

Hubungan Perilaku Sehat Terhadap Kejadian Hipertensi pada Masyarakat Usia 18-45 Tahun di UPTD Puskesmas Kecamatan Pancoran

Hanafi, Farhan Rafif

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=139178&lokasi=lokal>

Abstrak

<p>Latar Belakang : Hipertensi adalah kondisi dimana tekanan darah dengan melakukan pengukuran dengan hasil tekanan darah sistolik sebesar $\geq$ 140 mmhg dan tekanan diastolic sebesar $\geq$ 90 mmhg. Umumnya penderita hipertensi tidak menyadari dirinya terkena hipertensi karena hipertensi seringkali tanpa adanya gejala, oleh karena itu hipertensi sering disebut sebagai silent killer. Di Indonesia kasus hipertensi terus mengalami kenaikan berdasarkan laporan Riskesdas dari tahun 2007, 2013, 2018. Berdasarkan laporan Riskesdas 2018 prevalensi penderita hipertensi diatas 17 tahun sebesar 34,1%. Provinsi DKI Jakarta sendiri masuk kedalam 10 provinsi dengan kasus hipertensi yang tinggi berdasarkan laporan Riskesdas 2018. Estimasi penderita hipertensi di DKI Jakarta tahun 2020 sebanyak 2.671.915 kasus. Kota Jakarta Selatan menempati urutan ketiga daerah dengan penderita hipertensi terbanyak. Sebuah penelitian menunjukkan adanya pergeseran usia penderita hipertensi ke usia dewasa. Factor penyebab hipertensi pada usia dewasa adalah perilaku hidup yang tidak sehat seperti kebiasaan merokok, kurangnya aktivitas fisik, dan pola konsumsi yang tidak sehat. Pemerintah Indonesia membentuk suatu gerakan sebagai penanganan terhadap hipertensi yang disebut CERDIK yang merupakan singkatan dari Cek kesehatan rutin, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet seimbang, Istirahat cukup, dan Kelola stress. Metode : Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional. Metode sampling yang digunakan adalah purposive sampling. Pengambilan data dilakukan dengan menyebarkan kuisioner kepada pengunjung puskesmas dan juga peserta vaksinasi COVID-19. Analisis univariat digunakan untuk melihat karakteristik responden dan analisis bivariant menggunakan chi square digunakan untuk melihat hubungan antara perilaku sehat dengan kejadian hipertensi. Hasil : Didapati mayoritas responden sudah melakukan perilaku sehat (CERDIK) dengan baik. Terdapat hubungan antara perilaku sehat (CERDIK) dengan kejadian hipertensi dengan nilai signifikansi 0,006. Kesimpulan : Perilaku sehat yang dilakukan secara terintegrasi dapat mempengaruhi kejadian hipertensi pada masyarakat usia 18-45 tahun di Puskesmas Kecamatan Pancoran. Hal ini dapat menjadi pertimbangan Puskesmas Kecamatan Pancoran untuk memberikan penyuluhan mengenai perilaku sehat bukan hanya kepada kaum lansia tetapi juga kelompok usia dewasa.</p></hr><p> </p><p>Backgorund: Hypertension is a condition in which blood pressure is measured with a systolic blood pressure of $\geq$ 140 mmHg and a diastolic pressure of $\geq$ 90 mmHg. Generally, people with hypertension are not aware that they have hypertension because hypertension is often without any symptoms, therefore hypertension is often referred to as a silent killer. In Indonesia cases of hypertension continue to increase based on Riskesdas reports from 2007, 2013, 2018. Based on the 2018 Riskesdas report the prevalence of hypertension sufferers over 17 years is 34.1%. DKI Jakarta Province itself is included in the 10 provinces with high cases of hypertension based on the 2018 Riskesdas report. It is estimated that hypertension sufferers in DKI Jakarta in 2020 are 2,671,915 cases. South Jakarta City ranks third in the area with the most hypertension sufferers. A study shows that there is a shift in the age of people with hypertension to adulthood. Factors causing hypertension in adulthood are unhealthy lifestyle behaviors

such as smoking habits, lack of physical activity, and unhealthy consumption patterns. The Indonesian government formed a movement as a treatment for hypertension called CERDIK which stands for Routine health checks, Get rid of cigarette smoke, Diligent physical activity, Balanced diet, Get enough rest, and Manage stress. Methods : This research is a quantitative research with cross sectional research design. The sampling method used is purposive sampling. Data collection was carried out by distributing questionnaires to visitors to puskesmas and also participants in the COVID-19 vaccination. Univariate analysis was used to see the characteristics of respondents and bivariant analysis using chi square was used to see the relationship between healthy behavior and the incidence of hypertension. Result : It was found that the majority of respondents had practiced healthy behavior (CERDIK) well. There is a relationship between healthy behavior (CERDIK) and the incidence of hypertension with a significance value of 0.006. Conclusion : Healthy behavior that is carried out in an integrated manner can affect the incidence of hypertension in people aged 18-45 years at the Pancoran District Health Center. This can be a consideration for the Pancoran District Health Center to provide counseling on healthy behavior not only to the elderly but also the adult age group.</p>