Kabupaten Batu Bara

Novi Susanti<sup>1✉</sup>, Widya Gusmiarni<sup>2</sup>, Dea Sunjaya<sup>3</sup>

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Email: [nofisusanti@uinsu.ac.id](mailto:nofisusanti@uinsu.ac.id)<sup>1✉</sup>

### Abstrak

Hipertensi menjadi masalah yang serius karena satu dari tiga orang dewasa diseluruh dunia menderita hipertensi. Hipertensi merupakan penyebab kematian ketiga di Indonesia. Gaya hidup yang sehat menggambarkan polaperilaku sehari-hari yang mengarah pada upaya memelihara kondisi fisik, dan mental sosial berada dalam keadaan positif. Secara pengertian, Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik pada tubuh seseorang lebih dari atau sama dengan 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik lebih dari atau sama dengan 90 mmHg. Tujuan dilakukan penelitian ialah untuk mengetahui gambaran perilaku dengan kejadian hipertensi pada masyarakat pesisir di Desa Kuala Indah Kabupaten Batu Bara Penelitian ini merupakan suatu penelitian kuantitatif deskriptif dengan menggunakan metode survey. Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara wawancara secara langsung yang dilaksanakan di Desa Kuala Indah, Kec. Sei Suka, Kab. Batu Bara, Sumatera Utara. Data yang diperoleh akan dianalisis untuk dapat menggambarkan hasil penelitian. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan riwayat hipertensi dengan perilaku merokok, konsumsi alkohol serta konsumsi makanan dengan kandungan garam berlebih. Yang dimana faktor yang paling berpengaruh dengan terjadinya hipertensi adalah faktor konsumsi makanan yang tinggi garam. Maka, dengan perilaku merokok dan konsumsi makanan yang tinggi garam dapat menyebabkan tingginya tingkat hipertensi di wilayah tersebut.

Kata Kunci: *Hipertensi, Masyarakat Pesisir, Perilaku*

## Abstract

Hypertension is a serious problem because one in three adults worldwide suffer from hypertension. Hypertension is the third cause of death in Indonesia. A healthy lifestyle describes daily behavior patterns that lead to efforts to maintain physical and mental social conditions in a positive state. In understanding, hypertension is a condition where the systolic blood pressure in a person's body is more than or equal to 140 mmHg and/or diastolic blood pressure is more than or equal to 90 mmHg. The aim of the research was to determine the behavioral description of the incidence of hypertension in coastal communities in Kuala Indah Village, Batu Bara Regency. This research is a descriptive quantitative research using survey methods. Data collection in this research was carried out by means of direct interviews carried out in Kuala Indah Village, Kec. Sei Suka, Kab. Batu Bara, North Sumatra. The data obtained will be analyzed to be able to describe the research results. The results of the research show that there is a relationship between a history of hypertension and smoking behavior, alcohol consumption and consumption of foods with excessive salt content. The factor that has the most influence on the occurrence of hypertension is the smoking and consumption of foods high in salt. So, the behavior of consuming foods high in salt can cause high levels of hypertension in the area.

Keywords: *Hypertension, Coastal Society, Behavior*

## PENDAHULUAN

Hipertensi atau yang biasa dikenal dengan darah tinggi sangat perlu mendapatkan perhatian dari setiap individu. Hal ini dikarenakan hipertensi dapat menyerang setiap orang tanpa adanya tanda yang muncul pada tubuh. Secara pengertian, Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik pada tubuh seseorang lebih dari atau sama dengan 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik lebih dari atau sama dengan 90 mmHg. Adapun faktor pendorong seseorang terkena hipertensi ialah gaya hidup serta pola makan yang sangat buruk. Gaya hidup sangat memberi pengaruh bentuk perilaku ataupun kebiasaan individu yang berdampak positif ataupun negatif terhadap Kesehatan (Hidayah & Daulay, 2020).

Gaya hidup modern yang saat ini dianut oleh manusia cenderung membuat manusia menyukai hal-hal yang instan. Akibatnya, mereka cenderung malas beraktivitas fisik dan gemar mengonsumsi makanan yang instan, yang memiliki kandungan natrium yang tinggi (Ratnawati & Aswad, 2019). Peningkatan jumlah penderita hipertensi ini diakibatkan oleh perubahan gaya hidup yang salah satunya karena merokok. Merokok dapat menyebabkan hipertensi akibat zat-zat kimia yang terkandung di dalam tembakau yang dapat merusak lapisan dalam dinding arteri, sehingga arteri lebih rentan terjadi penumpukan plak (arterosklerosis).

