

Pengaruh Kebiasaan Merokok Dan Pola Makan Pasien Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Pasien Rawat Inap Dirumah Sakit Bhayangkara Makassar

Andi Agustang^{1*}, Imelda. H², Juli Tandibua³, Surya Prihatini⁴

^{*1,2} Program Studi Keperawatan, STIKes Amanah Makassar

^{3,4} Program Studi Profesi Ners, STIKes Amanah Makassar

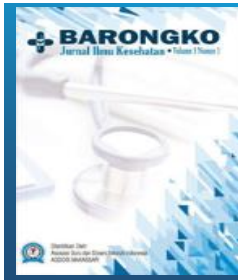
*Correspondent Author: Imelda. H, Email: imelda.stikes@gmail.com

ABSTRACT

Hypertension can be defined as a medical condition or blood pressure in the arteries that is higher than normal. Blood pressure indicates the level of force exerted by blood on the surface of arterial blood vessels when blood is pumped by the heart. Smoking can also increase the risk of diabetes, heart attack, and stroke. Therefore, continuing to smoke while having high blood pressure is a very dangerous combination that will trigger diseases related to the heart and blood. Research objective: to determine the relationship between smoking habits and diet with the incidence of hypertension in inpatients at Bhayangkara Hospital Makassar. The type of research used was quantitative research with a cross-sectional design. The population in this study were all inpatients with hypertension at Bhayangkara Hospital Makassar. The research sample consisted of 38 respondents obtained using accidental sampling. Data collection was conducted using questionnaires and medical records. Data analysis was performed using univariate and bivariate analysis with the Chi-Square test at a significance level of $\alpha = 0.05$. The results showed that there was a relationship between smoking habits and the incidence of hypertension with a p-value of 0.044 ($p < 0.05$). In addition, there was a relationship between diet and hypertension with a p-value of 0.046 ($p < 0.05$). Respondents who were moderate to heavy smokers and had poor diets tended to have a higher risk of hypertension.

The conclusion of this study is that there is a significant relationship between smoking habits and diet with the incidence of hypertension in inpatients at Bhayangkara Hospital Makassar. Therefore, health promotion efforts are needed to raise public awareness about the dangers of smoking and the importance of implementing a healthy diet to prevent hypertension.

Keywords: Hypertension, Smoking Habits, Diet

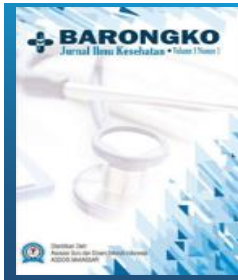


ABSTRAK

Hipertensi dapat didefinisikan sebagai suatu kondisi medis atau tekanan darah dalam arteri meningkat melebihi batas normal. Tekanan darah menunjukkan tingkat kekuatan dorongan darah pada permukaan pembuluh darah arteri saat darah dipompa oleh jantung. Kebiasaan merokok juga dapat meningkatkan resiko diabetes, serangan jantung dan stroke, karena itu, kebiasaan merokok yang terus dilanjutkan ketika memiliki tekanan darah tinggi, merupakan kombinasi yang sangat berbahaya yang akan memicu penyakit-penyakit yang berkaitan dengan jantung dan darah. Tujuan penelitian : untuk mengetahui hubungan kebiasaan merokok dan pola makan dengan kejadian hipertensi pada pasien rawat inap di Rumah Sakit Bhayangkara Makassar. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien rawat inap yang mengalami hipertensi di Rumah Sakit Bhayangkara Makassar. Sampel penelitian berjumlah 38 responden yang diperoleh dengan teknik accidental sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner dan data rekam medis. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian: menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi dengan nilai $p = 0,044$ ($p < 0,05$). Selain itu, terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi dengan nilai $p = 0,046$ ($p < 0,05$). Responden dengan kebiasaan merokok sedang hingga berat serta pola makan yang kurang baik cenderung memiliki risiko lebih tinggi mengalami hipertensi.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan merokok dan pola makan dengan kejadian hipertensi pada pasien rawat inap di Rumah Sakit Bhayangkara Makassar. Oleh karena itu, diperlukan upaya promosi kesehatan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai bahaya merokok serta pentingnya menerapkan pola makan sehat guna mencegah terjadinya hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Kebiasaan Merokok, Pola Makan



I. PENDAHULUAN

Salah satu diantaranya penyakit yang perlu upaya kesehatan dari pemerintah adalah hipertensi. Hipertensi sejatinya termasuk dalam golongan penyakit yang bisa dicegah dan dikelola sedini mungkin. Hipertensi juga menjadi awal penyebab terjadinya penyakit-penyakit mematikan, seperti serangan jantung dan stroke. Oleh karena hipertensi berada diawal proses menuju maut ini, maka upaya pengelolaan hipertensi ini seharusnya sudah dihapal luar kepala oleh semua orang dinegeri ini dan dapat memberikan dorongan kepada masyarakat untuk lebih mandiri dalam memelihara dan meningkatkan hidup sehat (Wijaya, 2023). Hipertensi atau darah tinggi adalah penyakit kelainan jantung dan pembuluh darah yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah. Tidak ada tanda-tanda yang dapat dirasakan oleh pasien akan tetapi darah tinggi seakan menjadi ancaman karena dengan tiba-tiba seseorang dapat divonis menderita hipertensi.

