



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph/article/view/woph7209>

**FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA  
DEWASA MUDA DI PUSKESMAS TODDOPULI MAKASSAR**

<sup>K</sup>Lativatul Isyarah<sup>1</sup>, Nurmiati Muchlis<sup>2</sup>, Nurul Ulfa Muttahalib<sup>3</sup>

<sup>1,3</sup>Peminatan Epidemiologi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

<sup>2</sup>Peminatan AKK, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

Email Penulis Korespondensi (<sup>K</sup>): [lativatuliva@gmail.com](mailto:lativatuliva@gmail.com)

[lativatuliva@gmail.com](mailto:lativatuliva@gmail.com)<sup>1</sup>, [nurmi\\_marsfkm@yahoo.com](mailto:nurmi_marsfkm@yahoo.com)<sup>2</sup>, [nurul.ulfah@umi.ac.id](mailto:nurul.ulfah@umi.ac.id)<sup>3</sup>

ABSTRAK

Hipertensi adalah kondisi meningkatnya tekanan darah dalam pembuluh darah, yang ditandai dengan tekanan sistolik  $\geq 140$  mmHg dan/atau diastolik  $\geq 90$  mmHg. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada dewasa muda di Puskesmas Toddopuli, Makassar. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 169 responden, dengan jumlah sampel sebanyak 117 responden yang ditentukan menggunakan rumus Lemeshow. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner. Analisis data meliputi analisis univariat dan bivariat, yang disajikan dalam bentuk tabel dan diinterpretasikan secara naratif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan ( $p < 0,001$ ), status merokok ( $p < 0,001$ ), pola tidur ( $p = 0,001$ ), tingkat stres ( $p < 0,001$ ), dan tingkat pengetahuan ( $p < 0,001$ ) dengan kejadian hipertensi pada dewasa muda. Diharapkan dewasa muda dapat lebih memperhatikan faktor-faktor risiko hipertensi sebagai upaya pencegahan dan pengendalian penyakit.

Kata kunci : Hipertensi; Dewasa muda; Faktor risiko; Gaya hidup.

**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](mailto:jurnal.woph@umi.ac.id)

**Article history :**

Received : 29 Juli 2025

Received in revised form : 8 Oktober 2025

Accepted : 15 April 2026

Available online : 30 April 2026

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



---

### ABSTRACT

*Hypertension is a condition of increased blood pressure in the blood vessels, characterized by systolic pressure  $\geq 140$  mmHg and/or diastolic pressure  $\geq 90$  mmHg. This study aims to determine the factors associated with the incidence of hypertension in young adults at the Toddopuli Community Health Center, Makassar. The type of research used is quantitative research with a cross-sectional approach. The population in this study amounted to 169 respondents, with a sample size of 117 respondents determined using the Lemeshow formula. Data collection was carried out using a questionnaire. Data analysis included univariate and bivariate analysis, which was presented in tabular form and interpreted narratively. The results showed that there was a significant relationship between dietary patterns ( $p < 0.001$ ), smoking status ( $p < 0.001$ ), sleep patterns ( $p = 0.001$ ), stress levels ( $p < 0.001$ ), and knowledge levels ( $p < 0.001$ ) with the incidence of hypertension in young adults. It is hoped that young adults will pay more attention to the risk factors for hypertension as an effort to prevent and control the disease.*

*Keywords: Hypertension; Young adults; Risk factors; Lifestyle.*

---

### PENDAHULUAN

Hipertensi (tekanan darah tinggi) adalah ketika tekanan dalam pembuluh darah Anda terlalu tinggi (diatas 140/90 mmHg atau lebih tinggi). Diagnosis medis Hipertensi ditegakkan ketika diukur pada dua hari yang berbeda, pembacaan tekanan darah sistolik pada kedua hari tersebut  $\geq 140$  mmHg dan/atau pembacaan tekanan darah diastolik pada kedua hari tersebut  $\geq 90$  mmHg.<sup>(1)</sup>

