



## Hubungan Merokok dan IMT dengan Kejadian Hipertensi pada Laki-Laki Dewasa di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo

Intan Dewi Irfanda<sup>1\*</sup>, Ainul Yaqin Salam<sup>2</sup>, Alwin Widhiyanto<sup>3</sup>

<sup>1-3</sup>Mahasiswa Program Sarjana Keperawatan, Universitas Hafshawaty Zainul Hasan Probolinggo, Indonesia

Alamat: Genggong Karangbong Kec.Pajarakan Probolinggo

Korespondensi penulis: [ntantan15feb@gmail.com](mailto:ntantan15feb@gmail.com)

**Abstrak.** *Hypertension or high blood pressure is defined as a continuous increase in blood pressure that exceeds normal limits (Nuraini et al., 2023). Hypertension occurs due to several factors, the first being modifiable and non-modifiable factors. Among the modifiable risk factors for hypertension are smoking and obesity. People who smoke more than one pack of cigarettes per day will be twice as vulnerable as people who do not smoke (Luh et al., 2020). The purpose of this study was to determine the correlational between smoking and BMI with the incidence of hypertension in adult men in Alassumur Lor Besuk Probolinggo. The research design used an Correlational Analytic with a cross-sectional approach. The population in this study was 35 with a total sampling technique. The research instrument used a questionnaire, then the data obtained will be tested by Spearman rank. The results of the study obtained the smoking variable  $\rho = 0.018$ , the BMI variable  $\rho = 0.071$ . This shows that there is a correlation between smoking behavior and BMI with the incidence of hypertension. Smoking behavior that is increasingly uncontrolled will cause hypertension and accumulation of fat on the walls of blood vessels can cause narrowing and hardening, increasing blood flow resistance and ultimately increasing blood pressure. It is hoped that respondents will reduce their smoking habits and start a healthy life by maintaining a diet, exercising regularly and eating nutritious foods.*

**Keywords:** *Smoking, BMI, Hypertension*

**Abstrak.** Hipertensi atau darah tinggi diartikan sebagai peningkatan tekanan darah secara terus menerus sehingga melebihi batas normal (Nuraini et al., 2023). Hipertensi terjadi karena beberapa faktor yang pertama faktor yang dapat dimodifikasi dan yang tidak dapat dimodifikasi, Di antara faktor resiko hipertensi yang dapat dimodifikasi adalah merokok dan gemuk. Orang yang merokok lebih dari satu bungkus rokok per hari akan menjadi dua kali lebih rentan dibandingkan orang yang tidak merokok (Luh et al., 2020). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan merokok dan IMT dengan kejadian hipertensi pada laki-laki dewasa di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo. Desain penelitian ini menggunakan Analitik Korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. populasi dalam penelitian ini adalah 35 dengan teknik total sampling. Instrument penelitian menggunakan kuesioner kemudian data yang diperoleh akan di Uji Spearman rank. Hasil penelitian didapatkan variabel merokok  $\rho = 0,018$ , variabel IMT  $\rho = 0,071$  Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara perilaku merokok dan IMT dengan kejadian hipertensi. Perilaku merokok yang semakin tidak terkendali akan menyebabkan hipertensi dan Penumpukan lemak pada dinding pembuluh darah dapat menyebabkan penyempitan dan pengerasan, meningkatkan resistensi aliran darah dan akhirnya meningkatkan tekanan darah. untuk diharapkan kepada responden untuk mengurangi kebiasaan merokok dan memulai hidup sehat dengan cara menjaga pola makan, rutin berolah raga dan makan makanan yang bergizi.

**Kata kunci :** Merokok, IMT, Hipertensi

### 1. LATAR BELAKANG

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan utama dan hingga saat ini masih menjadi masalah kesehatan global. Hipertensi dikatakan sebagai penyebab utama penyakit kardiovaskuler dan kematian di dunia. Lebih lanjut, prevalensi Hipertensi semakin meningkat kejadiannya terutama di negara-negara yang tergolong *Low and Middle Income Coentrien (LMICs)* (Nuraini et al., 2023). Hipertensi atau darah tinggi

diartikan sebagai peningkatan tekanan darah secara terus menerus sehingga melebihi batas normal. Hipertensi sering dikatakan sebagai *Silent Killer*, karena termasuk penyakit yang mematikan tanpa disertai dengan gejala – gejala terlebih dahulu sebagai peringatan bagi korbannya.