Menurut WHO, hampir satu milyar orang-orang yang mempunyai tekanan darah tinggi (hipertensi), dua pertiga diantaranya berada di negara berkembang. Hipertensi membunuh hampir 8 juta orang-orang tiap tahun di seluruh dunia, dan hampir 1.5 juta orang-orang setiap tahun di daerah Asia Tenggara. Kira-kira sepertiga populasi penduduk dewasa pada daerah asia tenggara memiliki tekanan darah tinggi (WHO, 2023).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Bidang P2 Dinkes Kota Makassar, diperoleh 10 (sepuluh) penyebab utama kematian di Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2023 yaitu usia lanjut sebanyak 357 jiwa, hipertensi sebanyak 280 jiwa, asma sebanyak 229 jiwa, jantung sebanyak 174 jiwa, obesitas sebanyak 65 jiwa, kecelakaan lalulintas sebanyak 64 jiwa, Bronco pneumoni sebanyak 62 jiwa, lahir mati sebanyak 59 jiwa, ginjal sebanyak 59 jiwa, dan lever sebanyak 58 jiwa. (Profil Kesehatan Sulawesi Selatan, 2023).

II. METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik, dengan pendekatan desain cross-sectional yang merupakan rancangan penelitian dengan melakukan pengukuran atau pengamatan pada saat bersamaan antara Kebiasaan Merokok dan Pola Makan terhadap Kejadian Hipertensi. Populasi dalam penelitian berjumlah 112 orang. Jumlah sampel yang



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

digunakan dalam penelitian ini sebanyak 38 responden. Teknik sampel yang digunakan adalah accidental sampling. Lokasi atau tempat penelitian ini dilakukan di ruang rawat inap RS Bhayangkara Makassar dan waktu penelitian akan dilakukan selama ± 2 bulan. Instrument penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah dengan menggunakan kuesioner yang telah dibuat sebelumnya. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan data primer, sekunder dan observasi. Dalam hal ini peneliti meminta izin ke pihak kampus, meminta persetujuan menjadi responden penelitian dan memberikan draf kuesioner kepada mahasiswa yang terpilih menjadi responden dan mengambil kembali draf kuesioner setelah dijawab responden. Untuk menganalisis data penelitian, peneliti menggunakan dua analisis data, yang pertama adalah analisis univariat yang digunakan untuk memberikan gambaran secara utuh dan menyeluruh dari masing-masing variabel baik variabel independen (variabel bebas) maupun variabel dependen (variabel terikat). Yang kedua yaitu analisis bivariat, yaitu untuk menganalisis apakah terdapat hubungan antara variabel independen dan variabel dependen.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

- 1) Karakteristik Responden Penelitian
 - a) Karakteristik responden berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 5.1
Karakteristik Responden Berdasarkan jenis kelamin
Responden Di Rumah Sakit Bhayangkara Makassar

Jenis Kelamin Frekuensi (f) Persentase (%)		
Laki-laki	23	60,5%
Perempuan	15	39,5%
Total	38	100%

Berdasarkan table 5.1 di atas didapatkan frekuensi jenis kelamin pasien di Rumah Sakit Bhayangkara Makassar yaitu, Jumlah laki – laki sebanyak 23 orang (60,5 %) dan perempuan sebanyak 15 orang (39,5 %).

- b) Karakteristik responden berdasarkan Umur

Tabel 5.2
Karakteristik Responden Berdasarkan umur
Responden Di Rumah Sakit Bhayangkara Makassar

Umur (tahun)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
40–49	16	42,1%
50–60	22	57,9%
Total	38	100%

Berdasarkan table 5.2 di atas didapatkan umur pasien di Rumah Sakit Bhayangkara Makassar yaitu, pasien yang berumur 50-60 tahun sebanyak 22 orang (57,9) yang berumur 40-49 tahun sebanyak 16 orang (42,1%).

