



Hubungan Perilaku Merokok dan Beban Kerja dengan Kejadian Hipertensi di Poli Penyakit dalam Rumah Sakit Graha Husada Bandar Lampung

Ellsa Diana Agustina ^{1*}, Hardono ², Hana Zumaedza Ulfa ³,
Riska Hediya Putri ⁴

^{1,2,3,4} Universitas Aisyah Pringsewu, Indonesia

Korespondensi penulis : elsadiana08@gmail.com

Abstract : Hypertension is difficult for sufferers to realize because it has no specific symptoms. Hypertension in the elderly is a problem that is often found in the elderly today. One of the life habits that contributes to hypertension includes smoking and work history as triggers for hypertension in the elderly. The aim of this study was to determine the relationship between smoking behavior and work history with the incidence of hypertension in the elderly at the Internal Medicine Clinic, Graha Husada Hospital, Bandar Lampung. This type of quantitative research uses an analytical survey research design and a cross-sectional approach. The research was carried out in October 2024 at Graha Husada Hospital in Bandar Lampung. The population in this study was elderly people who suffered from hypertension with a sample size of 64 respondents. The sampling technique in this research used purposive sampling. The instruments used were questionnaires, blood pressure monitors and stethoscopes to measure blood pressure. Data analysis used the chi square test. The results of this study show that there is a relationship between smoking behavior with a p -value <0.001 (<0.05) and work history with a p -value <0.001 (<0.05) on the incidence of hypertension in the elderly. It is hoped that hospitals can provide reading media to increase patient awareness by socializing smoking behavior and reducing heavy work or doing friendly or light work so as not to trigger an increase in blood pressure.

Keywords: Smoking Behavior, Work History, Hypertension

Abstrak : Hipertensi sulit disadari oleh penderitanya karena tidak memiliki gejala khusus. Hipertensi merupakan masalah yang banyak dijumpai pada saat ini. Salah satu kebiasaan hidup yang menjadi penyumbang terjadinya hipertensi antara lain merokok dan riwayat pekerjaan sebagai pencetus hipertensi. Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui hubungan perilaku merokok dan beban kerja dengan kejadian hipertensi di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Graha Husada Bandar Lampung. Jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian survey analitik dan pendekatan *cross sectional*. Penelitian telah dilakukan pada bulan Oktober 2024 di RS Graha Husada Bandar Lampung. Populasi dalam penelitian ini penderita hipertensi dengan jumlah sampel sebanyak 64 responden. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan kuesioner, tensimeter dan stetoskop untuk mengukur tekanan darah. Analisa data menggunakan uji *chi square*. Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan perilaku merokok dengan p -value $<0,001$ ($<0,05$) dan beban kerja dengan p -value $<0,001$ ($<0,05$) terhadap kejadian hipertensi. Diharapkan RS dapat memberikan media baca untuk peningkatan kesadaran pasien dengan sosialisasi bahwa perilaku merokok dan mengurangi pekerjaan berat atau melakukan pekerjaan yang ramah atau ringan agar tidak memicu peningkatan tekanan darah,

Kata Kunci : Perilaku Merokok, Beban Pekerjaan, Hipertensi

1. LATAR BELAKANG

Hipertensi sulit disadari oleh penderitanya karena tidak memiliki gejala khusus, gejala yang sering muncul pada penderita hipertensi adalah sering merasa pusing atau sakit kepala, gelisah, wajah merah, tengkuk terasa pegal, mudah marah, telinga berdengung, sulit tidur malam, sesak napas, rasa berat ditengkuk, mudah lelah, mata berkunang-kunang serta mimisan (keluar darah dari hidung) (Tambunan, 2021).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2022, diperkirakan terdapat 1,28 miliar orang dewasa di seluruh dunia menderita hipertensi. Sebagian besar kasus

berasal dari negara-negara dengan ekonomi menengah ke bawah (WHO, 2022). Di kawasan Asia penyakit hipertensi telah membunuh 1,5 juta orang setiap tahunnya. Diperkirakan 1 dari 3 orang dewasa di Asia Tenggara menderita Hipertensi (WHO, 2020). Hipertensi adalah kelainan sistem sirkulasi darah yang mengakibatkan peningkatan tekanan darah di atas nilai normal atau tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg (Kemenkes RI 2020).