Hipertensi disebut sebagai “The Silent Killer” karena tidak ada gejala-gejala yang muncul. Biasanya penderita tidak mengetahui kalau dirinya mengidap hipertensi dan baru diketahui kalau dirinya mengidap hipertensi setelah terjadi komplikasi. Kebanyakan orang merasa sehat dan energik walaupun hipertensi, keadaan ini tentu sangat berbahaya dan dapat menyebabkan kematian mendadak pada masyarakat.<sup>(2)</sup>

Berdasarkan Data Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2020, menurut data Kabupaten/Kota prevalensi hipertensi tertinggi terdapat di Kota Makassar sebanyak 290.247 kasus, kemudian Kabupaten Bone tertinggi kedua sebanyak 158,516 kasus, dan tertinggi ketiga Kabupaten Gowa sebanyak 157,221 Kasus, dan prevalensi terendah di Kabupaten Barru sebanyak 1.500 kasus.<sup>(3)</sup>

Prevalensi hipertensi di Indonesia cukup tinggi, yaitu sebesar 31,7% dari total penduduk dewasa. Prevalensi ini jauh lebih tinggi dibandingkan dengan Singapura (27,3%), Thailand (22,7%), dan Malaysia (20%). Penyakit hipertensi belum menempati skala prioritas utama dalam pelayanan kesehatan, padahal diketahui dampak negatif yang akan ditimbulkan cukup besar.<sup>(4)</sup>

### METODE

Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan cross-sectional. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Toddopuli Makassar. Populasi dalam penelitian ini adalah usia dewasa muda yang terdata di Puskesmas Toddopuli Makassar yaitu sebanyak 169 dewasa muda. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 117 dewasa muda.

## HASIL

### Karakteristik Responden

#### Jenis Kelamin

**Tabel 1.** Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Puskesmas Toddopuli Makassar

Jenis Kelamin	f	%
Laki-Laki	49	41,9
Perempuan	68	58,1
<b>Total</b>	<b>117</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 117 responden, responden yang paling banyak adalah responden dengan jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 68 orang (58,1%), sedangkan yang paling sedikit jenis kelamin yaitu sebanyak 49 orang (41,9%).

#### Pendidikan Terakhir

**Tabel 2.** Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir di Puskesmas Toddopuli Makassar

Pendidikan Terakhir	f	%
SMP	13	11.1
SMA/Sederajat	66	56.4
Perguruan Tinggi	38	32.5
<b>Total</b>	<b>117</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 117 responden, yang paling banyak adalah responden dengan Pendidikan terakhir SMA/ sederajat yaitu sebanyak 66 orang (56.4%), sedangkan yang paling sedikit dengan pendidikan terakhir SMP sebanyak 13 orang (11,1%).

#### Pekerjaan

**Tabel 3.** Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan di Puskesmas Toddopuli Makassar

Pekerjaan	f	%
IRT	42	35.9
Wiraswasta	20	17.1
Pegawai Swasta	15	12.8
PNS/TNI/POLRI	6	5.1
Belum/Tidak Bekerja	19	16.2
Lainnya	15	12.8
<b>Total</b>	<b>76</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 117 responden, yang paling banyak adalah responden IRT yaitu sebanyak 42 orang (35,9%), sedangkan yang paling sedikit adalah responden dengan pekerjaan wiraswasta yaitu 20 orang (17.1%).

### Pola Makan

**Tabel 4.** Distribusi Responden Berdasarkan Pola Makan di Puskesmas Toddopuli Makassar

<b>Pola Makan</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Baik	46	39.3
Kurang Baik	71	60.7
<b>Total</b>	<b>117</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 4 menunjukkan bahwa dari 117 responden, yang memiliki pola makan baik sebanyak 46 orang (39.3%), dan yang memiliki pola makan kurang baik sebanyak 71 orang (60.7%).

### Status Merokok

**Tabel 5.** Distribusi Responden Berdasarkan Status Merokok di Puskesmas Toddopuli Makassar

<b>Status Merokok</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Ada	72	61.5
Tidak Ada	45	38.5
<b>Total</b>	<b>117</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 5 menunjukkan bahwa dari 117 responden, yang paling banyak adalah responden dengan status merokok ada sebanyak 72 orang (61.5%), sedangkan yang paling sedikit adalah responden dengan status merokok tidak ada baik sebanyak 45 orang (38.5%).