Tekanan darah seseorang normalnya setara atau kurang dari 120/80 mmHg. Jika seseorang memiliki tekanan darah diatas 140/90 mmHg maka menderita Hipertensi. Hipertensi menimbulkan risiko mortalitas dini, yang meningkat saat tekanan sistolik dan diastolik meningkat. Peningkatan tekanan darah yang berkepanjangan merusak pembuluh darah di organ jantung, ginjal, otak dan mata.(Azizah et al., 2022). World Health Organization (WHO) menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi, yang berarti setiap 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis menderita hipertensi, hanya 36,8% di antaranya yang minum obat. Jumlah penderita hipertensi di dunia terus meningkat setiap tahunnya.

Diperkirakan pada 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi serta setiap tahun ada 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi. Menurut Riskesdas dalam (Kemenkes RI, 2021) prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%, mengalami peningkatan dibandingkan prevalensi hipertensi pada Riskesdas Tahun 2013 sebesar 25,8%. Berdasarkan hasil Riskesdas 2018, prevalensi penduduk dengan tekanan darah tinggi di Provinsi Jawa Timur sebesar 36,3%. Prevalensi hipertensi semakin meningkat seiring dengan pertambahan umur.

Jika dibandingkan dengan Riskesdas 2013 (26,4%), prevalensi tekanan darah tinggi mengalami peningkatan yang cukup signifikan. penderita hipertensi yang berusia  $\geq 15$  tahun di Provinsi Jawa Timur sekitar 11.600.444 penduduk, dengan proporsi laki-laki 48,8% dan perempuan 51,2%. (Dinkes Povinsi Jatim, 2022). Di Kabupaten Probolinggo pada tahun 2022 estimasi jumlah penduduk yang menderita hipertensi adalah 290.512 orang, dengan laki 140.324 orang dan perempuan 150.188 orang, dengan penduduk yang telah mendapatkan pelayanan kesehatan adalah 23,8% atau sebanyak 69.145 orang(Dinas Kesehatan Kab. Probolinggo, 2022).

Dari hasil studi pendahuluan pada tanggal 05 Maret 2024 di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo dengan Metode wawancara pada orang dewasa laki-laki, didapatkan yang mengalami hipertensi sebanyak 35 responden di derita laki-laki , di dapatkan hasil tensi pada laki-laki dewasa sekitar (140/80 mmHg, 150/100 mmHg, 190/100 mmHg, 140/70 mmHg, 150/90 mmHg, 180/100 mmHg, 165/100mmHg, 150/90mmHg, 145/80mmHg, 165/110mmHg) dari 35 responden peneliti juga

mendapatkan data dari seluruh responden 35 orang perokok, 7 orang diantaranya berat berlebih (Gemuk)

Hipertensi disebabkan adanya perubahan struktur pada pembuluh darah sehingga pembuluh darah menjadi lebih sempit dan dinding pembuluh darah menjadi kaku. Kekakuan pembuluh darah disertai dengan penyempitan dan kemungkinan terjadinya pembesaran plaque dapat menghambat peredaran darah, akibatnya tekanan darah dalam sistem sirkulasi mengalami peningkatan. Semakin tua umur seseorang maka semakin besar risiko terkena hipertensi. Gejala yang dirasakan oleh penderita hipertensi adalah sakit kepala, pandangan mata kabur, mudah marah, sulit tidur, nyeri dada, pusing, denyut jantung kuat dan cepat (Nunu PSinaga et al.,2021.).

Belakangan ini kejadian hipertensi dan komplikasinya semakin meningkat bisa berakibat fatal bila tidak segera dicegah dan ditangani dengan segera, terutama pada usia dewasa. Usia dewasa dimulai dari usia diatas 18 tahun mempunyai risiko tinggi mengalami hipertensi berkaitan erat dengan pola hidup. Usia dewasa ini akan dibagi lagi dalam dua tahapan rentang usia yaitu dewasa awal (26-35 tahun) dan dewasa akhir (36-45) (WHO., 2022). Di antara faktor resiko hipertensi yang dapat dimodifikasi adalah merokok dan. Orang yang merokok lebih dari satu bungkus rokok per hari akan menjadi dua kali lebih rentan dibandingkan orang yang tidak merokok.

Prevalens hipertensi lebih tinggi pada seseorang yang merokok aktif (22,1% pada laki-laki dan 38,3% pada perempuan) dibandingkan pada orang yang tidak merokok (17,9% pada laki-laki dan 26,9% pada perempuan). Pola yang sama juga terjadi dalam melihat hubungan antara keparahan merokok dengan hipertensi (Rezqi et al., 2023). Bahan baku utama dari rokok adalah tembakau, yang menjadi inti dari rasa rokok yang dikonsumsi, namun terdapat bahan bahan lain yang terkandung didalamnya seperti, nikotin adalah zat atau bahan senyawa Pirrolidin yang terdapat dalam *Nicotiana Tabacum*, *Nicotiana Rustica* dan spesies lainnya atau sintetisnya yang bersifat adiktif dapat mengakibatkan ketergantungan.