Salah satu kebiasaan hidup yang menjadi penyumbang terbesar terjadinya hipertensi adalah merokok, kandungan zat kimia berbahaya dan beracun pada rokok yaitu salah satunya nikotin yang dapat menyebabkan peningkatan adrenalin yang berakibat berdebar-debar jantung lebih keras dan lebih cepat dan kontraksi jantung serta denyut jantung yang lebih meningkat yang berefek pada tekanan darah yang meningkat. Bahaya pada rokok sudah menjadi informasi yang umum dan paling banyak diketahui namun hampir di setiap tempat umum dapat ditemukan perokok aktif maupun perokok pasif. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar 2018, prevalensi nasional kebiasaan merokok berada pada 28,8% dengan jenis kelamin terbanyak yaitu laki-laki 62,9 % (Riskesdas, 2018)

Pada penderita hipertensi atau tekanan darah tinggi dapat menyebabkan berbagai komplikasi yang berisiko kematian tinggi, seperti: Penyakit jantung koroner, Serangan jantung, Stroke, Gagal ginjal kronis, Atrial fibrilasi. Masalah komplikasi dapat diperingan dengan tidak menambah faktor yang menyebabkan hipertensi selalu terjadi, yaitu seperti merokok dan kegiatan pekerjaan lebih dikurangi sedikit-demi sedikit. Hal ini perlu agar penderita yang sudah mengalami hipertensi tidak selalu meningkat, agar mencegah komplikasi hipertensi terjadi (Rismady dan Merindani. 2023)

2. TINJAUAN KASUS

Hipertensi

Hipertensi dapat didefinisikan sebagai tekanan darah persisten dimana tekanan sistoliknyanya di atas 140 mmHg dan tekanan diastoliknyanya di atas 90 mmHg. Hipertensi merupakan suatu keadaan ketika tekanan darah di pembuluh darah meningkat secara kronis. Hipertensi diperkirakan menjadi faktor utama penyebab kematian karena dua efek primernya yaitu peningkatan beban kerja jantung dan kerusakan pembuluh darah perifer (Petrika dan Refiony, 2019).

Kebiasaan Merokok

Rokok adalah campuran kompleks senyawa kimia yang terikat pada partikel aerosol atau bebas dalam fase gas. Senyawa kimia ini dapat bereaksi untuk membentuk bahan lain, yang selanjutnya disuling menjadi asap. Pembentukan asap terjadi ketika rokok dinyalakan dan

dihisap atau ketika rokok membara diantara isapan (*U.S. Departement of Health and Human Services, 2020*)

Riwayat Pekerjaan

Pekerjaan merupakan suatu kegiatan atau aktifitas yang dilakukan oleh manusia bertujuan untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Pekerjaan terbagi menjadi dua jenis yaitu pekerjaan yang menghasilkan barang (petani, nelayan, pedagang dll) dan pekerjaan yang menghasilkan jasa (guru, dokter, montir dll) (*Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2023*)

3. METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan Jenis penelitian ini adalah kuantitatif yaitu merupakan metode-metode untuk menguji teori-teori tertentu dengan cara meneliti hubungan antar variabel. Variabel-variabel ini diukur biasanya dengan instrument-instrument penelitian sehingga data yang terdiri dari angka-angka dapat dianalisis berdasarkan prosedur-prosedur statistik (*Creswell, 2015*).

Waktu dan Tempat Penelitian

Waktu Penelitian

Adapun waktu pelaksanaannya telah dilaksanakan pada bulan Oktober tahun 2024.

Tempat Penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Graha Husada Bandar Lampung.

Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian survei analitik, yaitu survei atau penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan itu terjadi. Kemudian melakukan analisis dinamika korelasi antara fenomena atau antara faktor risiko dengan faktor efek. Yang dimaksud dengan faktor efek adalah suatu akibat dari adanya faktor risiko, sedangkan faktor risiko adalah suatu fenomena yang mengakibatkan terjadinya efek (*Notoatmodjo, 2018*).

