



Window of Public Health
JOURNAL

Journal homepage : <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph>



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph/article/view/woph6616>

HUBUNGAN JENIS KELAMIN DAN PEKERJAAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA PRA-LANSIA DI PUSKESMAS RALLA

^KSulfitra Sultan¹, Andi Asrina², Arman³

^{1,2}Peminatan Promosi Kesehatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

³Peminatan Epidemiologi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

Email Penulis Korespondensi/penulis pertama (^K): sulfitrasultan@gmail.com

sulfitrasultan@gmail.com¹, andi.asrina@umi.ac.id², armanidris@yahoo.co.id³

ABSTRAK

Hipertensi dikenal sebagai pembunuh diam-diam karena banyak pasien yang tidak tahu mereka mengidap penyakit ini. Hipertensi diartikan sebagai suatu kondisi ketika tekanan darah sistolik melebihi 140 mmHg atau tekanan darah diastolik melebihi 90 mmHg. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara jenis kelamin dan pekerjaan dengan kejadian hipertensi pada pra-lansia di wilayah kerja Puskesmas Ralla tahun 2025. Jenis penelitian ini yaitu pendekatan kuantitatif dengan desain menggunakan desain *cross-sectional* dengan teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*, sampel penelitian ini sebanyak 97 orang. Data diambil menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan univariat dan bivariat dengan uji *chi square*. Hasil penelitian ini tidak ada hubungan jenis kelamin dengan kejadian hipertensi pada pra-lansia ($p=0.591$), ada hubungan pekerjaan dengan kejadian hipertensi pada pra-lansia ($p=0.034$). Untuk masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Ralla diharapkan dapat terhindar dari penyakit hipertensi dengan menjaga pola makan dan menerapkan gaya hidup sehat.

Kata kunci: Hipertensi; jenis kelamin; pekerjaan

PUBLISHED BY :

Pusat Kajian dan Pengelola Jurnal
Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI

Address :

Jl. Urip Sumoharjo Km. 5 (Kampus II UMI)
Makassar, Sulawesi Selatan.

Email :

jurnal.woph@umi.ac.id

Phone :

+62 853 9504 1141

Article history :

Received : 4 Februari 2025

Received in revised form : 14 Maret 2025

Accepted : 15 Desember 2025

Available online : 31 Desember 2025

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



ABSTRACT

Hypertension is known as a silent killer because many patients do not know they have this disease. Hypertension is defined as a condition when systolic blood pressure exceeds 140 mmHg or diastolic blood pressure exceeds 90 mmHg. This study aims to investigate the relationship between gender and occupation and the incidence of hypertension among the pre-elderly population in the working area of the Ralla Health Center in 2025. The findings suggest that occupation influences hypertension risk, highlighting the need for targeted community health interventions. Data were collected using a questionnaire and analyzed univariately and bivariate with the chi-square test. The results showed no relationship between gender and hypertension ($p = 0.591$), but a significant relationship with occupation ($p = 0.034$). For the community in the working area of the Ralla Health Center, it is hoped that they can avoid hypertension by maintaining a balanced diet and adopting a healthy lifestyle.

Keywords: Hypertension; gender; occupation.

PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan salah satu faktor utama penyebab kematian di dunia saat ini, di tahun 2012 tercatat dari 56 juta kematian, 68% disebabkan oleh penyakit tidak menular. Penyakit tidak menular kini telah menarik perhatian tidak hanya di kalangan masyarakat di tingkat nasional, tetapi juga di seluruh dunia. Hipertensi menjadi salah satu PTM yang menyebabkan penyakit kardiovaskuler dan ginjal yang meningkatkan angka kematian dengan 90-95% kasus didominasi oleh hipertensi esensial.

Menurut *World Health Organization* (WHO) hipertensi adalah kondisi ketika tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg atau tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Hipertensi adalah penyakit tidak menular dan merupakan salah satu faktor utama penyebab kematian dini di seluruh dunia. Hipertensi dikenal sebagai *the silent killer* yaitu penyakit pembunuh karena banyak pasien tidak menyadari bahwa mereka menderita hipertensi.¹

Hipertensi bukan hanya dialami oleh lansia, namun sudah banyak kejadian hipertensi pada pra-lansia. Dalam tiga puluh tahun terakhir, prevalensi hipertensi yang distandarkan berdasarkan usia di antara orang dewasa berusia 30 hingga 79 tahun hanya sedikit berubah di seluruh dunia dan di semua wilayah WHO kecuali Eropa, yang terus menurun.² Secara global, prevalensi hipertensi sedikit lebih tinggi di kalangan pria (34%) dibandingkan wanita (32%). Keunggulan wanita ini terkait usia: prevalensi hipertensi global yang distandarkan berdasarkan usia di kalangan orang berusia 30-49 tahun adalah 19% untuk wanita dan 24% untuk pria.