Zat ini bisa menghambat rasa lapar sehingga menyebabkan seseorang merasa tidak lapar karena mengisap rokok. Nikotin diserap oleh pembuluh darah yang sangat kecil didalam paru-paru dan diedarkan ke aliran darah. Hanya dalam beberapa detik nikotin sudah mencapai otak. Otak bereaksi terhadap nikotin dengan memberi sinyal pada kelenjar adrenal untuk melepas epinefrin (adrenalin). Hormon ini akan menyempitkan pembuluh darah dan memaksa jantung untuk bekerja lebih berat karena tekanan yang lebih tinggi. Setelah merokok dua batang saja, maka baik tekanan sistolik

maupun diastolik akan meningkan 10 mmHg. Tekanan darah akan tetap pada ketinggian ini sampai 30 menit setelah menghisap rokok (Aufa Fitri, 2021).

Rendahnya perilaku hidup sehat seperti kurang aktivitas fisik, kurang konsumsi buah dan sayur, kebiasaan merokok, kebiasaan minum-minuman beralkohol, pola makan kurang baik seperti tinggi garam dan lemak merupakan salah satu dari banyaknya gaya hidup yang menjadi penyebab hipertensi termasuk pada kelompok usia produktif (Agung Sutriyawan et al., 2022). Untuk mengurangi resiko pengembangan hipertensi terkait penyakit, penting untuk membuat perubahan gaya hidup. Gaya hidup sehat merupakan salah satu cara untuk meminimalisir kejadian hipertensi yaitu dengan cara tidak merokok, aktivitas fisik yang cukup dan mengkonsumsi makanan yang bergizi. (Yessi Aprillia, 2020).

Untuk memantau status gizi khususnya bagi orang dewasa yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat dilakukan pemantauan IMT. Pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) merupakan pengukuran yang paling sederhana dan paling sering digunakan untuk mengetahui kondisi lemak dalam tubuh berdasarkan berat badan dalam kilogram dibagi tinggi badan dalam meter kuadrat ( $\text{kg}/\text{m}^2$ ) (Kemenkes, 2019). Kegemukan dan obesitas merupakan masalah kesehatan masyarakat yang terus berkembang dan berkontribusi secara substansial menjadi beban kondisi medis kronis secara global.

Banyak yang menginginkan berat badan yang ideal namun banyak dari beberapa orang tidak menjaga gaya hidup sehingga mengakibatkan kelebihan berat badan hingga obesitas. Obesitas terbukti sebagai faktor risiko dari beberapa penyakit seperti hipertensi, diabetes mellitus, dislipidemia, penyakit arteri koroner, gangguan menstruasi, dan jenis kanker tertentu. Peningkatan (IMT) telah diidentifikasi sebagai faktor risiko independen untuk pengembangan gejala gangguan muskuloskeleta (Redina Andini, 2019).

Keadaan kelebihan gizi inilah yang akan membawa pada keadaan obesitas. Perubahan status gizi yang ditandai dengan peningkatan berat badan dapat secara langsung memengaruhi perubahan tekanan darah. Produk makanan Modern dipengaruhi oleh bahan makanan dengan kadar garam yang tinggi. Konsumsi natrium yang berlebih terutama berasal dari garam dan sumber lain seperti produk susu dan bahan makanan yang diawetkan dengan garam pemicu timbulnya penyakit tekanan darah tinggi atau hipertensi (Yuliati Lail dkk, 2021).

Natrium yang diserap ke dalam pembuluh darah yang berasal dari konsumsi garam yang tinggi mengakibatkan adanya retensi air, sehingga volume darah meningkat. Asupan natrium yang tinggi akan menyebabkan pengeluaran berlebihan dari hormon

natrioretik yang secara tidak langsung akan meningkatkan tekanan darah (Purwono et al., 2020). Oleh karena itu, salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah hipertensi antara lain dengan melakukan pengaturan pola makan seperti diet rendah garam, pengaturan obesitas, dan modifikasi gaya hidup. Perubahan gaya hidup juga dapat berkaitan erat dengan pengetahuan masing-masing individu untuk mencegah terjadinya hipertensi (Sistikawati et al., 2021).