Pendekatan penelitian yang digunakan adalah *cross sectional*. Penelitian *cross sectional* (potong lintang) adalah suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor risiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (*point time approach*). Artinya, setiap subjek penelitian hanya diobservasi sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap status karakter subjek pada saat penelitian (*Notoatmodjo, 2018*).

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Karakteristik Responden

Karakteristik responden berdasarkan umur, jenis kelamin dan pendidikan terakhir di Instalasi Bedah Sentral Rumah Sakit Umum Daerah Pringsewu, diperoleh hasil pada tabel dibawah ini:

Tabel 1
Karakteristik responden berdasarkan umur, jenis kelamin dan pendidikan terakhir di Instalasi Bedah Sentral Rumah Sakit Umum Daerah Pringsewu

Umur	Frekuensi	Persentase (%)
36-49	45	70,3
≥50	19	29,7
Total	64	100.0
Pendidikan Terakhir	Frekuensi	Persentase (%)
SD-SMP	28	43,7
SMA – Perguruan Tinggi	36	56,3
Total	64	100.0

Berdasarkan tabel 1 dapat dijelaskan dari 64 responden sebanyak 45 (70,3%) responden dengan usia 36-49 tahun dan sebanyak 36 (56,3%) dengan pendidikan tamat SMA-Perguruan tinggi.

Analisis Univariat

Perilaku Merokok

Hasil pada variabel perilaku merokok dikategorikan menjadi perokok aktif berat, sedang dan ringan serta perokok pasif, hasil distribusi dapat dilihat pada kolom dibawah ini:

Tabel 2
Distribusi frekuensi perilaku merokok di poli penyakit dalam Rumah Sakit Graha Husada Bandar Lampung

Perilaku Merokok	Frekuensi	Persentase (%)
Perokok Aktif Berat	13	20.3
Perokok Aktif Sedang	20	31.3
Perokok Aktif Ringan	23	35.9
Perokok Pasif	8	12.5
Total	64	100.0

Tabel 2 menjelaskan bahwa dari 64 responden sebanyak 13 (20,3%) merupakan perokok aktif berat, sebanyak 20 (31,3%) merupakan perokok aktif sedang, sebanyak 23 (35,9%) merupakan perokok aktif ringan dan sebanyak 8 (12,55) merupakan perokok pasif.

Aktif Berat	11	84,6	2	15,4	13	100	<0,001
Aktif Sedang	4	20,0	16	80,0	20	100	
Aktif Ringan	17	73,9	6	26,1	23	100	
Pasif	2	25,0	6	75,0	8	100	
Jumlah	34	53,1	30	46,9	64	100	

Tabel 5 menjelaskan bahwa pada responden dengan hipertensi sebanyak 11 (84,6%) merupakan perokok aktif berat, sebanyak 4 (20%) merupakan perokok aktif sedang, sebanyak 17 (73,9%) merupakan perokok aktif ringan dan sebanyak 2 (25%) merupakan perokok pasif. Responden tidak hipertensi sebanyak 2 (15,4%) merupakan perokok aktif berat, sebanyak 16 (80%) merupakan perokok aktif sedang, sebanyak 6 (26,1%) merupakan perokok aktif ringan dan sebanyak 6 (75%) merupakan perokok pasif. Hasil uji statistic diperoleh p-value <0,001 (<0,05) yang berarti ada hubungan perilaku merokok dengan kejadian hipertensi di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Graha Husada Bandar Lampung.

Hubungan beban kerja dengan kejadian hipertensi

Berdasarkan hasil pengolahan data untuk mengetahui hubungan beban kerja dengan kejadian hipertensi di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Graha Husada Bandar Lampung, diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 6
Hubungan beban kerja dengan kejadian hipertensi di poli penyakit dalam Rumah Sakit Graha Husada Bandar Lampung

Beban Kerja	Kejadian Hipertensi						P-value
	Hipertensi		Tidak Hipertensi		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Berat	20	87,0	3	13,0	23	100	<0,001
Sedang	2	8,7	21	91,3	23	100	
Ringan	12	66,7	6	33,3	18	100	
Jumlah	34	53,1	30	46,9	64	100	

Tabel 6 menjelaskan bahwa pada responden dengan hipertensi sebanyak 20 (87%) dengan beban kerja berat, sebanyak 2 (8,7%) dengan beban kerja sedang dan sebanyak 12 (66,7%) dengan beban kerja ringan. Responden tidak hipertensi sebanyak 3 (13%) dengan beban kerja berat, sebanyak 21 (91,3%) dengan beban kerja sedang dan sebanyak 5 (33,3%) dengan beban kerja ringan. Hasil uji statistic diperoleh p-value <0,001 (<0,05) yang berarti ada hubungan beban kerja dengan kejadian hipertensi di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Graha Husada Bandar Lampung.