Pola prevalensi hipertensi yang lebih rendah di kalangan wanita berusia di bawah 50 tahun ini berlaku di sebagian besar negara di seluruh dunia. Namun, untuk orang berusia 50-79 tahun, baik pria maupun wanita secara global diperkirakan memiliki prevalensi hipertensi yang setara sebesar 49%. Menurut data *World Health Organization* sekitar 1.13 miliar orang, atau 15% dari semua orang di seluruh dunia, menderita hipertensi, dan dua pertiga dari mereka tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Dapat disimpulkan bahwa 1 dari 3 orang di dunia menderita hipertensi, dan hanya 36.8% di antaranya menggunakan obat.¹

Pra-lansia merupakan kelompok usia 45 hingga 59 tahun.³ Pra-lansia adalah kelompok yang

paling rentan menderita penyakit hipertensi. Pada titik ini, tindakan pencegahan dan perhatian kesehatan yang dilakukan dapat berdampak besar pada kesehatan di masa depan karena pada kelompok usia 45-59 tahun, risiko hipertensi meningkat secara signifikan, dan ini adalah tahap awal proses penuaan dan perubahan fisik yang berkontribusi pada peningkatan tekanan darah.⁴

Jenis kelamin adalah salah satu faktor risiko kejadian hipertensi pada pra-lansia yang tidak dapat diubah karena adanya pengaruh hormon estrogen pada perempuan. Data Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi pada perempuan cenderung lebih tinggi daripada laki-laki. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurhayati tahun 2023 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan 4 kejadian hipertensi pada pra-lansia. Jenis kelamin wanita memiliki prevalensi hipertensi lebih tinggi daripada pria hal tersebut dikarenakan pada perempuan yang telah menopause mengalami penurunan kadar estrogen.⁵

Pekerjaan dapat menjadi faktor risiko hipertensi karena beberapa hal seperti stres dan lingkungan kerja. Stres kerja yang tinggi seperti beban kerja yang berlebihan dapat memicu peningkatan tekanan darah. Lingkungan kerja yang tidak nyaman seperti kebisingan dan suhu ekstrem juga dapat menjadi faktor risiko hipertensi. Pernyataan tersebut diperkuat oleh hasil penelitian Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Ekaningrum tahun 2021 menunjukkan bahwa ada hubungan status pekerjaan dengan hipertensi.⁶

Berdasarkan data dari profil kesehatan Sulawesi Selatan, prevalensi hipertensi pada penduduk berusia >18 tahun adalah 25%. Menurut data Dinas Kesehatan Sulawesi Selatan tahun 2020 kabupaten/kota, prevalensi hipertensi tertinggi ditemukan di Kota Palopo (71.51%), diikuti oleh Kabupaten Sidrap (63.28%), Kabupaten Enrekang (39.46%), dan Kabupaten Barru (35.17%) dengan prevalensi hipertensi tertinggi di Sulawesi Selatan. Adapun jumlah pra-lansia (45-59) tahun di Provinsi Sulawesi Selatan pada tahun 2023 yaitu sebanyak 1.591.750 jiwa.⁷

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Barru, menunjukkan bahwa hipertensi menjadi urutan kedua sebagai penyakit tertinggi yang ada di Kabupaten Barru dengan jumlah kasus 8.882 pada tahun 2020, tahun 2021 sebanyak 8.912 kasus dan 9.626 kasus di tahun 2022. Data tersebut menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di Kabupaten Barru terus mengalami peningkatan selama tiga tahun berturut-turut. Adapun jumlah pra-lansia di Kabupaten Barru sebanyak 34.828 jiwa. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Barru, Puskesmas dengan kasus hipertensi tertinggi adalah Puskesmas Padongko dengan 8.639 kasus tahun 2021, kedua Puskesmas Palakka dengan 4.217 kasus tahun 2021, ketiga Puskesmas Pekkae dengan 4.028 kasus tahun 2021, dan keempat Puskesmas Ralla 2.952 kasus tahun 2021 dan kelima Puskesmas Madello sebanyak 2.183 kasus tahun 2021.⁸