### Pola Tidur

**Tabel 6.** Distribusi Responden Berdasarkan Pola Tidur di Puskesmas Toddopuli Makassar

<b>Pola Tidur</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Baik	52	47.9
Buruk	61	52.1
<b>Total</b>	<b>117</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 6 menunjukkan bahwa dari 117 responden, yang paling banyak adalah responden dengan pola tidur buruk sebanyak 61 orang (52.1%), sedangkan yang paling sedikit responden dengan pola tidur baik sebanyak 52 (47.9%).

### Stres

**Tabel 7.** Distribusi Responden Berdasarkan Stres di Puskesmas Toddopuli Makassar

<b>Stres</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Tidak Mengalami Stres	45	38.5
Stres Ringan	56	47.9
Stres Sedang	16	13.7
<b>Total</b>	<b>117</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 7 menunjukkan bahwa dari 117 responden, yang paling banyak adalah responden yang mengalami stres ringan yaitu sebanyak 56 orang (47.9%), sedangkan yang paling sedikit adalah responden yang mengalami stres sedang yaitu sebanyak 16 (13.7%).

## Pengetahuan

**Tabel 8.** Distribusi Responden Berdasarkan Stres di Puskesmas Toddopuli Makassar

<b>Pola Tidur</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
Baik	54	46.2
Kurang Baik	63	53.8
<b>Total</b>	<b>117</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 8 menunjukkan bahwa dari 117 responden, yang paling banyak adalah responden dengan pengetahuan kurang baik yaitu sebanyak 63 orang (53.8%), sedangkan yang paling sedikit adalah responden dengan pengetahuan baik yaitu sebanyak 54 (46.2%).

## Analisis Bivariat

### Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi

**Tabel 9.** Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Toddopuli Makassar

<b>Pola Makan</b>	<b>Kejadian Hipertensi</b>				<b>Total</b>		<b>p Value</b>
	<b>Hipertensi</b>		<b>Tidak Hipertensi</b>		<b>f</b>	<b>%</b>	
	<b>f</b>	<b>%</b>	<b>f</b>	<b>%</b>			
Baik	17	37.0	29	63.0	64	00.0	0.000
Kurang Baik	56	78.9	15	21.1	71	00.0	
<b>Total</b>	<b>73</b>	<b>62.4</b>	<b>44</b>	<b>37.6</b>	<b>117</b>	<b>00.0</b>	

Berdasarkan Tabel 9 menunjukkan bahwa 64 (100%) orang yang memiliki pola makan baik terdiri dari 17 (37.0%) orang menderita hipertensi, dan 29 (63.0%) orang yang tidak menderita. Sementara itu, 71 (100%) orang yang memiliki pola makan kurang baik terdiri atas 56 (78.9%) orang yang mengalami hipertensi dan 15 (21.1%) orang yang tidak menderita hipertensi.

Hasil uji statistik menggunakan uji chi-square didapatkan nilai *p value* yaitu  $0,000 < 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi pada dewasa muda di puskesmas Toddopuli Makassar.

### Hubungan Status Merokok dengan Kejadian Hipertensi

**Tabel 10.** Hubungan Status Merokok dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Toddopuli Makassar

<b>Status Merokok</b>	<b>Kejadian Hipertensi</b>				<b>Total</b>		<b>p Value</b>
	<b>Hipertensi</b>		<b>Tidak Hipertensi</b>		<b>f</b>	<b>%</b>	
	<b>f</b>	<b>%</b>	<b>f</b>	<b>%</b>			
Ada	55	76.4	17	23.6	72	100.0	0.000
Tidak Ada	18	40.0	27	60.0	45	100.0	
<b>Total</b>	<b>73</b>	<b>62.4</b>	<b>44</b>	<b>37.6</b>	<b>117</b>	<b>100.0</b>	

Berdasarkan Tabel 10 menunjukkan bahwa 72 (100%) orang yang memiliki status merokok ada sebanyak 55 (76.4%) orang menderita hipertensi, dan 17 (23.6%) orang yang tidak menderita. Sementara itu, 45 (100%) orang yang memiliki status merokok tidak ada sebanyak 18 (40.0%) orang yang mengalami

hipertensi dan 27 (60.0%) orang yang tidak menderita hipertensi.