Pembahasan

Analisis Univariat

Perilaku Merokok

Hasil penelitian distribusi frekuensi perilaku merokok di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Graha Husada Bandar Lampung sebanyak 13 (20,3%) merupakan perokok aktif berat, sebanyak 20 (31,3%) merupakan perokok aktif sedang, sebanyak 23 (35,9%) merupakan perokok aktif ringan dan sebanyak 8 (12,55) merupakan perokok pasif.

Gambaran perilaku merokok pada responden sebagian besar 1-10 batang perhari, kemudian jenis rokok yang digunakan adalah kretek, intensitas merokok 3-5 jam sekali, responden merokok setiap saat ketika ingin merokok, dan lokasi merokok dilain tempat.

Hasil penelitian Supriadi *et al*, (2023). hubungan kebiasaan merokok dengan intensitas hipertensi di Kelurahan Ciamis. Metode penelitian kuantitatif dengan desain survei analitik menggunakan pendekatan *cross sectional* dengan teknik *quota sampling*. Sample dalam penelitian ini sebanyak 92 responden lansia laki-laki yang mempunyai kebiasaan merokok. Hasil penelitian menunjukkan sebesar 94.6% untuk lama merokok berat (>20 tahun), 64.1% untuk jumlah rokok sedang (11-20 batang/hari), 55.4% untuk jenis rokok nonfilter dan 76.1% untuk tidak mengalami hipertensi.

Rokok adalah campuran kompleks senyawa kimia yang terikat pada partikel aerosol atau bebas dalam fase gas. Senyawa kimia ini dapat bereaksi untuk membentuk bahan lain, yang selanjutnya disuling menjadi asap. Pembentukan asap terjadi ketika rokok dinyalakan dan dihisap atau ketika rokok membara diantara isapan (*U.S. Departement of Health and Human Services*, 2020)

Merokok menyebabkan peninggian tekanan darah. Perokok berat dapat dihubungkan dengan peningkatan insiden hipertensi maligna dan risiko terjadinya stenosis arteri renal yang mengalami aterosklerosis. Kejadian hipertensi terbanyak pada kelompok subyek dengan kebiasaan merokok lebih dari 15 batang perhari (Anies *et al*, 2020).

Menurut asumsi peneliti perilaku merokok seseorang secara keseluruhan dapat dilihat dari jumlah rokok yang dihisapnya. Seberapa banyak seseorang merokok dapat diketahui melalui intensitasnya, Maka hasil pada perilaku merokok dipenelitian ini sebagian besar ringan, namun jika dikaji dari masa awal merokok mungkin karena usia semakin tua, maka saat ini intensitas merokok dikurangi.

Beban Kerja

Hasil penelitian distribusi frekuensi beban kerja di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Graha Husada Bandar Lampung sebanyak 23 (35,9%) dengan beban kerja berat, sebanyak 23 (35,9%) dengan beban kerja sedang dan sebanyak 18 (28,1%) dengan beban kerja ringan.

Gambaran beban kerja yang dihadapi oleh responden sebagian besar pada tuntutan Fisik yang menunjukkan besar usaha fisik yang dibutuhkan untuk menyelesaikan pekerjaan dan tuntutan waktu dimana seberapa besar tekanan yang dirasakan berkaitan dengan waktu untuk menyelesaikan pekerjaan.