- c) Karakteristik responden berdasarkan tingkat Pendidikan

Tabel 5.3
Karakteristik Responden Berdasarkan tingkat pendidikan
Responden Di Rumah Sakit Bhayangkara Makassar

Tingkat Pendidikan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
SD	6	15,8%
SMP	10	26,3%
SMA	17	44,7%
Perguruan Tinggi	5	13,2%
Total	38	100%

Berdasarkan table 5.3 di atas didapatkan tingkat pendidikan pasien di Rumah Sakit Bhayangkara Makassar yaitu, SD sebanyak 6 orang (15,8) , SMP sebanyak 10 orang (26,3%), SMA sebanyak 17 orang (44,7%), dan Perguruan Tinggi sebanyak 5 orang (13,2%).

- 2) Gambaran Hasil Penelitian Masing-Masing Variabel (Analisis Univariat)
- a) Distribusi Kebiasaan Merokok

Tabel 5.4
Distribusi responden berdasarkan kebiasaan merokok Di Rumah Sakit Bhayangkara Makassar

Kategori Merokok	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Perokok ringan (1–9 batang/hari)	10	26,3%
Perokok sedang (10–20 batang/hari)	18	47,4%
Perokok berat (>20 batang/hari)	10	26,3%
Total	38	100%

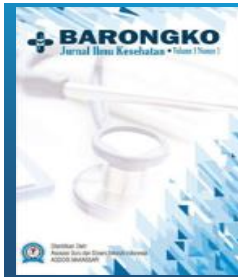
Berdasarkan table 5.4 di atas didapatkan distribusi kebiasaan merokok pasien di Rumah Sakit Bhayangkara Makassar yaitu, perokok sedang sebanyak 18 orang (47,4%) , sementara perokok ringan dan berat masing-masing sebanyak 10 orang (26,3%). Hal ini menunjukkan tingginya intensitas kebiasaan merokok pada pasien.

- b) Distribusi Pola Makan

Tabel 5.5
Distribusi responden berdasarkan pola makan Di Rumah Sakit Bhayangkara Makassar

Pola Makan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	9	23,7%
Kurang	29	76,3%
Total	38	100%

Berdasarkan table 5.5 di atas didapatkan distribusi pola makan pasien di Rumah Sakit Bhayangkara Makassar yaitu, pola makan baik sebanyak 9 orang (23,7%) , sementara pola makan kurang sebanyak 29 orang (76,3%). Kondisi ini mengindikasikan bahwa sebagian besar pasien kurang menerapkan pola makan sehat.



c) Distribusi kejadian hipertensi

Tabel 5.6
Distribusi responden berdasarkan kejadian hipertensi
Di Rumah Sakit Bhayangkara Makassar

Kategori Hipertensi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Hipertensi tahap 1	21	55,3%
Hipertensi tahap 2	17	44,7%
Total	38	100%

Berdasarkan table 5.6 di atas didapatkan distribusi kejadian hipertensi di Rumah Sakit Bhayangkara Makassar yaitu, bahwa sebagian besar pasien mengalami hipertensi tahap 1 (55,3%), sedangkan 44,7% mengalami hipertensi tahap 2.sehat.

b. Pembahasan

Analisis bivariat bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas (kebiasaan merokok dan pola makan) dengan variabel terikat (kejadian hipertensi). Pengujian hipotesis data penelitian ini menggunakan uji *Chi Square* dengan tingkat kemaknaan = 0,05 yang diperoleh hasil analisis sebagai berikut:

a) Hubungan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi

Hasil pengujian hipotesis yang menyatakan hubungan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi di Rumah Sakit Bhayangkara Makassar dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Table 5.7
Hubungan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi di Rumah Sakit Bhayangkara Makassar tahun 2025

Kebiasaan Merokok	Hipertensi Tahap 1 n	Hipertensi Tahap 1 %	Hipertensi Tahap 2 n	Hipertensi Tahap 2 %	Jumlah n	Jumlah %	P Value
Perokok ringan (1-9)	7	33,3%	3	17,6%	10	26,3%	
Perokok sedang (10-20)	12	57,1%	6	35,3%	18	47,4%	
Perokok berat (>20)	2	9,5%	8	47,1%	10	26,3%	0,044
Jumlah	21	55,3%	17	44,7%	38	100%	

(Sumber: Data primer, 2025)

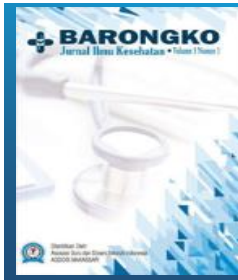
Berdasarkan tabel 5.7 dapat dilihat bahwa dari 38 responden, mayoritas perokok sedang (47,4%) dan perokok berat menunjukkan proporsi hipertensi tahap 2 yang lebih besar (47,1% dari kelompok perokok berat). Uji Chi-Square menghasilkan $p = 0,044$, yang menunjukkan terdapat hubungan bermakna antara kategori kebiasaan merokok dan kejadian hipertensi pada responden ($p < 0,05$).

b) Hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi

Hasil pengujian hipotesis yang menyatakan hubungan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi di Rumah Sakit Bhayangkara Makassar dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Pola Makan	Hipertensi Tahap 1 n	Hipertensi Tahap 1 %	Hipertensi Tahap 2 n	Hipertensi Tahap 2 %	Jumlah n	Jumlah %	P Value
Baik	6	28,6%	3	17,6%	9	23,7%	
Kurang	15	71,4%	14	82,4%	29	76,3%	0,046
Total	21	55,3%	17	44,7%	38	100%	

(Sumber: Data primer, 2025)



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

Berdasarkan tabel 5.8 dapat dilihat bahwa dari 38 responden, pola makan kurang memiliki proporsi hipertensi tahap 2 yang lebih tinggi (82,4%) dibandingkan pola makan baik (17,6%). Hasil uji Chi-Square menunjukkan $p = 0,046$ yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kejadian hipertensi ($p < 0,05$).

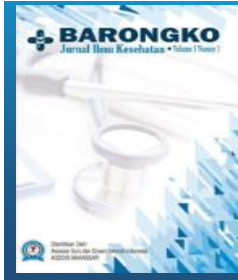
IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

- 1) Terdapat hubungan antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi. Responden dengan memiliki kebiasaan merokok, terutama dengan intensitas sedang hingga berat menunjukkan peningkatan hipertensi akibat pengaruh zat nikotin dan karbon monoksida yang menyebabkan penyempitan pembuluh darah.
- 2) Terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi. Responden sebagian besar kurang menerapkan pola makan sehat sehingga memiliki risiko lebih tinggi mengalami peningkatan tekanan darah akibat sering mengonsumsi garam, daging sehingga menyebabkan hipertensi.
- 3) Secara keseluruhan, kejadian hipertensi pada pasien rawat inap di Rumah sakit Bhayangkara Makassar dipengaruhi oleh kombinasi antara faktor yang dapat dimodifikasi (kebiasaan merokok dan pola makan) serta faktor yang tidak dapat dimodifikasi (kejadian hipertensi). Upaya pengendalian faktor risiko tersebut sangat penting untuk menurunkan angka kejadian hipertensi di masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Akhiarif. (2023). *Konsep Pola Makan Sehat dan Hubungannya dengan Status Gizi*. Yogyakarta: Nuha Medika.
2. Amalia, R., dkk. (2022). *Perilaku Merokok dan Dampaknya terhadap Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
3. Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2023*. Makassar: Dinkes Sulsel.
4. Iis. (2023). *Bahaya Rokok bagi Kesehatan Jantung dan Pembuluh Darah*. Jakarta: EGC.



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

5. Iqbalali. (2024). *Gizi dan Penyakit Tidak Menular*. Bandung: Alfabeta.
6. Irnawaty. (2023). *Olahraga dan Kesehatan Kardiovaskular*. Jakarta: Salemba Medika.
7. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Jakarta: Kemenkes RI.
8. Kumboyono. (2022). *Perilaku Kesehatan dan Kebiasaan Merokok*. Malang: Universitas Brawijaya Press.
9. Muhammad, A. (2023). *Pemeriksaan Diagnostik pada Penyakit Kardiovaskular*. Jakarta: EGC.
10. Pakpahan, D., Susilawaty, dkk. (2021). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Medan: Yayasan Kita Menulis.
11. Rafelina. (2023). *Hipertensi: Pengertian, Pencegahan, dan Pengobatan*. Jakarta: EGC.
12. Ridwan. (2023). *Patofisiologi Penyakit Sistem Kardiovaskular*. Bandung: Alfabeta.
13. Sriwahyuni, I. (2023). *Pola Konsumsi Lemak dan Risiko Penyakit Jantung*. Yogyakarta: Deepublish.
14. Syam, A. (2022). *Dampak Merokok terhadap Organ Tubuh*. Jakarta: Salemba Medika.
15. Wijaya, A. (2023). *Penyakit Tidak Menular dan Faktor Risikonya*. Yogyakarta: Nuha Medika.
16. Wijayanti, D. (2022). *Rokok dan Dampaknya terhadap Kesehatan*. Surabaya: Airlangga University Press.
17. Wijoyo. (2023). *Hipertensi dan Penatalaksanaannya*. Jakarta: EGC.
18. World Health Organization. (2023). *Hypertension Fact Sheet*. Geneva: WHO.
19. Zippien. (2023). *Konsep Indonesia Sehat dan Pembangunan Kesehatan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.