Di daerah pesisir, biasanya kepala keluarga bekerja sebagai nelayan untuk menangkap ikan di laut, sementara perempuan bertugas sebagai ibu rumah tangga. Kondisi ekonomi masyarakat pesisir cenderung rendah, dengan mayoritas (63,47%) penduduk miskin Indonesia tinggal di wilayah pesisir serta pedesaan. Fakta ini perlu diperhatikan karena terdapat keterkaitan yang kuat antara kemiskinan serta pengelolaan pesisir (Donna NP Butarbutar, Lelo Sintani, & Luluk Tri Harinie, 2020).

Pola makan masyarakat pesisir juga tergolong dalam kebiasaan yang buruk yang bisa memberi pengaruh kejadian penyakit hipertensi, tidak hanya itu juga masyarakat pesisir juga mempunyai perilaku, pengetahuan, serta gaya hidup yang kurang baik sehingga bisa menimbulkan kejadian penyakit hipertensi. Beberapa faktor yang memicu timbulnya hipertensi meliputi merokok, obesitas, kurang berolahraga, jenis kelamin, alkohol, asupan garam berlebih, faktor genetik, kafein, usia, serta kolesterol tinggi.

Biasanya, kasus hipertensi lebih sering terjadi pada populasi lanjut usia, namun tidak menutup kemungkinan jika populasi remaja serta dewasa muda (umur 15-25 tahun) juga bisa mengalami penyakit itu dengan prevalensi 1 dari 10 orang (Anjayati dkk, 2023). Berdasarkan hal tersebut maka penulis menganggap bahwasanya penting untuk dilakukan penelitian guna memberikan gambaran bagaimana perilaku masyarakat pesisir terhadap kejadian penyakit hipertensi dan apa saja faktor yang mempengaruhinya.

## METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini merupakan suatu penelitian kuantitatif deskriptif dengan memakai metode survey. Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan cara wawancara secara langsung yang di Desa Kuala Indah, Kec Sei Suka Kab Batu Bara, Sumatera Utara. Data yang diperoleh akan dianalisis untuk dapat menggambarkan hasil penelitian. Pengumpulan data tersebut menggunakan teknik random sampling dengan jumlah sampel sebanyak 40 Responden yang umurnya lebih dari 20 tahun. Instrument yang dipergunakan pada penelitian ini berupa angket ataupun kuesioner. dan sebelum penelitian dilaksanakan, penulis meminta perizinan terlebih dahulu kepada kepala adat dan penulis juga meminta persetujuan terhadap masyarakat desa untuk menjadi responden dari penelitian.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut akan disajikan data penelitian dalam tabel frekuensi yang bisa dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Gambaran Karakteristik Responden Masyarakat Pesisir di Desa Kuala Indah, Kabupaten Batu Bara berdasarkan usia dan jenis kelamin

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Usia (Tahun)		
20-39 tahun	22	55%
40-59 tahun	14	35%
60-79 tahun	4	10%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	14	35%
Perempuan	26	65%

Berdasarkan tabel 1 diatas, menunjukkan jika usia responden paling banyak adalah pada usia 20-39 tahun yakni 22 orang (55%) serta usia responden terendah adalah 60-79 tahun yakni 4 orang (10%). Pada karakteristik jenis kelamin, responden perempuan lebih banyak yakni 26 orang (65%) dari laki-laki yakni 14 orang (35%).

Tabel 2. Karakteristik Responden berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase
Nelayan	10	25%
Wiraswasta	4	10%
IRT	26	65%

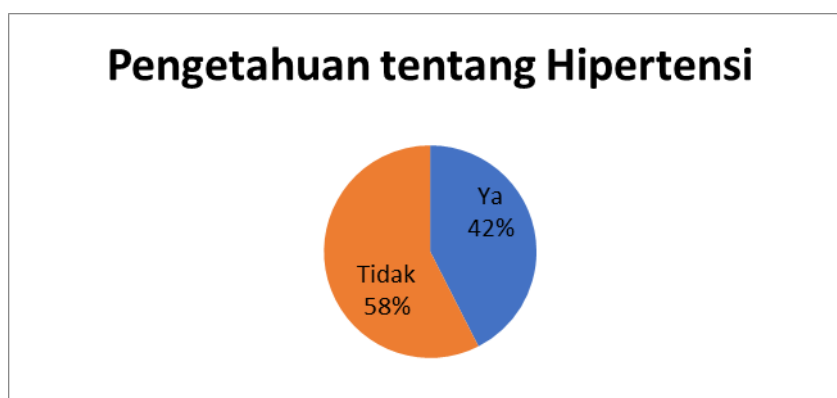
Berdasarkan tabel 2 diatas, menunjukkan jika karakteristik responden berdasarkan pekerjaan yang paling banyak yakni IRT atau ibu rumah tangga sebanyak 26 orang (65%) serta pekerjaan paling sedikit yakni wiraswasta sebanyak 4 orang (10%).