Data yang diperoleh dari Puskesmas Ralla tahun 2024 menunjukkan bahwa hipertensi menempati urutan pertama dari 10 penyakit tertinggi di wilayah kerja Puskesmas Ralla dengan 4.017 kasus tahun 2023 dan 3.525 kasus pada bulan Januari hingga Oktober tahun 2024 dan 8 diperkirakan masih akan terus bertambah hingga akhir tahun 2024. Adapun jumlah pra-lansia yang menderita hipertensi di

wilayah kerja Puskesmas Ralla pada tahun 2024 rentang waktu bulan Januari hingga Oktober sebanyak 301 orang yang didominasi oleh jenis kelamin perempuan sebanyak 229 orang adapun laki-laki sebanyak 72 orang. Sebagian besar pekerjaan pra-lansia yang menderita hipertensi yaitu non-PNS sebanyak 265 orang dan PNS sebanyak 36 orang.⁹

Berdasarkan uraian sebelumnya, penulis bermaksud untuk mengetahui “Hubungan Jenis Kelamin dan Pekerjaan dengan Kejadian Hipertensi pada Pra-lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Ralla Kecamatan Tanete Riaja Kabupaten Barru Tahun 2025”.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan yaitu pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Penelitian ini akan dilakukan di Puskesmas Ralla Kecamatan Tanete Riaja Kabupaten Barru. Populasi dalam penelitian ini adalah pra-lansia yaitu kelompok umur 45-59 tahun yang ada di wilayah kerja Puskesmas Ralla dengan jumlah 3.137 jiwa dengan teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *simple random sampling* yang didapatkan sebanyak 97 responden.

Salah satu cara untuk mengumpulkan data yang dilakukan oleh peneliti adalah wawancara sesuai dengan kuesioner, dianalisis menggunakan uji *chi square* pada tingkat kepercayaan 95% (0.05).

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Kelompok Umur pada Pra-lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Ralla

Kelompok Umur	n	%
45-50 Tahun	39	40.2
51-55 Tahun	33	34.0
56-59 Tahun	25	25.0
Total	97	100.0

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 97 responden yang mendominasi adalah kelompok umur 45-50 tahun sebanyak 39 orang (40.2%) dan yang paling rendah adalah kelompok umur 56-59 tahun sebanyak 25 orang (25.0%).

Analisis Univariat

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Kejadian Hipertensi pada Pra-lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Ralla

Kejadian Hipertensi	n	%
Hipertensi	29	29.9
Tidak Hipertensi	68	70.1
Total	97	100.0

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa jumlah responden yang menderita hipertensi sebanyak 29 orang (29.9%), sedangkan responden yang tidak menderita hipertensi sebanyak 68 orang (70.1%).

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

pada Pra-lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Ralla

Jenis Kelamin	n	%
Laki-Laki	20	20.6
Perempuan	77	79.4
Total	97	100.0

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa jumlah responden dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 20 orang (20.6%), sedangkan responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 77 orang (79.4%).

Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan pada Pra-lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Ralla

Pekerjaan	n	%
PNS	17	17.5
Petani	11	11.3
IRT	53	54.8
Wiraswasta	4	4.1
Honorar	4	4.1
Ketua RT	1	1.0
Pengusaha	1	1.0
Penjual	5	5.2
Pensiunan TNI	1	1.0
Total	97	100.0

Berdasarkan Tabel 4 menunjukkan bahwa dari 97 responden, yang mendominasi pekerjaan responden adalah IRT sebanyak 53 orang (54.8%) dan pekerjaan paling sedikit adalah ketua RT, pengusaha dan pensiunan TNI masing-masing sebanyak 1 orang (1.0%).

Analisis Bivariat

Tabel 5. Hubungan Jenis Kelamin dengan Kejadian Hipertensi pada Pra-lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Ralla

Jenis Kelamin	Kejadian Hipertensi				Total		P (Value)
	Hipertensi		Tidak Hipertensi				
	n	%	n	%	N	%	
Laki-Laki	5	25	15	75	20	100	0.591
Perempuan	24	31.2	53	68,8	77	100	
Total	29	29.9	68	70.1	97	100	

Berdasarkan Tabel 5 menunjukkan bahwa dari 97 responden, dari total 20 responden laki-laki terdapat 5 responden laki-laki (25%) yang mengalami hipertensi, 15 responden laki-laki (75%) yang tidak mengalami hipertensi dan dari total 77 responden perempuan terdapat 24 responden perempuan (31.2%) yang mengalami hipertensi, 53 responden perempuan (68.8%) yang tidak mengalami hipertensi.