Hasil penelitian Amelia & Istiqomah, (2021), hubungan pekerja lansia dan pola makan dengan kejadian hipertensi di Posbindu Aster Kelurahan Jaticempaka Kecamatan Pondok Gede Kota Bekasi. Metode Penelitian deskriptif korelasi. Jumlah populasi adalah sebanyak 140 lansia. Sampel diambil dengan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian didapatkan lansia yang memiliki aktivitas yang menghasilkan uang, dari 58 orang lansia menjawab bekerja sebanyak 45 orang (77,6%) dan yang menjawab tidak bekerja sebanyak 13 orang (22,4%). Hal ini dapat dikatakan lansia yang masih bekerja sebanyak 45 orang (77,6%).

Indikator beban kerja yang dikaji sehingga dapat dikatakan berhubungan atau menjadi faktor penyebab hipertensi adalah tuntutan mental, tuntutan fisik, tuntutan waktu, tingkat kinerja, tingkat usaha, tingkat frustrasi. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi beban kerja, antara lain: motivasi, kepuasan, organisasi kerja, lingkungan kerja. Kesibukan dan kerja keras serta tujuan yang berat mengakibatkan timbulnya rasa stres dan menimbulkan tekanan yang tinggi. Perasaan tertekan membuat tekanan darah menjadi naik. Selain itu, orang yang sibuk juga tidak sempat untuk berolahraga. Akibatnya lemak dalam tubuh semakin banyak dan tertimbun yang dapat menghambat aliran Pembuluh darah yang terhimpit oleh tumpukan lemak menjadikan tekanan darah menjadi tinggi. Inilah salah satu penyebab terjadinya hipertensi (Setiandari, 2022).

Menurut asumsi peneliti jenis pekerjaan yang berat masa muda lansia dikarenakan tuntutan kebutuhan. Aktivitas yang dilakukan dari lansia laki-laki dan perempuan dapat berupa bekerja demi memperoleh hasil tambahan untuk pemenuhan kebutuhan sehari-hari. Kemudian kegiatan yang sedang hingga ringan dilakukan seperti dalam memenuhi kebutuhan seperti menyiapkan makan bagi suami dan anggota keluarga, memasak atau bahkan mencuci dan menyetrika pakaian.

Kejadian Hipertensi

Hasil penelitian distribusi frekuensi kejadian hipertensi di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Graha Husada Bandar Lampung sebanyak 34 (53,1%) dengan hipertensi dan sebanyak 30 (46,9%) tidak mengalami hipertensi

Hasil penelitian Urifah et al (2018) gambaran hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Cukir-Jombang. Pada distribusi frekuensi hipertensi pada lansia pada penelitian ini didapatkan bahwa sebagian besar responden (56.5%) memiliki hipertensi pada level hipertensi tahap I yaitu tekanan darah systole mencapai rentan 140-159 mmHg dan tekanan diastole mencapai rentan 90-99 mmHg.

Hipertensi dapat dipengaruhi oleh kebiasaan dan gaya hidup yang dapat menyebabkan hipertensi pada penderita diantaranya pola makan, aktivitas fisik, konsumsi alkohol dan kebiasaan merokok, hal tersebut merupakan faktor resiko yang dapat diubah berbeda dengan jenis kelamin, umur dan keturunan (Rismady dan Merindani, 2023).

Pada penderita hipertensi atau tekanan darah tinggi dapat menyebabkan berbagai komplikasi yang berisiko kematian tinggi, seperti: Penyakit jantung koroner, Serangan jantung, Stroke, Gagal ginjal kronis, Atrial fibrilasi. Masalah komplikasi dapat diperings dengan tidak menambah faktor yang menyebabkan hipertensi selalu terjadi, yaitu seperti merokok dan kegiatan pekerjaan lebih dikurangi sedikit-demi sedikit. Hal ini perlu agar penderita yang sudah mengalami hipertensi tidak selalu meningkat, agar mencegah komplikasi hipertensi terjadi (Rismady dan Merindani. 2023)

Menurut asumsi peneliti semua responden merupakan responden yang tercatat dengan hipertensi baik stage 1,2 ataupun 3. Namun, saat pelaksanaan penelitian sebagian tidak dengan tekanan darah tinggi. Hal ini dapat didorong karena pelaksanaan pengendalian tekanan darah tinggi telah dilakukan dengan baik.