Berdasarkan penelitian (Khilda Nafila dkk, 2021) perubahan gaya hidup merupakan faktor resiko penting timbulnya hipertensi pada seseorang termasuk usia dewasa muda. Meningkatnya kejadian hipertensi dipengaruhi oleh gaya hidup yang tidak sehat, antara lain merokok, kurangnya olahraga, mengkonsumsi makanan yang kurang bergizi dan stress.

Dalam mengatasi hipertensi dapat dilakukan terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Terapi farmakologi dengan menggunakan obat-obatan, sedangkan terapi non farmakologi pada hipertensi dimulai dengan menjalani gaya hidup sehat. Menjalani gaya hidup sehat telah banyak terbukti dapat menurunkan tekanan darah, dan secara umum sangat menguntungkan dalam menurunkan risiko permasalahan kardiovaskular. strategi pola hidup sehat merupakan tata laksana tahap awal, yang harus dijalani setidaknya selama 4 –6 bulan. Bila setelah jangka waktu tersebut, tidak didapatkan penurunan tekanan darah yang diharapkan atau didapatkan faktor risiko kardiovaskular yang lain, maka sangat dianjurkan untuk memulai terapi farmakologi (Subakir et al., 2021). Berdasarkan Latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait “Hubungan merokok dan IMT pada kejadian Hipertensi di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kab. Probolinggo”.

## **2. METODE PENELITIAN**

Metode penelitian ini menggunakan Desain penelitian ini menggunakan Analitik Korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. populasi dalam penelitian ini adalah 35 dengan teknik total sampling. Instrument penelitian menggunakan kuesioner kemudian data yang diperoleh akan di Uji Spearman rank.

### 3. HASIL

#### Data umum

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo Pada Juli 2024**

Usia	Frekuensi (F)	Presentase (%)
Dewasa awal (26-35)	21	60.0
Dewasa Akhir (36-45)	14	40.0
Total	35	100.0

*Sumber: Data Primer lembar kuesioner penelitian Juli 2024*

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden dewasa awal (26-35) sebanyak 21 responden (60.0 %) dan minoritas responden dewasa akhir (36-45) sebanyak 14 responden (40.0 %).

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo Pada Juli 2024**

Pekerjaan	Frekuensi (F)	Presentase (%)
Petani	19	54.3
Wiraswasta	11	31.4
Wirausaha	5	14.3
Total	35	100.0

*Data Primer lembar kuesioner penelitian Juli 2024*

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas pekerjaan responden petani sebanyak 19 responden (54.3%) dan minoritas pekerjaan responden wirausaha sebanyak 5 responden (14.3%).

#### Data Khusus

**Tabel 3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Perilaku Merokok Di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo Pada Juli 2024**

Merokok	Frekuensi (F)	Presentase (%)
Ringan	0	0.0
Sedang	2	5.7
Berat	33	94.3
Total	35	100.0

*Sumber: Data Primer lembar kuesioner penelitian Juli 2024*

Berdasarkan tabel 3 Menunjukkan bahwa mayoritas nilai perilaku merokok adalah berat sebanyak 33 responden (94.3%), Minoritas sedang sebanyak 2 responden (5.7%).

**Tabel 4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan IMT Di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo Pada Juli 2024**

IMT	Frekuensi (F)	Presentase (%)
Normal	28	80.0
Gemuk	7	20.0
Total	35	100.0

*Sumber: Data Primer lembar kuesioner penelitian Juli 2024*

Berdasarkan tabel 4 Menunjukkan bahwa mayoritas nilai IMT adalah normal sebanyak 28 responden (80,0 %) dan minoritas gemuk sebanyak 7 responden (20.0 %).

**Tabel 5 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Hipertensi Di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo Pada Juli 2024**

Hipertensi	Frekuensi (F)	Presentase (%)
Hipertensi	17	48.6
Tingkat 1	7	20.0
Tingkat 2	11	31.4
Total	35	100.0

*Sumber: Data Primer lembar kuesioner penelitian Juli 2024*

Berdasarkan tabel 5 Menunjukkan bahwa nilai hipertensi mayoritas adalah hipertensi sebanyak 17 responden (48.6%) dan minoritas hipertensi tingkat 1 sebanyak 7 responden (20.0%).

#### Analisa data

**Tabel 6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Hubungan Merokok Dengan Kejadian Hipertensi Di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo Pada Bulan Juli 2024**

Merokok	Hipertensi			Total
	HIPERTENSI	HT 1	HT 2	
Ringan	0	0	0	0
Sedang	2	0	0	2
Berat	15	7	11	33
Total	17	7	11	35

**P value =0,018  $\alpha$ = 0,05**

*Sumber: Data primer kuesioner peneliti Juli 2024*

Berdasarkan tabel 6 didapatkan hasil hubungan perilaku merokok dengan kejadian hipertensi adalah  $p = 0,018$  dengan tingkat signifikan nilai  $p < 0,05$  sehingga dapat dinyatakan bahwa H1 diterima yang artinya ada hubungan antara merokok dengan kejadian hipertensi Di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo.