Tabel 3. Distribusi Responden menurut kejadian penyakit Hipertensi, Merokok, Konsumsi Garam Berlebihan

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Penyakit Hipertensi		
Hipertensi tingkat 2	7	17,5%
Hipertensi tingkat 1	6	15%
Pra-Hipertensi	16	40%
Normal	11	27,5%

Merokok		
Ya	11	27,5%
Tidak	29	72,5%
Konsumsi Garam Berlebih		
Sering	29	72,5%
Jarang	11	27,5%

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukkan jika dari 40 responden diketahui lebih banyak responden yang mengalami Pra-hipertensi yaitu sebanyak 16 orang (40%), responden yang tidak merokok sebanyak 29 orang (72,5%) dan responden yang memiliki kebiasaan mengkonsumsi garam berlebihan sejumlah 29 orang (72,5%).



Gambar 1. Keterangan Pengetahuan Responden

Berdasarkan gambar diagram diatas menunjukkan gambaran tingkat pengetahuan responden tentang penyakit hipertensi hanya sebesar 42% responden yang mengetahui dan sebesar 58% responden lainnya belum mengetahui informasi terkait hipertensi.

#### Pengetahuan Responden

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan kepada masyarakat pesisir di daerah Desa Kuala Indah Kabupaten Batu Bara didapatkan hasil jika tingkat pengetahuan masyarakat terkait penyakit hipertensi tergolong dalam kategori kurang baik, yakni hanya sebesar 32 % masyarakat yang mengetahui sedangkan 68% responden lainnya masih belum mengetahui terkait penyakit hipertensi dan masyarakat masih asing dengan kata hipertensi karena kebanyakan masyarakat hanya mengetahui jika dikatakan penyakit darah tinggi.

Ini juga sejalan dengan penelitian terdahulu oleh menjelaskan tentang pengetahuan yang harus diketahui oleh responden terkait pengertian penyakit hipertensi, faktor risiko, gejala penyakit, dan gaya hidup agar terhindar dari penyakit hipertensi. Jika masyarakat mempunyai pengetahuan yang sangat baik tentang penyakit terutama penyakit hipertensi maka kemungkinan besar untuk terhindar dari penyakit itu (Oktaviani dkk, 2022).

## Perilaku Responden

Ada banyak faktor yang dapat meningkatkan risiko seseorang terkena penyakit hipertensi seperti jenis kelamin, usia, faktor keturunan (riwayat hipertensi dalam keluarga), obesitas, kurangnya aktivitas fisik dan olahraga, pola makan atau konsumsi garam berlebih, stress, dan lain-lain. Diantara faktor-faktor risiko penyakit hipertensi tersebut, faktor risiko yang masih bisa diubah yaitu obesitas, kurangnya aktivitas fisik dan olahraga, pola makan atau konsumsi garam berlebih, stress dan kebiasaan merokok (Imelda Erman dkk, 2021).

## Kebiasaan Merokok

Kebiasaan merokok dapat mempengaruhi atau berhubungan dengan risiko hipertensi karena adanya peningkatan tekanan darah pada perokok yang disebabkan karena kebiasaan merokok, akibatnya terjadi penumpukan zat berbahaya didalam darah karena zat nikotin dan tar yang masuk kedalam aliran darah dapat merusak lapisan dinding pembuluh darah arteri dan mengakibatkan terjadinya hipertensi. Bahan kimia yang ada pada rokok dapat mengakibatkan peningkatan tekanan darah menjadi tinggi. Didalam rokok terkandung zat-sat kimia berbahaya seperti toksin dan nikotin. Nikotin ini dapat meningkatkan adrenalin yang bisa membuat jantung berdetak sehingga menyebabkan tekanan darah meningkat. Sesuai dengan penelitian terdahulu (Imelda Erman dkk, 2021) menyebutkan jika ada hubungan antara kebiasaan merokok dan jenis rokok dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Kampung Palembang.

## Konsumsi Makanan yang Bersifat Asin

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 40 responden didapatkan hasil sebesar 72,5% responden sering mengkonsumsi makanan yang bersifat asin. Garam mengandung natrium yang tinggi sehingga dapat mengikat banyak cairan yang mengalir dalam darah dan kembali ke jantung. Kondisi ini bisa membebani kerja jantung yang akibatnya akan meningkatkan tekanan darah. Hal inilah yang menjadi indikator jika makanan yang bersifat asin dapat menyebabkan hipertensi.