Analisis Bivariat

Hubungan perilaku merokok dengan kejadian hipertensi

Hasil uji statistic diperoleh p-value $<0,001$ ($<0,05$) yang berarti ada hubungan perilaku merokok dengan kejadian hipertensi di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Graha Husada Bandar Lampung.

Hasil penelitian Siregar (2020) hubungan perilaku Merokok dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Ulumahuam Kabupaten Labuhanbatu Selatan. Metode Penelitian adalah survei analitik dengan pendekatan cross sectional . Penelitian dilakukan di Puskesmas Ulumahuam terhadap Lansia sebanyak 77 Orang. Analisa data yang dilakukan adalah chi square. Hasil penelitian menunjukkan sebesar 94.6% untuk

lama merokok berat (>20 tahun), 64.1% untuk jumlah rokok sedang (11-20 batang/hari), 55.4% untuk jenis rokok nonfilter dan 76.1% untuk tidak mengalami hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara perilaku merokok dengan hipertensi dengan nilai signifikan $p = 0,003 < 0,05$.

Salah satu kebiasaan hidup yang menjadi penyumbang terbesar terjadinya hipertensi adalah merokok, kandungan zat kimia berbahaya dan beracun pada rokok yaitu salah satunya nikotin yang dapat menyebabkan peningkatan adrenalin yang berakibat berdebar-debar jantung lebih keras dan lebih cepat dan kontraksi jantung serta denyut jantung yang lebih meningkat yang berefek pada tekanan darah yang meningkat. Bahaya pada rokok sudah menjadi informasi yang umum dan paling banyak diketahui namun hampir di setiap tempat umum dapat ditemukan perokok aktif maupun perokok pasif. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar 2018, prevalensi nasional kebiasaan merokok berada pada 28,8% dengan jenis kelamin terbanyak yaitu laki-laki 62,9 % (Riskesdas, 2018)

Efek akut yang disebabkan oleh merokok antara lain meningkatkan denyut jantung dan tekanan darah dengan adanya peningkatan kadar hormon epinefrin dan norepinefrin karena aktivasi sistem saraf simpatis. Efek jangka panjang dari merokok adalah peningkatan tekanan darah karena adanya peningkatan zat inflamasi, disfungsi endotel, pembentukan plak, dan kerusakan vascular. Nikotin yang menyebabkan peningkatan tekanan darah karena nikotin didalam rokok diserap pembuluh darah kecil dalam paru-paru sehingga diedarkan oleh pembuluh darah ke otak, otak akan beraksi terhadap nikotin dengan memberi sinyal pada kelenjar adrenal sehingga bisa melepas epinefrin (Adrenalin). Hormon yang kuat ini akan menyempitkan pembuluh darah sehingga jantung dipaksa bekerja lebih berat dan menyebabkan tekanan darah lebih tinggi (Irene et al. 2019).

Menurut asumsi peneliti pada penelitian ini dijumpai responden dengan riwayat merokok ringan lebih banyak yang mengalami hipertensi dari pada yang merokok berat. Hipertensi yang dialami oleh perokok ringan tidak semata-mata karena merokok namun dapat ditunjang dari genetik, pola konsumsi atau paparan asap rokok di rumah atau tempat kerja juga dapat menjadi resiko meningkatnya tekanan darah namun untuk rokok yang dikonsumsi tidak begitu sering.

Kemudian untuk responden yang menjadi perokok sedang dan berat namun tidak mengalami hipertensi hal ini mungkin dikarenakan belum terserapnya zat-zat berbahaya dalam rokok. Semakin lama seseorang merokok, semakin tinggi risiko terjadinya hipertensi. Asap rokok juga dapat berbahaya bagi perokok pasif. Responden perokok pasif namun mengalami hipertensi dikarenakan banyak faktor penunjangnya seperti pola makan sembarangan dengan

banyak mengkonsumsi makanan tinggi kalori, tinggi lemak, dan tinggi garam tetapi rendah serat pangan, ataupun riwayat keluarga. Responden perokok aktif namun tidak mengalami hipertensi saat pelaksanaan penelitian dikarenakan responden rutin melakukan pengendalian, namun terdapat penyakit penyerta lainnya yang dirasakan selain hipertensi

Hubungan Beban Kerja dengan kejadian hipertensi

Hasil uji statistic diperoleh p-value $<0,001$ ($<0,05$) yang berarti ada hubungan beban kerja dengan kejadian hipertensi di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Graha Husada Bandar Lampung.