**Tabel 7 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Hubungan IMT Dengan Kejadian Hipertensi Di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo Pada Bulan Juli 2024**

IMT	Hipertensi			Total
	HIPERTENSI	HT 1	HT 2	
Kurus	0	0	0	0
Normal	11	7	10	28
Gemuk	6	0	1	7
Total	17	7	11	35

**P value =0,071  $\alpha$  = 0,05**

*Sumber: Data primer kuesioner peneliti Juli 2024*

Berdasarkan tabel 7 didapatkan hasil hubungan indeks massa tubuh (IMT) dengan kejadian hipertensi adalah  $p = 0,017$  dengan tingkat signifikan nilai  $p < 0,05$  sehingga dapat dinyatakan bahwa H0 ditolak H1 diterima yang artinya ada hubungan antara indeks massa tubuh dengan kejadian hipertensi Di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo.

#### 4. PEMBAHASAN

##### **Mengidentifikasi Merokok Dengan Kejadian Hipertensi Pada Laki – Laki Dewasa Di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo.**

Berdasarkan tabel 5.3 Menunjukkan bahwa mayoritas nilai perilaku merokok adalah berat sebanyak 33 responden (94.3%), Minoritas sedang sebanyak 2 responden (5.7%).

Menurut (Nurhaeni,2022) Perubahan gaya hidup telah menyebabkan peningkatan kasus-kasus penyakit tidak menular di Indonesia, termasuk hipertensi. Perilaku kebiasaan merokok merupakan salah satu faktor risiko penyakit degeneratif. Perokok adalah kelompok yang paling beresiko tinggi mengidap hipertensi. Menurut Riskesdas

2018, berdasarkan lifestyle, prevalensi hipertensi tertinggi salah satunya dialami oleh orang yang merokok.

Menurut peneliti, faktor yang paling sering terjadi karena adanya kebiasaan menghilangkan stress dengan cara merokok yang menjadikan perilaku merokok menjadi kebiasaan yang sangat sulit di hindari oleh Sebagian orang dan dikarenakan kandungan nikotin pada rokok yang membuat ketagihan dan terus menerus ingin melakukan kebiasaan yang tidak sehat tersebut.

### **Mengidentifikasi IMT Dengan Kejadian Hipertensi Pada Laki – Laki Dewasa Di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo**

Berdasarkan tabel 5.4 Menunjukkan bahwa mayoritas nilai IMT adalah normal sebanyak 28 responden (80,0 %) dan minoritas gemuk sebanyak 7 responden (20.0 %).

Menurut (Herdiani,2019) IMT berdampak besar terhadap kejadian hipertensi, dan IMT yang berlebihan dikaitkan dengan faktor risiko hipertensi yang lebih tinggi dibandingkan dengan IMT dalam rentang normal. Kelebihan berat badan dapat menjadi faktor penyebab terjadinya penyakit salah satunya ialah hipertensi. Studi Framingham menemukan peningkatan 15% berat badan dapat mengakibatkan peningkatan 18% pada tekanan sistolik. Orang dengan kelebihan berat badan masuk dalam kategori overweight dengan peningkatan berat badan 20% memiliki resiko kejadian hipertensi delapan kali lipat lebih besar (Nurmalina & Velley, 2020).

Menurut peneliti, faktor IMT menjadi salah satu factor terjadinya hipertensi terutama pada dewasa karena Kelebihan berat badan dapat menyebabkan perubahan struktural pada pembuluh darah. Penumpukan lemak di dinding pembuluh darah dapat menyebabkan penyempitan dan pengerasan pembuluh darah, sehingga meningkatkan resistensi aliran darah dan akhirnya menyebabkan tekanan darah tinggi. Oleh karena itu, menjaga berat badan yang sehat melalui pola makan yang seimbang, aktivitas fisik teratur, dan gaya hidup sehat dapat membantu mengurangi risiko hipertensi dan masalah kesehatan lainnya.

### **Mengidentifikasi Kejadian Hipertensi Pada Laki – Laki Dewasa Di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo**

Berdasarkan tabel 5.5 Menunjukkan bahwa nilai hipertensi mayoritas adalah hipertensi sebanyak 17 responden (48.6%) dan minoritas hipertensi tingkat 1 sebanyak 7 responden (20.0%).