Hasil uji statistik menggunakan uji chi-square didapatkan nilai *p value* yaitu  $0,000 < 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara status merokok dengan kejadian hipertensi pada dewasa muda di puskesmas Toddopuli Makassar.

### Hubungan Pola Tidur dengan Kejadian Hipertensi

**Tabel 11.** Hubungan Pola Tidur dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Toddopuli Makassar

Pola Tidur	Kejadian Hipertensi				Total		p Value
	Hipertensi		Tidak Hipertensi		f	%	
	f	%	f	%			
Baik	26	46.4	30	53.6	56	100.0	0.001
Buruk	47	77.0	14	23.0	61	100.0	
<b>Total</b>	<b>73</b>	<b>62.4</b>	<b>44</b>	<b>37.6</b>	<b>117</b>	<b>100.0</b>	

Berdasarkan Tabel 11 menunjukkan bahwa 56 (100%) orang yang memiliki pola tidur baik sebanyak 26 (46.4%) orang menderita hipertensi, dan 30 (53.6%) orang yang tidak menderita. Sementara itu, 61 (100%) orang yang memiliki pola tidur buruk sebanyak 47 (77.0%) orang yang mengalami hipertensi dan 14 (23.0%) orang yang tidak menderita hipertensi.

Hasil uji statistik menggunakan uji chi-square didapatkan nilai *p value* yaitu  $0,001 < 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara status merokok dengan kejadian hipertensi pada dewasa muda di puskesmas Toddopuli Makassar.

### Hubungan Stres dengan Kejadian Hipertensi

**Tabel 12.** Hubungan Stres dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Toddopuli Makassar

Stres	Kejadian Hipertensi				Total		p Value
	Hipertensi		Tidak Hipertensi		f	%	
	f	%	f	%			
Tidak Mengalami Stres	18	40.0	27	60.0	45	100.0	0.000
Stres Ringan	39	69.6	17	30.4	56	100.0	
Stres Berat	16	100.0	0	0	16	100.0	
<b>Total</b>	<b>73</b>	<b>62.4</b>	<b>44</b>	<b>37.6</b>	<b>117</b>	<b>100.0</b>	

Berdasarkan Tabel 12 menunjukkan bahwa 45 (100%) orang yang tidak mengalami stres sebanyak 18 (40.0%) orang yang menderita hipertensi, dan 27 (60.0%) orang yang tidak menderita. Sementara itu, 56 (100%) orang yang mengalami stres ringan sebanyak 39 (69.6%) orang yang mengalami hipertensi dan 17 (30.4%) orang yang tidak menderita hipertensi. Sedangkan 16 (100%) orang yang mengalami stres berat sebanyak 16 (100%) orang yang mengalami hipertensi dan 0 (0%) orang yang tidak menderita hipertensi.

Hasil uji statistik menggunakan uji chi-square didapatkan nilai *p value* yaitu  $0,000 < 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pola tidur dengan kejadian hipertensi pada dewasa muda di puskesmas Toddopuli Makassar.

## Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian Hipertensi

**Tabel 13.** Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Toddopuli Makassar

Pengetahuan	Kejadian Hipertensi				Total		p Value
	Hipertensi		Tidak Hipertensi		f	%	
	f	%	f	%			
Baik	24	44.4	30	55.6	54	100.0	0.000
Kurang Baik	49	77.8	14	22.2	63	100.0	
<b>Total</b>	<b>73</b>	<b>62.4</b>	<b>44</b>	<b>37.6</b>	<b>117</b>	<b>100.0</b>	

Berdasarkan Tabel 13 menunjukkan bahwa 54 (100%) orang yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 24 (44.4%) orang menderita hipertensi, dan 30 (77.8%) orang yang tidak menderita. Sementara itu, 63 (100%) orang yang pengetahuan kurang baik sebanyak 49 (77.8%) orang yang mengalami hipertensi dan 14 (22.2%) orang yang tidak menderita hipertensi.

Hasil uji statistik menggunakan uji chi-square didapatkan nilai *p value* yaitu  $0,000 < 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan kejadian hipertensi pada dewasa muda di puskesmas Toddopuli Makassar.