Hasil penelitian Amelia & Istiqomah, (2021), hubungan pekerja lansia dan pola makan dengan kejadian hipertensi di Posbindu Aster Kelurahan Jaticempaka Kecamatan Pondok Gede Kota Bekasi. Metode Penelitian deskriptif korelasi. Jumlah populasi adalah sebanyak 140 lansia. Sampel diambil dengan teknik purposive sampling. Hasil penelitian didapatkan lansia yang memiliki aktivitas yang menghasilkan uang, dari 58 orang lansia menjawab bekerja sebanyak 45 orang (77,6%) dan yang menjawab tidak bekerja sebanyak 13 orang (22,4%). Hal ini dapat dikatakan lansia yang masih bekerja sebanyak 45 orang (77,6%). Hasil bivariat menunjukkan terdapat hubungan pekerjaan lansia dengan kejadian hipertensi dengan p-value = 0,001 ($<0,05$).

Hipertensi juga dipengaruhi dari gaya hidup lainnya dimana, orang zaman sekarang sibuk mengutamakan pekerjaan untuk mencapai kesuksesan. Kesibukan dan kerja keras serta tujuan yang berat mengakibatkan timbulnya rasa stres dan menimbulkan tekanan yang tinggi. Perasaan tertekan membuat tekanan darah menjadi naik. Selain itu, orang yang sibuk juga tidak sempat untuk berolahraga. Akibatnya lemak dalam tubuh semakin banyak dan tertimbun yang dapat menghambat aliran Pembuluh darah yang terhimpit oleh tumpukan lemak menjadikan tekanan darah menjadi tinggi. Inilah salah satu penyebab terjadinya hipertensi (Elsi, 2022).

Pekerjaan memiliki beban kerja masing-masing, beban kerja meliputi jumlah pekerjaan yang harus diselesaikan oleh sekelompok atau seseorang dalam waktu tertentu dan sebagai sumber ketidak puasan disebabkan oleh kelebihan beban kerja secara kualitatif dan kuantitatif. Beban kerja yang berlebih atau rendah dapat menimbulkan stress kerja. Sehingga stres dapat memicu timbulnya hipertensi melalui aktivasi sistem saraf simpatis yang mengakibatkan naiknya tekanan darah secara intermiten (tidak menentu). Apabila stres berlanjut, tekanan darah akan tetap tinggi sehingga orang tersebut akan mengalami penyakit hipertensi (Fadhila, 2021).

Menurut asumsi peneliti dijelaskan bahwa responden dengan pekerjaan ringan, sedang maupun berat bereiko mengalami hipertensi Hipertensi pada responden yang sibuk mengutamakan pekerjaan untuk mencapai kesuksesan. Kesibukan dan kerja keras serta tujuan yang berat mengakibatkan timbulnya rasa stres dan menimbulkan tekanan yang tinggi. Perasaan tertekan membuat tekanan darah menjadi naik. Selain itu, orang yang sibuk juga tidak sempat untuk berolahraga. Akibatnya lemak dalam tubuh semakin banyak dan tertimbun yang dapat menghambat aliran Pembuluh darah yang terhimpit oleh tumpukan lemak menjadikan tekanan darah menjadi tinggi. Inilah salah satu penyebab terjadinya hipertensi.

Kemudian pada responden dijelaskan bahwa responden dengan pekerjaan berat namun tidak mengalami hipertensi bisa disebabkan oleh beberapa faktor, di antaranya aktivitas fisik atau pola aktivitas yang sehat dapat membantu menjaga diri dari hipertensi. Kurangnya aktivitas fisik dapat meningkatkan risiko kelebihan berat badan dan frekuensi denyut jantung yang tinggi. Riwayat keluarga yang memiliki hipertensi dapat meningkatkan risiko seseorang untuk mengalami hipertensi. dan makanan yang sehat dan tidak mengonsumsi terlalu banyak garam dapat membantu menjaga diri dari hipertensi