Berdasarkan hasil uji statistik *chi-square* diperoleh nilai $p=0.591 > 0.05$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak, artinya bahwa tidak ada hubungan antara jenis kelamin dengan kejadian hipertensi.

Tabel 6. Hubungan Pekerjaan dengan Kejadian Hipertensi pada Pra-lansia

di Wilayah Kerja Puskesmas Ralla

Pekerjaan	Kejadian Hipertensi					P (Value)	
	Hipertensi		Tidak Hipertensi		Total		
	n	%	n	%	N		%
Risiko Tinggi	28	34.6	53	65.4	81	100	0.034
Risiko Rendah	1	6.3	15	93.8	16	100	
Total	29	29.9	68	70.1	97	100	

Berdasarkan Tabel 6 menunjukkan bahwa dari 97 responden, dari total 81 responden yang memiliki pekerjaan dengan risiko tinggi terdapat 28 responden (34.6%) yang hipertensi, 53 responden (65.4%) yang tidak hipertensi dan dari total 16 responden yang memiliki pekerjaan dengan risiko rendah terdapat 1 responden (6.3%) yang hipertensi, 15 responden (93.8%) yang tidak hipertensi.

Berdasarkan hasil uji statistik *chi-square* diperoleh nilai $p=0.034$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya bahwa ada hubungan antara pekerjaan dengan kejadian hipertensi.

PEMBAHASAN

Hubungan Jenis Kelamin dengan Kejadian Hipertensi

Jenis kelamin adalah karakteristik khusus yang membedakan antara individu laki-laki dan perempuan. Dalam penelitian ini yang menjadi subjek penelitian adalah pra-lansia laki-laki dan perempuan. Jenis kelamin adalah salah satu faktor yang mempengaruhi tekanan darah yang tidak dapat diubah (WHO). Jenis kelamin sangat erat kaitannya terhadap kejadian hipertensi dimana pada wanita lebih tinggi ketika seorang wanita mengalami menopause. Pria berisiko 2.3 kali lebih banyak mengalami hipertensi dibandingkan wanita. Namun, setelah memasuki masa menopause, prevalensi hipertensi pada wanita meningkat. Akibat faktor hormonal pada wanita, kejadian hipertensi lebih tinggi daripada pria.

Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 20 responden dengan jenis kelamin laki-laki lebih banyak yang tidak mengalami hipertensi sebanyak 15 (75%) dibandingkan yang mengalami hipertensi sebanyak 5 (25%) sedangkan dari 77 jenis kelamin perempuan lebih banyak yang tidak mengalami hipertensi sebanyak 53 (68.8%) dibandingkan yang mengalami hipertensi sebanyak 24 (31.2%).

Berdasarkan hasil uji statistik *chi-square* diperoleh nilai $p\text{-value}$ 0.591. Hal tersebut menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan kejadian hipertensi dikarenakan penyakit hipertensi lebih banyak diakibatkan oleh gaya hidup dari responden yang lebih banyak mengonsumsi makanan yang siap saji dan juga kurangnya aktivitas fisik yang dilakukan sehingga peluang untuk terjadinya hipertensi lebih tinggi, teori ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Ernadi E tahun 2022 yang menemukan bahwa pola makan yang tidak sehat akan meningkatkan risiko kejadian penyakit hipertensi karena konsumsi makanan yang tidak terkontrol dan melebihi batas kebutuhan harian tubuh seseorang.¹⁰

Hasil penelitian ini juga menemukan bahwa jenis kelamin perempuan lebih banyak menderita hipertensi dibandingkan dengan jenis kelamin laki-laki dikarenakan sistem imun tubuh dari perempuan yang mudah mengalami penurunan dibandingkan jenis kelamin laki-laki, selain itu juga terkait dengan

aktivitas perempuan di rumah yang padat sehingga perempuan lebih cenderung mengalami kelelahan sehingga sistem imun tubuhnya yang mudah untuk turun hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Nurhayati tahun 2023 yang menemukan bahwa jenis kelamin perempuan cenderung terkena hipertensi dikarenakan sistem imun tubuh yang mudah untuk turun dan kelelahan secara terus-menerus mengakibatkan jenis kelamin perempuan lebih mudah terserang penyakit.⁵