## PEMBAHASAN

### Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi pada Dewasa Muda di Puskesmas Toddopuli Makassar

Pola makan adalah suatu kebiasaan menetap dalam hubungan dengan konsumsi makan yaitu berdasarkan jenis bahan makanan (makanan pokok, sumber protein, sayur, buah) dan berdasarkan frekuensi (harian, mingguan, pernah, dan tidak pernah sama sekali).<sup>(5)</sup>

Ada hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi pada dewasa muda di Puskesmas Toddopuli Makassar. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mardianto yang menunjukkan adanya hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi di Rumah Sakit Tk II Pelamonia Makassar. Dengan jumlah responden sebanyak 28 orang, setelah di lakukan pengujian bivariat di dapatkan nilai  $\rho = 0,000$  dalam artian jika nilai  $\rho$  lebih kecil dari nilai  $\alpha$  maka  $H_0$  di tolak artinya terdapat pengaruh atau hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi.<sup>(6)</sup>

Hasil penelitian ini juga didukung penelitian lain yang dilakukan oleh Purwati pola makan memiliki korelasi signifikan terhadap peristiwa hipertensi, dengan korelasi negatif yang signifikan pada nilai  $p=0,001$  dan  $r=0,665$ . *p-value* pada tabel menunjukkan tingkat signifikansi uji kurang lebih daripada batas kritis 0,05 ( $0,001 < 0,05$ ). Oleh karena itu, dengan menolak hipotesis nol ( $H_0$ ), dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dan tekanan darah pada responden yang menjalani pengukuran tekanan darah di Puskesmas Kartasura.<sup>(7)</sup>

### Hubungan Status Merokok dengan Kejadian Hipertensi pada Dewasa Muda di Puskesmas Toddopuli Makassar

Merokok menyebabkan peningkatan tekanan darah karena di dalam rokok mengandung zat-zat toksik yang dapat menyebabkan hipertensi seperti nikotin dan karbon monoksida. Terjadinya peningkatan tekanan darah seseorang disebabkan oleh zat nikotin, namun peningkatan tekanan darah tidak langsung

terjadi ketika selesai mengonsumsi rokok karena tergantung dari banyak dan seberapa sering seseorang mengonsumsi rokok dan pola hidup.<sup>(8)</sup>

Ada hubungan status merokok dengan kejadian hipertensi pada dewasa muda di Puskesmas Toddopuli Makassar. Usia produktif saat ini menghadapi berbagai masalah kesehatan, termasuk masalah degenerative. Orang dewasa muda (20-40 tahun) memiliki insiden hipertensi yang lebih tinggi daripada orang tua. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Prameswati menunjukkan bahwa responden yang merokok dan mengalami hipertensi sebanyak 64.5%, sedangkan yang tidak mengalami hipertensi sebanyak 34.5%. Responden yang tidak merokok dan mengalami hipertensi sebanyak 35.5%, sedangkan yang tidak mengalami hipertensi sebanyak 65.5%. Hasil uji statistik diperoleh p value sebesar 0,014, maka  $H_0$  ditolak, artinya ada hubungan yang bermakna antara perilaku merokok dengan kejadian hipertensi pada uji produktif.<sup>(9)</sup>

Penelitian ini juga di dukung dengan penelitian lain yang dilakukan oleh Hasil uji statistik *p-value* = 0,017 yang berarti bahwa terdapat hubungan antara riwayat hipertensi dengan kejadian status merokok hipertensi pada usia 35-59 tahun di wilayah kerja puskesmas kebumen I.<sup>(10)</sup>

### **Hubungan Pola Tidur dengan Kejadian Hipertensi pada Dewasa Muda di Puskesmas Toddopuli Makassar**

Pola tidur merupakan kebutuhan dasar yang dibutuhkan oleh semua orang. Setiap orang memerlukan kebutuhan istirahat atau tidur yang cukup agar tubuh dapat berfungsi secara normal. Pada kondisi istirahat dan tidur, tubuh melakukan proses pemulihan untuk mengembalikan stamina tubuh hingga berada dalam kondisi yang optimal. Pola tidur yang baik dan teratur memberikan efek yang bagus terhadap Kesehatan kebutuhan tidur yang cukup, selain oleh jumlah faktor jam tidur (kuantitas tidur), juga oleh kedalaman tidur (kualitas tidur).<sup>(11)</sup>