Menurut (erman,2021) Hipertensi merupakan suatu kondisi dimana pembuluh darah memiliki tekanan darah tinggi (tekanan darah sistolik  $\leq 140$  mmHg atau tekanan darah diastolik  $\geq 90$  mmHg). WHO juga menyatakan bahwa hipertensi merupakan salah satu contributor paling penting untuk penyakit jantung dan stroke yang sama-sama membentuk penyebab nomor satu kematian dini atau kecatatan dunia (WHO, 2014). Semakin tinggi tekanan darah maka semakin keras jantung bekerja. Data World Health Organization (WHO) menunjukkan bahwa hipertensi diperkirakan menyebabkan 7,5 juta kematian atau 12,8% dari total kematian tahunan.

Menurut peneliti, penyakit hipertensi banyak diderita oleh Sebagian orang, baik laki-laki ataupun perempuan. Bahkan Hipertensi sudah menjadi salah satu masalah kesehatan yang paling umum di seluruh dunia. Menurut data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), sekitar 1,13 miliar orang dewasa di seluruh dunia menderita hipertensi. Angka ini menunjukkan betapa meluasnya kondisi ini di berbagai populasi. Dari data ini banyak penyebab yang mengakibatkan hipertensi salah satunya yang dibahas oleh peneliti yaitu merokok dan kelebihan berat badan. Oleh karena itu diharapkan seseorang dapat menjaga kesehatannya melalui dengan berperilaku hidup sehat yaitu menjaga pola makan.

### **Hubungan Merokok Dengan Kejadian Hipertensi Pada Orang Dewasa Di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo.**

Berdasarkan tabel 5.6 didapatkan hasil hubungan perilaku merokok dengan kejadian hipertensi adalah  $p = 0,018$  dengan tingkat signifikan nilai  $p < 0,05$  sehingga dapat dinyatakan bahwa H1 diterima yang artinya ada hubungan antara merokok dengan kejadian hipertensi Di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Irawati, 2019) Salah satu penyebab kematian tertinggi pada masyarakat didunia saat ini adalah hipertensi. Gaya hidup adalah penyebab peningkatan terjadinya hipertensi yaitu kebiasaan merokok. nikotin dalam rokok merangsang pelepasan ketokolamin, dari peningkatan ketokolamin ini menyebabkan iritabilitas miokardial. Peningkatan denyut jantung dan menyebabkan vasokonstriksi (penyempitan) yang mana pada akhirnya meningkatkan tekanan darah dan hormon didalam serum darah yang menyebabkan pembuluh darah vasokonstriksi sehingga menyebabkan kenaikan tekanan darah.

Menurut peneliti, faktor yang paling sering terjadi adalah gaya hidup tidak sehat seperti merokok yang telah menyebabkan peningkatan kasus-kasus penyakit tidak menular seperti hipertensi. Perilaku kebiasaan merokok yang terjadi di desa alassumur lor meliputi kebiasaan merokok yang sering kali berlebihan, biasanya menghabiskan  $\leq$  1-2 bungkus rokok atau lebih, setara  $> 20$  batang perhari. Kebiasaan tersebut dilakukan saat bangun tidur, sebelum makan, sesudah makan, dan sebelum tidur.

Kebiasaan tersebut yang memicu adanya penyakit hipertensi atau darah tinggi. Hipertensi juga dirangsang oleh adanya nikotin dalam batang rokok yang dihisap. Nikotin bersifat radikal bebas yang dapat meningkatkan penggumpalan darah dalam pembuluh darah (agregasi trombosit) akibat kerusakan endotel pembuluh darah dan berperan terhadap pembentukan aterosklerosis. Tekanan darah pada perokok dapat dijelaskan oleh fenomena masking the damage akibat dari nikotin dan karbon monoksida pada dinding pembuluh darah.

### **Hubungan IMT Dengan Kejadian Hipertensi Pada Orang Dewasa Di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo.**

Berdasarkan tabel 5.7 didapatkan hasil hubungan indeks massa tubuh (IMT) dengan kejadian hipertensi adalah  $p = 0,071$  dengan tingkat signifikan nilai  $p > 0,05$  sehingga dapat dinyatakan bahwa  $H_0$  ditolak  $H_1$  diterima yang artinya ada hubungan antara indeks massa tubuh dengan kejadian hipertensi Di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo.