Gaya hidup yang tidak sehat mengakibatkan sistem metabolisme tubuh tidak normal dan cenderung mengakibatkan meningkatnya risiko atau bahkan terjangkitnya penyakit tertentu terutama penyakit kronik seperti hipertensi, bahkan jenis kelamin pun tidak akan mempengaruhi kejadian penyakit hipertensi apabila tidak menerapkan gaya hidup yang sehat, pada penelitian ini gaya hidup responden yang sering mengonsumsi makanan dengan tinggi natrium seperti ikan asin, masakan sayur dengan tinggi natrium sehingga mengakibatkan tekanan darah naik secara drastis, hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bilalang tahun 2024 yang menemukan bahwa diet yang dilakukan secara sehat membuat gaya hidup sehat diterapkan dengan baik sehingga bisa mengurangi risiko terjadinya hipertensi pada seseorang atau mengurangi gejala-gejala hipertensi yang dialami oleh seseorang.¹¹

Jenis kelamin laki-laki yang tidak menderita hipertensi lebih banyak dibandingkan yang menderita hipertensi dikarenakan adanya kegiatan aktivitas fisik yang rutin dilakukan oleh laki-laki karena harus bekerja sehingga lemak yang menjadi penyebab penyumbatan pada saluran darah bisa diubah menjadi energi karena adanya kegiatan sehari-hari yaitu bekerja, hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Muslimah tahun 2023 yang mengatakan bahwa jenis kelamin berhubungan dengan kejadian hipertensi.¹²

Hubungan Pekerjaan dengan Kejadian Hipertensi

Pekerjaan adalah aktivitas yang dilakukan oleh responden yang memungkinkan responden mengalami stress dan meningkatkan tekanan darah. Pekerjaan adalah suatu kegiatan sosial dimana individu atau kelompoknya menempatkan upaya selama waktu dan ruang tertentu, dan terkadang mengharapkan penghargaan moneter (atau dalam bentuk lain), atau tanpa mengharapkan imbalan tetapi dengan rasa kewajiban pada orang lain. Salah satu faktor penyebab hipertensi yaitu pekerjaan. Gaya hidup modern yang sibuk adalah salah satu penyebab hipertensi. Kesibukan, kerja keras, dan tujuan yang berat menyebabkan stres dan tekanan. Tekanan darah meningkat saat seseorang merasa tertekan. Selain itu, orang yang sibuk tidak memiliki banyak waktu untuk berolahraga. Tekanan darah meningkat karena lemak tubuh meningkat dan tertimbun, menghambat aliran darah.¹³

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti menemukan bahwa dari 81 responden dengan pekerjaan berisiko lebih banyak yang tidak menderita hipertensi sebanyak 53 (65.4%) dibandingkan yang menderita hipertensi sebanyak 28 (34.6%) sedangkan dari 16 responden dengan pekerjaan yang tidak berisiko lebih banyak yang tidak menderita hipertensi sebanyak 15 (93.8%) dibandingkan yang menderita hipertensi sebanyak 1 (6.3%).

Jenis pekerjaan yang berisiko lebih banyak menimbulkan kejadian hipertensi pada responden

karena tingginya tingkat stres yang dialami oleh responden sehingga hipertensi akibat stres memiliki potensi yang tinggi karena tekanan darah yang meningkat.

Berdasarkan hasil uji statistik *chi-square* diperoleh nilai *p-value* 0.034. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pekerjaan dengan kejadian hipertensi. Hal ini karena pekerjaan yang dilakukan akan mengakibatkan terjadinya kelelahan yang berujung dengan menurunnya kemampuan seseorang untuk melakukan aktivitas berlebih dan apabila diberikan stimulasi berlebih akan memaksa otak lebih keras untuk meningkatkan adrenalin sehingga membuat stres kerja pada responden.

Pekerjaan yang berisiko didominasi oleh pekerjaan mengandalkan keaktifan pikiran dalam menyelesaikan pekerjaan seperti pegawai negeri sipil dimana pekerjaan yang diberikan memiliki target dan harus mengerjakan pekerjaan secara tepat waktu dan tepat guna dengan *deadline* yang diberikan secara terus menerus, hal ini yang menyebabkan terjadinya kelelahan yang berlebih hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Marliana tahun 2024 menemukan aktivitas keseharian seseorang memiliki target dengan *deadline* secara terus-menerus akan membuat tingkat stres yang lebih tinggi karena otak akan dipaksa untuk memberikan stimulasi agar bisa terus bekerja.¹⁴