Ada hubungan antara pola tidur dengan kejadian hipertensi pada dewasa muda di Puskesmas Toddopuli Makassar. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Shaumi bahwa Hasil uji menggunakan uji Chi-square menunjukkan faktor risiko kualitas tidur memiliki *p value* = 0,001.17 Nilai tersebut menunjukkan bahwa kualitas tidur berhubungan dan memiliki pengaruh terhadap kejadian hipertensi pada remaja di Mandailing Natal, Sumatera Utara. Selain itu, diperoleh nilai Relative Risk (RR) pada remaja dengan kualitas tidur yang buruk sebesar 4,1.<sup>(12)</sup>

### **Hubungan Stres dengan Kejadian Hipertensi pada Dewasa Muda di Puskesmas Toddopuli Makassar**

Stres merupakan ungkapan reaksi tubuh manusia terhadap setiap tuntutan yang dialami olehnya dan merupakan mobilisasi atau gerakan pembelaan tubuh manusia. Pembelaan tubuh tersebut untuk memungkinkan suatu proses adaptasi atau penyesuaian terhadap peristiwa-peristiwa keharusan atau ancaman-ancaman yang menimpa diri seseorang dan juga merupakan adaptasi terhadap peristiwa-peristiwa yang menyenangkan yang dialami oleh seseorang dalam terminologi indonesia, stress di sebut cemas.<sup>(13)</sup>

Ada hubungan antara stres dengan kejadian hipertensi pada dewasa muda di Puskesmas Toddopuli Makassar. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Imelda bahwa hasil penelitian diperoleh *p-value* sebesar 0,011 ( $p < 0,05$ ) artinya Tingkat stres mempunyai hubungan yang signifikan dengan kejadian

hipertensi. Stres juga dapat merangsang ginjal melepaskan hormon adrenalin yang menyebabkan tekanan darah naik dan meningkatkan kekentalan darah.<sup>(14)</sup>

Hasil penelitian ini sejalan dengan Gunawan bahwa tingkat stres berhubungan dengan hipertensi ( $p=0,001$ ). Semakin rendah tingkat stres responden maka semakin rendah pula prevalensi prehipertensi dan hipertensi. Pada responden dengan tingkat stres normal, hanya 26,9% yang termasuk kategori prehipertensi dan hipertensi. Prevalensi responden yang masuk kategori prehipertensi dan hipertensi meningkat sejalan dengan meningkatnya tingkat stres (stres ringan 0,0%, stres sedang 15,4%, stres berat 27,3%, dan stres sangat berat 100%).<sup>(15)</sup>

Penelitian ini juga di dukung dengan penelitian lain yang dilakukan oleh Herwati berdasarkan analisis hubungan antara stres dengan kejadian hipertensi di peroleh nilai  $P= 0,001$  ( $\alpha < 0,05$ ) artinya ada hubungan antara stres dengan kejadian hipertensi pada usia 45 tahun keatas. Penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa ada hubungan antara tingkat stres dengan kejadian hipertensi ( $p = 0,001 < 0,005$ ).<sup>(10)</sup>

### **Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian Hipertensi pada Dewasa Muda di Puskesmas Toddopuli Makassar**

Pengetahuan adalah suatu hasil dari rasa keingintahuan melalui proses sensoris terutama pada mata dan telinga terhadap objek tertentu, pengetahuan merupakan domain yang penting dalam terbentuknya perilaku. Adanya informasi baru yang diberikan kepada responden mengenai pencegahan komplikasi hipertensi memberikan dasar kognitif baru untuk pembentukan pengetahuan. Pengetahuan pasien tentang hipertensi, pengobatannya, dan konsekuensi ketidakpatuhan dapat memainkan peran penting dalam kepatuhan pengobatan. Pasien dengan pengetahuan yang lebih baik mungkin lebih percaya diri dan termotivasi untuk terlibat dalam aktivitas perawatan seperti mematuhi rejimen pengobatan.<sup>(16)</sup>