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

1. Distribusi frekuensi perilaku merokok di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Graha Husada Bandar Lampung sebanyak 13 (20,3%) merupakan perokok aktif berat, sebanyak 20 (31,3%) merupakan perokok aktif sedang, sebanyak 23 (35,9%) merupakan perokok aktif ringan dan sebanyak 8 (12,55) merupakan perokok pasif.
2. Distribusi frekuensi beban kerja di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Graha Husada Bandar Lampung sebanyak 23 (35,9%) dengan beban kerja berat, sebanyak 23 (35,9%) dengan beban kerja sedang dan sebanyak 18 (28,1%) dengan beban kerja ringan.
3. Distribusi frekuensi kejadian hipertensi di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Graha Husada Bandar Lampung sebanyak 34 (53,1%) dengan hipertensi dan sebanyak 30 (46,9%) tidak mengalami hipertensi
4. Ada hubungan perilaku merokok dengan kejadian hipertensi di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Graha Husada Bandar Lampung dengan *p-value* <0,001.
5. Ada hubungan beban kerja dengan kejadian hipertensi di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Graha Husada Bandar Lampung dengan *p-value* <0,001.

Saran

1. Bagi Universitas Aisyah Pringsewu

Memperbanyak bahan wacana sebagai pengembangan ilmu dalam keilmuan terkait, dan dapat menjadi pertimbangan penelitian dengan variabel berbeda pada penelitian selanjutnya berkaitan dengan perilaku merokok dan beban kerja dengan kejadian hipertensi

2. Bagi Rumah Sakit Graha Husada

Memberikan media baca untuk peningkatan kesadaran pasien dengan sosialisasi bahwa perilaku merokok dan riwayat pekerjaan dapat berpengaruh dengan kejadian hipertensi.

3. Bagi Responden

Mengikuti kegiatan pemeliharaan kesehatan di Desa atau lokasi terdekat yang diselenggarakan oleh petugas kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan tentang perilaku merokok dan beban kerja dengan kejadian hipertensi. Pasien hipertensi dan sebagai acuan bagi penderita hipertensi untuk meningkatkan derajat kesehatan yang lebih baik.

4. Bagi Peneliti selanjutnya

Melakukan penelitian selanjutnya tentang perilaku merokok dan beban kerja dengan kejadian hipertensi dengan menambah variabel lain seperti genetik, kepatuhan konsumsi obat atau terapi non farmakologi dalam menurunkan tekanan darah

6. DAFTAR PUSTAKA

Amelia, & Istiqomah. (2021). Hubungan pekerja lansia dan pola makan dengan kejadian hipertensi di Posbindu Aster Kelurahan Jaticempaka Kecamatan Pondok Gede Kota Bekasi.

Anies, et al. (2020). *Penyakit degeneratif: Mencegah dan mengatasi penyakit degeneratif dengan perilaku dan pola hidup modern yang sehat*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

Creswell, J. W. (2016). *Research design: Pendekatan kualitatif, kuantitatif, dan mixed*. Pustaka Pelajar.

Kamus Besar Bahasa Indonesia. (2023). Pengertian pekerjaan. Kamus online bahasa Indonesia.

Kemendes RI. (2020). Data penunjang tekanan darah. <https://www.kemdes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-2020.pdf>

Kemendes RI. (2020). *Pedoman pengembangan kawasan tanpa rokok*. Jakarta.

Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan* (Edisi Revisi). Rineka Cipta.

Petrika, & Refiony. (2019). Air kelapa muda dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. <https://scholar.google.co.id>

Riskesdas. (2018). *Prevalensi hipertensi di Indonesia dan Provinsi Lampung*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; Naskah Publikasi.

Siregar, E. (2016). *Statistik parametrik untuk penelitian*. Bumi Aksara.

Supriadi, et al. (2023). Hubungan kebiasaan merokok dengan intensitas hipertensi pada lansia laki-laki di Kelurahan Ciamis.

U.S. Department of Health and Human Services. (2020). *Department of Health and Human Services Centre of Health Control and Prevention. Tobacco fact: Global tobacco surveillance morbidity and mortality weekly report (2008)*. 57, SS1-22.

World Health Organization (WHO). (2022). Klasifikasi pengukuran tekanan darah. www.who.int