Sesuai dengan penelitian (Devi Dewi, S. 2014) mengatakan dalam penelitiannya mengenai hubungan tingkat konsumsi garam terhadap kejadian hipertensi di Nagari Lunang Barat wilayah kerja Puskesmas Tanjung Beringin Kecamatan Lunang Kabupaten Pesisir Selatan menunjukkan bahwa responden yang mengkonsumsi tinggi garam lebih banyak menderita hipertensi dibanding dengan responden yang kurang mengkonsumsi garam. Pada masyarakat pesisir di Desa Kuala Indah Kabupaten Batu Bara banyak

masyarakat yang tidak membatasi penggunaan garam terhadap makanan yang akan dikonsumsi keluarganya.

## SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada masyarakat pesisir di Desa Kuala Indah Kabupaten Batu Bara didapatkan hasil adanya hubungan riwayat hipertensi dengan faktor konsumsi makanan yang bersifat asin dan perilaku merokok masyarakat. Faktor yang paling mempengaruhi kejadian hipertensi adalah faktor kebiasaan mengkonsumsi makanan bersifat asin atau yang tinggi garam maka kemungkinan besar akan mengalami penyakit hipertensi. Dengan diketahuinya bahwa faktor yang paling berpengaruh terhadap kejadian hipertensi yaitu faktor keturunan, diharapkan kepada masyarakat usia muda agar lebih memperhatikan pola hidup yang diharapkan dapat membantu memutus rantai faktor risiko penyebab hipertensi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Zahra, A. R. A., Saputri, R., & Handayani, L. (2023). PENINGKATAN PENGETAHUAN PADA PENDERITA HIPERTENSI Knowledge Enhancement in People with Hypertension by Providing Education Based on Banjar Language. *Jurnal Farmasi SYIFA*, 1, 20–26.
- Oktaviani, I., Anggraeni, Y. D., & Hidayah, N. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Masyarakat Dan Penerapan Pre-Hospital Safety Management Pada Penderita Hipertensi Di Desa Olak-Olak Kubu Kecamatan Kubu. *Borneo Nursing Journal (BNJ)*, 4(2), 64–73.
- Kementrian Kesehatan. (2018). Beberapa anjuran konsumsi Gula, Garam, dan Lemak per harinya? Retrieved from kemenkes.go.id: <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensipenyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/page/31/berapa-anjuran-konsumsi-gula-garam-dan-lemakper-harinya>
- Anjayati, Saimin, & Prasetya. (2023). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Pencegahan Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Pesisir . Sri Anjayati/ *Jurnal Nursing Update* Vol. 14 No.1 (2023), 14(1), 74.
- Erman, Imelda, et al. Hubungan merokok dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Kampus Palembang. *JKM: Jurnal Keperawatan Merdeka*, 2021, 1.1: 54-61.
- Hidayah, A., & Daulay, N. M. (2020). Penyuluhan Pola Hidup Sehat Cegah Komplikasi Hipertensi Di Desa Manunggang Jae Kecamatan Padangsidempuan Tenggara. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Afa (JPMA)*, 2(1), 37–40.
- Wade, C. (2021). Mengatasi hipertensi. Bandung: Nuansa Cendikia.

- Donna NP Butarbutar, Lelo Sintani, & Luluk Tri Harinie. (2020). Peningkatan Kesejahteraan Ekonomi Masyarakat Pesisir Melalui Pemberdayaan Perempuan. *Journal of Environment and Management*, 1(1), 31–39. <https://doi.org/10.37304/jem.v1i1.1203>
- Anggara, D. H. F. & Prayitno, N. (2012). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tekanan Darah Di Puskesmas Telaga Murni, Cikarang Barat Tahun 2012. *Jurnal*. Jakarta: STIKes MH. Thamrin.
- Alamsyah, A., Ikhtiaruddin, I., Priwahyuni, Y., & VGB, C. (2021). Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Dalam Pencegahan Hipertensi Serta Pengukuran Tekanan Darah Untuk Deteksi Dini Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas*, 1(1), 10–19. <https://doi.org/10.25311/jpkk.vol1.iss1.898>
- Efriandi, Niki; Lestari, Rizki Muji; PRASIDA, Dita Wasthu. Hubungan Perilaku Merokok dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Produktif di Wilayah Kerja Puskesmas Jekan Raya Tahun 2022: The Corelation of Smoking Behavior With Hypertension Incidence at Productive Age in the Work Area of Jekan Raya Public Health Center. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 2023, 9.1: 112-118.
- Harahap, Sakina TA, et al. GAMBARAN PERILAKU MASYARAKAT PESISIR TERHADAP KEJADIAN HIPERTENSI DI DESA KUALA LAMA. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2023, 4.3: 5781-5787.
- Putra, Syah. "Pengaruh Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi di Indonesia (A: Systematic Review)." *Jurnal Pendidikan Tambusai* 6.2 (2022): 15794-15798.