Pekerjaan yang tidak berisiko juga memiliki potensi terjadinya hipertensi karena penyakit hipertensi tidak hanya diakibatkan oleh stres namun juga beberapa faktor lain seperti gaya hidup yang tidak sehat seperti keseringan begadang, kebiasaan begadang pada seseorang akan meningkatkan terjadinya hipertensi karena karena terganggunya hormon stres seperti kortisol akibat terganggunya pola tidur, hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Amalia tahun 2023 yang menemukan bahwa gangguan tidur bisa mengakibatkan terjadinya hipertensi karena terganggunya produksi hormon stres pada tubuh.¹⁵

Secara penyebab, hipertensi lebih banyak diakibatkan oleh stres akibat kerja karena didalam tubuh ada hormon stres yang akan diproduksi ketika tubuh mengalami kelelahan atau pikiran yang bekerja lebih keras. Hormon stres bisa mempengaruhi terjadinya peningkatan tekanan darah akibat jantung yang berdenyut lebih kencang akibat tingginya adrenalin dalam otak. Tingginya hormon stres inilah yang mengakibatkan adanya hubungan antara pekerjaan seseorang dengan kejadian hipertensi pada responden di penelitian ini.⁶

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan yaitu jenis kelamin tidak berhubungan dengan kejadian hipertensi ($p=0.591$) sedangkan pekerjaan berhubungan dengan kejadian hipertensi ($p=0.034$). Penelitian ini menyarankan agar yang bekerja di lingkungan dengan tekanan tinggi untuk menerapkan manajemen stres yang baik, seperti berolahraga, meditasi atau istirahat yang cukup. Adapun yang melakukan pekerjaan dengan melibatkan aktivitas fisik rendah atau jam kerja panjang, disarankan untuk menjaga pola makan dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala untuk mencegah terjadinya hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

1. WHO. Global Report on Hypertension. Geneva: World Health Organization; 2023
2. WHO. World Health Statistics 2024. Geneva: World Health Organization; 2024
3. Kementerian Kesehatan RI. Lakip 2023. Jakarta: Direktorat P2PTM; 2023
4. Hijrah, Andi Asrina, Hasriwiani Habo Abbas. Pengaruh Reinforcing Factors Terhadap Perilaku Pencegahan Hipertensi pada Pra Lanjut Usia Berisiko. *An Idea Health Journal*. 2024;4(2):65-72
5. Ummy A'isyah Nurhayati, Andry Ariyanto, Fahnan Syafriakhwan. Hubungan Usia dan Jenis Kelamin Terhadap Kejadian Hipertensi. *LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*. 2023;1(22):363-369
6. Annisa Yuri Ekaningrum. Hubungan Asupan Natrium, Lemak, Gangguan Mental, Emosional, dan Gaya Hidup dengan Hipertensi Pada Dewasa di DKI Jakarta. *Journal of Nutrition College*. 2021;10(2):82-92
7. BPS, 10 Penyakit Tertinggi Tahun 2023. Barru: Badan Pusat Statistik Kabupaten Barru; 2023
8. Dinas Kesehatan Kabupaten Barru. Puskesmas dengan Kasus Hipertensi Tertinggi. Barru; 2023
9. Puskesmas Ralla, Profil Puskesmas Ralla. Ralla: Puskesmas Ralla; 2023
10. Helmiah, Asrinawaty, Erwin Ernadi. Hubungan Genetik, Obesitas dan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi pada Pra-lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kuin Raya Tahun 2022. 2022:1-10
11. Gita Sandy Patonengan, Siska Sibua, Henny Kaseger, Chesilia Wulandari Mokoginta. Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi pada Pra-lansia di UPTD Puskesmas Bilalang. *Jurnal Promotif Preventif*. 2024;7(5):1022-1029
12. Khalisatun Muslimah, Maimun Tharida, Nanda Dezreza. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Kecamatan Kuta Alam. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*. 2023;9(1):447-463
13. Elsi Setiandari L.O. Hubungan Pengetahuan, Pekerjaan dan Genetik (Riwayat Hipertensi dalam Keluarga) Terhadap Perilaku Pencegahan Penyakit Hipertensi. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*. 2022;5(4):457-462
14. Marlina, Andi Asrina, Arman. Pengaruh Strategi Koping Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Lanjut Usia (Lansia) Hipertensi. *An Idea Health Journal*. 2024;4(2):7886
15. Ayyuhumah Amalia, Nani Sari Murni, Arie Wahyudi, Yusnilasari. Analisis Kejadian Hipertensi pada Pra-lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Sekar Jaya Kabupaten Ogan Komering Ulu Tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Tambusai*. 2023;4(3):2466-2479