Ada hubungan antara pengetahuan seseorang tentang kesehatan, khususnya mengenai hipertensi pada dewasa muda di Puskesmas Toddopuli Makassar. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sumarni menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan kurang dan menderita hipertensi sebesar 22,7% dan yang tidak hipertensi sebesar 4,1%. Responden yang memiliki pengetahuan cukup dan menderita hipertensi sebesar 37,7% dan yang tidak menderita hipertensi sebesar 46,9%. Sedangkan responden yang memiliki pengetahuan baik dan menderita hipertensi sebesar 39,6% dan tidak menderita hipertensi sebesar 49%. Hasil uji chi square didapatkan nilai  $p$  sebesar 0,025 artinya ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kejadian hipertensi pada usia produktif.<sup>(17)</sup>

Penelitian ini juga di dukung dengan penelitian Azmiardi menunjukkan bahwa hasil uji statistik dengan chi-square menunjukkan terdapat hubungan antara pengetahuan tentang hipertensi dengan kepatuhan pengobatan. Orang dengan pengetahuan hipertensi yang tinggi memiliki peluang untuk patuh dalam pengobatan hipertensi sebesar 2.68 kali dari pada pasien dengan pengetahuan tentang hipertensi yang rendah dan secara statistik signifikan ( $OR=2.68$ ;  $CI95\%= 1.20$  hingga  $5.94$ ;  $p=0.022$ ).<sup>(18)</sup>

## KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara pola makan, status meroko, pola tidur, stres, dan pengetahuan dengan kejadian hipertensi pada dewasa muda di Puskesmas Toddopuli Makassar. Diharapkan Masyarakat untuk lebih memperhatikan faktor risiko hipertensi seperti menerapkan pola makan sehat dengan perbanyak konsumsi sayur dan buah-buahan, mengurangi dan berhenti merokok sebagai langkah preventif terhadap tekanan darah tinggi da berbagai komplikasi, menjaga pola tidur yang cukup dan berkualitas, mengurangi stres melalui aktivitas positif seperti olahraga, dan meningkatkan pengetahuan tentang faktor risiko pencegahan dan penanganan hipertensi melalui edukasi kesehatan.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Sukarna RA, Nazliansyah, Yani S, Rivanti A. Peningkatan Kemampuan Akupresur Kader Desa Tanggap Hipertensi. *J Inov Has Pengabd Masy* [Internet]. 2024;7(2):363–75. Available from: [10.33474/jipemas.v7i2.20885%0D](https://doi.org/10.33474/jipemas.v7i2.20885%0D)
2. Marwah SF, Saputri ME, Wowor TJF. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Usia Dewasa Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Kelurahan Pabuaran Cibinong Bogor. *J Keperawatan* [Internet]. 2022;10(1):45–52. Available from: <https://doi.org/10.35790/jkp.v10i1.38849>
3. Susanti S, Bujawati E, Sadarang RAI, Ihwana D. Hubungan Self Efficacy Dengan Manajemen Diri Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar Tahun 2022. *J Kesmas Jambi* [Internet]. 2022;6(2):48–58. Available from: <http://repositori.uin-alauddin.ac.id/id/eprint/21999>
4. Fitriana F, Sucipto MR, Sekardi FN, Wulandari C, Masfuah LZ, Ariyanti SN, et al. Penyuluhan Hipertensi dan Pemeriksaan Tekanan Darah Pada Remaja. *J Inov dan Pengabd Masy Indones* [Internet]. 2023;2(4):10–3. Available from: <https://jurnalnew.unimus.ac.id/index.php/jipmi>
5. Harun O. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan. *J Kesehat Budi Luhur J Ilmu-Ilmu Kesehat Masyarakat, Keperawatan, dan Kebidanan* [Internet]. 2019;12(2):164–71. Available from: <https://doi.org/10.62817/jkbl.v12i2.66>
6. Mardianto, Darwis, Suhartatik. Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi. *JIMPK J Ilm Mhs Penelit Keperawatan* [Internet]. 2021;1(4):507–12. Available from: <http://119.235.25.74/index.php/jimpk/article/view/663%0Ahttp://119.235.25.74/index.php/jimpk/article/download/663/612>
7. Purwati N, Wibowo TH, Khasanah S. Study Pola Makan Pasien Hipertensi Literatur Review. *ProsidingUhbAcId*. 2021;44(1):862–8.
8. Mondigir SG, Rumampuk VM, Oroh CMT. Perilaku Merokok dan Kejadian Hipertensi di Desa Noongan, Kabupaten Minahasa. *Lasallian Heal J* [Internet]. 2022;1(1):15–22. Available from: <https://journal.unikadelasalle.ac.id/index.php/lhj/article/view/3>
9. Prameswari RD, Lidiyawati H, Syafrullah H, Aba M, Akmal D. Pengaruh merokok dengan kejadian hipertensi pada usia produktif. *Holistik J Kesehat* [Internet]. 2023;17(5):395–401. Available from: <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/holistik>
10. Herawati C, Indragiri S, Melati P. Aktivitas Fisik Dan Stres Sebagai Faktor Risiko Terjadinya Hipertensi Pada Usia 45 Tahun Keatas. *JKM (Jurnal Kesehat Masyarakat) Cendekia Utama* [Internet]. 2020;7(2):66–80. Available from: <https://doi.org/10.31596/jkm.v7i2.502>