Menurut (Shaumi & Achmad, 2019) Indeks Massa Tubuh (IMT) sangat berpengaruh pada kejadian hipertensi, dimana pada IMT berlebih atau kelebihan berat badan dapat memicu terjadinya faktor resiko hipertensi yang lebih tinggi dibandingkan seseorang dengan IMT normal. Fakta dilapangan masih sering ditemukan masyarakat dengan IMT lebih dari batas (cenderung mengalami kegemukan) dan menganggap kondisi gemuk yang dialami merupakan kondisi wajar yang dialami setelah menikah / berkeluarga. Bagi beberapa masyarakat gemuk sering dianggap sebagai salah satu bentuk hidup yang makmur dan wujud dari terpenuhinya semua kebutuhan yang diinginkan.

Menurut peneliti Berat badan (BB) menjadi faktor penting dalam terjadinya hipertensi (tekanan darah tinggi) karena beberapa alasan fisiologis dan metabolik Orang dengan berat badan berlebih memiliki lebih banyak jaringan tubuh yang membutuhkan suplai darah. Untuk memenuhi kebutuhan ini, volume darah total dalam tubuh

meningkat, yang pada gilirannya meningkatkan tekanan pada dinding pembuluh darah dan dapat menyebabkan hipertensi. Mengelola berat badan melalui diet sehat, aktivitas fisik, dan perubahan gaya hidup dapat membantu mengurangi risiko hipertensi dan meningkatkan kesehatan secara keseluruhan.

## **5. KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Dari hasil penelitian dan pembahasan peneliti di atas dapat disimpulkan sebagai berikut

1. Perilaku merokok dengan kejadian hipertensi pada laki – laki dewasa di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo didapatkan bahwa mayoritas nilai perilaku merokok adalah berat sebanyak 33 responden (94.3%)
2. IMT dengan kejadian hipertensi pada laki-laki dewasa di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo mayoritas nilai IMT adalah normal sebanyak 28 responden (80,0 %).
3. Tingkat hipertensi pada laki – laki dewasa di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo mayoritas adalah hipertensi sebanyak 17 responden (48.6%).
4. Ada hubungan yang signifikan antara perilaku merokok dengan kejadian hipertensi di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo (  $\rho = 0,018 < \alpha = 0,005$  )
5. Ada hubungan yang signifikan antara IMT dengan kejadian hipertensi di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo ( $\rho = 0,071 < \alpha = 0,005$ )

### **Saran**

#### **Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai tambahan referensi dalam proses belajar mengajar baik untuk kalangan mahasiswa, pendidikan sarjana maupun profesi menjadi bukti dasar yang dipergunakan pembelajaran keperawatan KMB khususnya tentang hubungan merokok dengan hipertensi.

#### **Bagi Profesi Keperawatan**

Profesi keperawatan sebagai wadah perawat dan lembaga pendidikan khususnya di harapkan lebih bisa mengedukasi tentang bahaya merokok dan penyakit yang akan di timbulkan karna kebiasaan tersebut.

### **Bagi Lahan Penelitian**

Dari hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan bagi lahan penelitian khususnya petugas kesehatan di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo.

### **Bagi Responden**

Diharapkan responden mengurangi perilaku merokok dikarenakan banyaknya dampak negatif yang di timbulkan di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo

### **Bagi Peneliti**

Merupakan pengalaman yang berharga serta menambah wawasan keilmuan di lapangan langsung, terutama dalam hal mengetahui hubungan merokok dengan kejadian hipertensi di Desa Alassumur Lor Kecamatan Besuk Kabupaten Probolinggo.

### **Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan untuk peneliti selanjutnya bisa melakukan penelitian yang sama, tetapi dengan cara memakai metode penelitian yang berbeda dan responden yang lebih luas lagi. Atau bisa dihubungkan dengan variabel yang berbeda.

## **DAFTAR REFERENSI**

- Adiputra, I. M. S. A., Oktaviani, N. W. T. N. P. W., Hulu, S. A. M. V. T., Budiastutik, I., Ramdany, A. F. R., Fitriani, R. J., Rahmiati, P. O. A. T. B. F., Susilawaty, S. A. L. A., Sianturi, E., & Suryana. (2023). Metodologi penelitian kesehatan.
- Aksol, M. I., & Sodik, M. A. (n.d.). Bahaya merokok bagi masa depan dan kesehatan.
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep umum populasi dan sampel dalam penelitian. *Jurnal Kajian Islam Kontemporer*, 14.
- Anggi Marlitayani Rizki, N., Sutrisna Wiatma, D., & Buli Fatrahadi Utama, L. (n.d.). Hubungan IMT dan aktivitas fisik terhadap hipertensi pada penduduk dataran tinggi daerah Kecamatan Sembalun. <https://publikasi.medikasuherman.ac.id/i>

