

Hubungan Pengetahuan *Life Style* Pada Lansia dengan Penyakit Hipertensi di Posyandu Anggrek Bulan Negeri Rutong, Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Hutumuri, Kecamatan Leitimur Selatan.

Thirza lessy¹, Ernawati Hatuwe², FadlyKaliky³, Yerry Soumokil⁴

¹ Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan, Indonesia

^{2,3,4} Dosen STIKes Maluku Husada, Indonesia

Email : Thirzalessy35@gmail.com

Abstract: Hypertension is a problem that needs to be watched out for, because there are no specific signs and symptoms of hypertension and some people still feel healthy to do activities as usual. This is what makes hypertension a silent killer, people will realize they have hypertension when the symptoms they feel get worse and check themselves to health services (Purwono *et al.*, 2020). Purpose: This study aims to determine the Relationship between Lifestyle Knowledge in the Elderly and Hypertension at the Anggrek Bulan Negeri Rutong Elderly Posyandu, Hutumuri Inpatient Health Center Work Area, South Leitimur District. Method: The research design used in this study was Quantitative with a correlational method. Results: There was a relationship between Lifestyle knowledge in the elderly and hypertension (p -value = 0.000). Conclusion: There is a relationship between Lifestyle and hypertension in the elderly at the Anggrek Bulan Negeri Rutong Posyandu, Leitimur District

Keywords: Lifestyle Knowledge, Hypertension, Elderly

Abstrak : Hipertensi merupakan masalah yang perlu diwaspadai, karena tidak ada tanda dan gejala khusus pada penyakit hipertensi dan beberapa orang masih merasa sehat untuk beraktivitas seperti biasanya. Hal ini yang membuat hipertensi sebagai silent killer, orang-orang akan tersadar memiliki penyakit hipertensi ketika gejala yang dirasakan semakin parah dan memeriksakan diri ke pelayanan kesehatan (Purwono *et al.*, 2020). **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan *Life Style* pada Lansia Dengan Penyakit Hipertensi Di Posyandu Lansia Anggrek Bulan Negeri Rutong, Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Hutumuri, Kecamatan Leitimur Selatan. **Metode:** Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Kuantitatif dengan metode korelasional. **Hasil:** Didapatkan adanya hubungan pengetahuan *Life style* pada lansia dengan penyakit hipertensi (p -value = 0.000). **Kesimpulan:** Ada hubungan antara *Life Style* dengan penyakit hipertensi pada lansia di Posyandu Anggrek Bulan Negeri Rutong, Kecamatan Leitimur

Kata Kunci : Pengetahuan *Life Style*, Penyakit Hipertensi, Lansia

1. LATAR BELAKANG

Hipertensi merupakan masalah yang perlu diwaspadai, karena tidak ada tanda dan gejala khusus pada penyakit hipertensi dan beberapa orang masih merasa sehat untuk beraktivitas seperti biasanya. Hal ini yang membuat hipertensi sebagai silent killer, orang-orang akan tersadar memiliki penyakit hipertensi ketika gejala yang dirasakan semakin parah dan memeriksakan diri ke pelayanan kesehatan (Purwono *et al.*, 2020). Hipertensi adalah keadaan dimana darah sistolik memiliki tekanan >140mmHg, sementara diastolic memiliki tekanan >90mmHg, yang ditentukan melalui 2 kali observasi dengan selang waktu 5 menit, dengan ketentuan tubuh telah beristirahat penuh, penderita penyakit tersebut sangat jarang menyadari gejala yang ditimbulkan (Azizah, 2011; Ake langingi *et al.*, 2020).

Beberapa faktor penyebab tekanan darah tinggi adalah karakteristik individu (usia, jenis

kelamin, faktor genetic), pola makan stress, gaya hidup (kuranag aktivitas fisik) dan merokok (Rihiantoro & Widodo, 2018). Faktor penyebab hipertensi lainnya adalah obesitas yang disertai dengan kurang gerak, banyak makan makanan berlemak dan terlalu banyak makan garam (Rotua sumihar, 2018). Selain itu, pengetahuan juga menjadi salah satu faktor yang dapat menyebabkan hipertensi pada lansia. Perkembangan zaman menyebabkan perubahan gaya hidup masyarakat seperti makan berlebihan, aktivitas berlebihan, sering merokok dan kurang istirahat.

2. METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Kuantitatif dengan metode kolerasional yaitu metode penelitian yang bertujuan untuk mencari hubungan pengetahuan tentang *Life Style* Lansia Dengan Penyakit Hipertensi. Pada penelitian ini menggunakan pendekatan *Cross sectional* yaitu jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran atau observasi data variable independen dan dependen pada satu waktu. Tempat penelitian dilakukan di posyandu Lansia Anggrek Bulan Negeri Rutong, Kecamatan Leitimur Selatan, Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan 15 juni – 29 Juni 2024. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh lansia yang mengikuti posyandu Lansia Di Negeri Rutong Kecamatan Leitimur Selatan yaitu sebanyak 45 orang lansia.

3. HASIL

1) Pengetahuan *life style* pada lansia di Posyandu Anggrek Bulan negeri Rutong kecamatan Leitimur Selatan. Pengetahuan *Life style* dari hasil penelitian dapat dilihat pada tabel 1

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Pengetahuan *Life Style* pada Lansia dengan Penyakit Hipertensi di Posyandu Anggrek Bulan Negeri Rutong, Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Hutumuri Kecamatan Leitimur Selatan.