11. Wicaksono DW, Yusuf A, Widyawati IY. Faktor Dominan Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga. *Fundam Manag Nurs J*. 2020;1(1):92–101.
12. Shaumi NRF, Achmad EK. Kajian Literatur: Faktor Risiko Hipertensi pada Remaja di Indonesia. *Media Penelit dan Pengemb Kesehat* [Internet]. 2019;29(2):115–22. Available from: <https://doi.org/10.22435/mpk.v29i2.1106>
13. Sugiyanto MP, Husain F. Hubungan Tingkat Stress Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Lansia Kelurahan Kedawung. *J Multi Disiplin Dehasen* [Internet]. 2022;1(4):543–52. Available from: <https://doi.org/10.37676/mude.v1i4.2962>
14. Rachmawati FA, Setyawan FEB, Wartiningih M. Identifikasi Faktor Risiko Peningkatan Kejadian Hipertensi. *CoMPHI J Community Med Public Heal Indones J* [Internet]. 2023;3(3):235–43. Available from: <https://doi.org/10.37148/comphijournal.v3i3.131>
15. Imelda, Sjaaf F, PAF T P. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun. *Heal Med J* [Internet]. 2020;2(2):68–77. Available from: <http://jurnal.unbrah.ac.id/index.php/heme/article/view/532/232>
16. Gunawan SP, Adriani M. Obesitas Dan Tingkat Stres Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Orang Dewasa Di Kelurahan Klampis Ngasem , Surabaya. *Media Gizi Indones* [Internet]. 2020;15(2):119–26. Available from: [https://doi.org/10.204736/mgi.v15i2.119–126](https://doi.org/10.204736/mgi.v15i2.119-126)
17. Herawati AT, Manaf H, Kusumawati EP. Pengetahuan Tentang Penanganan Penyakit Hipertensi Pada Penderita Hipertensi. *JIKP J Ilm Kesehat PENCERAH* [Internet]. 2021;10(2):159–65. Available from: <https://stikesmu-sidrap.e-journal.id/JIKP/article/view/265>
18. Aziz MM, Arifin S, P P. Gambaran Tingkat Pengetahuan Dan Perilaku Penderita Penyaki Hipertensi Di Puskesmas Kecamatan Rawamerta Kabupaten Karawang Tahun 2021. *Aleph* [Internet]. 2023;8(10):5830–41. Available from: [https://repositorio.ufsc.br/xmlui/bitstream/handle/123456789/167638/341506.pdf?sequence=1&isAllowed=y%0Ahttps://repositorio.ufsm.br/bitstream/handle/1/8314/LOEBLEIN%2C LUCINEIA CARLA.pdf?sequence=1&isAllowed=y%0Ahttps://antigo.mdr.gov.br/saneamento/proees](https://repositorio.ufsc.br/xmlui/bitstream/handle/123456789/167638/341506.pdf?sequence=1&isAllowed=y%0Ahttps://repositorio.ufsm.br/bitstream/handle/1/8314/LOEBLEIN%2C%20LUCINEIA%20CARLA.pdf?sequence=1&isAllowed=y%0Ahttps://antigo.mdr.gov.br/saneamento/proees)