- Anggraini, A. A., Putri, V. S., & Nuranti, Z. (2020). Pengaruh pendidikan kesehatan dan pemberian daun seledri pada pasien dengan hipertensi di wilayah RT 10 Kelurahan Murni. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 2(1), 30. <https://doi.org/10.36565/jak.v2i1.89>
- Anggraini, F. D. P., Aprianti, A., Setyawati, V. A. V., & Hartanto, A. A. (2022). Pembelajaran statistika menggunakan software SPSS untuk uji validitas dan reliabilitas. *Jurnal Basicedu*, 6(4), 6491–6504. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i4.3206>
- Aprianto, D. P., & Nurwahyuni, A. (2021). Hubungan indeks massa tubuh (IMT) dengan tingkat kebugaran jasmani pegawai Kementerian Kesehatan. *Hearty*, 9(2). <http://ejournal.uika-bogor.ac.id/index.php/Hearty/issue/archive>
- Ardisyah, R., & Jailani, M. S. (2023). Teknik pengumpulan data dan instrumen penelitian ilmiah. *Jurnal Pendidikan Islam*. <http://ejournal.yayasanpendidikandzurriyatulquran.id/index.php/ihsan>
- Asyfh, A., Usraleli, U., Magdalena, M., Sakhnan, S., & Melly, M. (2020). Hubungan obesitas dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sidomulyo Rawat Inap. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(2), 338. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i2.926>
- Azizah, W., Hasanah, U., Pakarti, A. T., Dharma, A. K., & Metro, W. (2022). Penerapan slow deep breathing terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(4).
- Budiarso, F., Budiarso, N., Ottay, R., & Pontoh, W. (n.d.). IPTEKS penyuluhan tentang obesitas dan pengukuran indeks massa tubuh pada masyarakat Kelurahan Malendeng Kecamatan Paal 2 Kota Manado. <http://id.wikipedia.org/wiki/kegemukan>
- Dewi, I., Hasanuddin, N., & Makassar, S. (n.d.). Faktor yang berhubungan dengan kejadian speech delay pada balita usia 3-5 tahun. *JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 3. <https://doi.org/10.20956/ijas>
- Fransiskus, N., Herman, T., & Ardian, C. (2019). Pengaruh latihan aerob dengan diet rendah karbohidrat terhadap penurunan indeks masa tubuh (IMT). *Jurnal Olympia*, 1(1). <http://journal.binadarma.ac.id/index.php/olympia>
- Halim, A. S. (2022). Studi retrospektif gaya hidup dan kejadian hipertensi pada usia produktif.
- Handayani, L. T. (2018). Kajian etik penelitian dalam bidang kesehatan dengan melibatkan manusia sebagai subyek. *The Indonesian Journal of Health Science*, 10(1), 2087–5053.
- Hardianto, D. (2021). Telaah komprehensif diabetes melitus: Klasifikasi, gejala, diagnosis, pencegahan, dan pengobatan. *Jurnal Bioteknologi & Biosains Indonesia (JBBI)*, 7(2), 304–317. <https://doi.org/10.29122/jbbi.v7i2.4209>
- Husein, H., Menga, M. K., & Studi, P. (2019). Pengetahuan dengan perilaku merokok remaja. *Jurnal Ilmu Kesehatan Anak*, 1(1), 45–50. <https://doi.org/10.36590/jika>

- Irawati. (2019). Kekerasan fisik terhadap anak usia dini ditinjau dari usia ibu menikah di Kelurahan Jatirejo, Kecamatan Gunungpati, Kota Semarang. Universitas Negeri Semarang.
- Julaecha, J., & Wuryandari, A. G. (2021). Pengetahuan dan sikap tentang perilaku merokok pada remaja. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(2), 313. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i2.337>
- Marhabatsar, N. S., Sijid, S. A., & Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar. (n.d.). Review: Penyakit hipertensi pada sistem kardiovaskular. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb>
- Rahmatika, A. F. (2021). Hubungan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi. *Jurnal Medika Utama*.
- Telaumbanua, C., & Rahayu, Y. (n.d.). *Jurnal Abdimas Saintika*. <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id>
- Triyono, E. A. (2022). *Profil kesehatan Jatim 2022*. Buku Kesehatan Jatim.
- Zulkarnaen, K., Aisyah, S. S., Hidayat Amrullah, S., Rukmana, R., & Fajrin Alir, R. (2020). Flora kandidat antioksidan dalam memperbaiki kualitas spermatozoa yang telah terpapar asap rokok. *Prosiding Seminar Nasional Biologi di Era Pandemi COVID-19*. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb/>