No	Pengetahua Life Style	Frekuensi (F)	Presentase (%)
1.	Baik	22	48,9%
2.	Tidak Baik	23	51,1%
	Total	45	100,0

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 5.5 dapat menjunjuka bahwa dari total responden sebanyak 45 sebagian besar responden mempunyai gaya hidup yang tidak baik yaitu sebanyak 23 responden (51,1%) dan yang mempunyai gayaa hidup yang baik yaitu sebanyak 22 responden (48,9%).

- 2) Penyakit Hipertensi pada Lansia di Posyandu Anggrek Bulan Negeri Rutong Kecamatan Leitimur Selatan, kota Ambon. penyakit Hipertensi dari hasil penelitian dapat dilihat pada tabel 2

Tabel 2 Distribusi Penyakit Hipertensi pada Lansia di Posyandu Anggrek Bulan Negeri Rutong, Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Hutumuri , Kecamatan Leitimur Selatan.

No.	Tekanan Darah	Frekuensi (F)	Persentase (%)
1.	Normal	21	46,7%
2.	Hipertensi	24	53,3%
	Total	45	100,0

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 5.6 dapat menunjukkan bahwa dari total responden sebanyak 45 responden sebagian besar dari responden yang mengalami hipertensi yaitu sebanyak 24 responden (53,3%), dan yang di kategorikan tekanan darah nomal sebanyak 21 responden (46,7%).

- 3) Tabulasi silang Pengetahuan *Life Style* pada lansia dengan penyakit hipertensi di posyandu Anggrek bulan Negeri Rutong, Kecamatan Leitimur selatan, Kota Ambon. Dapat dilihat pada tabel 3

Tabel 3 Hubungan Pengetahuan *Life style* dengan penyakit Hipertensi di posyandu Anggrek Bulan Negeri Rutong, Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Hutumuri, Kecamatan Leitimur Selatan.

No.	Pengetahuan Life Style	Tekanan darah		Jumlah	Total (%)
		Normal	Hipertensi		
1.	Baik	20 (44,4%)	2 (4,4%)	22	48,9%
2.	Tidak Baik	1 (2,2%)	22 (48,9%)	23	51,1%
Jumlah		21 (46,7%)	24 (53,3%)	45	100,0%
Uji Pearson	0,000				

Sumber : Data Primer,2024

Bedasarkan tabel 5.7 menunjukan bahwa dari 45 responden, sebagian be sar responden mempunyai Pengetahuan *Life style* yang tidak baik yaitu sebanyak 23 responden (51,1%), dan sebagian besar dari responden mengalami hipertensi yaitu 22 responden (48,9%). Dan sebagiannya lagi dari responden yang mempunyai pegetahuan Life Style yang baik yaitu sebanyak 22 responden (48,9%) dan sebagian kecil dari responden yang mengalami tekanan darah tinggi/hipertensi yaitu sebanyak 2 responden (4,4%).

Setelah data diolah dengan SPSS dengan uji pearson product moment menunjukan bahwa

nilai sigifikasi $\rho = 0,000 < \alpha (0,05)$, sehingga H1 diterima. Hal ini menunjukan bahwa ada hubungan Pengetahua Life Style pada lansia dengan penyakit hipertensi di Posyandu Anggrek Bulan Negeri Rutong, Kecamatan Leitimur Selatan.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dalam mencari hubungan pengetahuan life style pada lansia dengan penyakit hipertensi di posyandu anggrek bulan negeri rutong disimpulkan sebagai berikut: Ada hubungan antara Life Style dengan penyakit hipertensi pada lansia di Posyandu Anggrek Bulan Negeri Rutong, Kecamatan Leitimur

5. PENGAKUAN

1. Ketua Yayasan Maluku Husada yang telah menyediakan saran dan prasarana selama penulisan mengikuti pendidikan.
2. DR.Sharir Silehu,SKM.,M.Kes Selaku ketua pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan STIKes Maluku Husada.
3. Ira Sandi Tunny.S.Si.,M.Kes Selaku Ketua program studi ilmu keperawatan dan seluruh staf dosen.
4. Ns. Ernawati Hatuwe,S.Kep.,M.Kep Selaku Pembimbing I yang telah memberikan dorongan, bimbingan dan saran, masukan demi kesempurnaan Skripsi ini.
5. M Fadly Kaliky,SKM.,M.KL Selaku pembimbinng II yang telah memberikan dorongan, bimbingan dan saran dalam penyelesaian penyusunan Skripsi ini.
6. Ns. Fathmy F Solissa, S.Kep.,M.Kep selaku penguji I yang telah memberikan masukan dan saran kepada penulis dalam penyusunan Skripsi ini.
7. Ns. Yerri Soumokil, S.Kep.,M.Kes selaku penguji I yang telah memberikan masukan dan saran kepada penulis dalam penyusunan Skripsi ini.
8. Seluruh Staf dan dosen Pengajar di STIKes Maluku Husada terima kasih atas banyak ilmu yang diberikan pada penulis.

DAFTAR REFERENSI

- Azizah, M. (2011). Keperawatan lanjut usia. Graha Ilmu. Yogyakarta.
- Purwono, J., Sari, R., Ratnasari, A., & Budianto, A. (2020). Pola konsumsi garam dengan kejadian hipertensi pada lansia. Jurnal Ilmiah, 5.
- Rihiantoro, T., & Widodo, M. (2018). Hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi di Kabupaten Tulang Bawang. Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik, 13(2), 159. <https://doi.org/10.26630/jkep.v13i2.924>
- Sumihar, R. (2018). Hubungan pola hidup dengan hipertensi pada pasien hipertensi di lingkungan III Sei Putih Timur wilayah kerja Puskesmas Rantang. Jurnal Keperawatan Priority.