

JURNAL KESEHATAN

AIPTINAKES JATIM

Pengaruh terapi bermain mewarnai gambar terhadap efek hospitalisasi pada anak usia prasekolah di Ruang Bougenvile RSUD DR. Soeroto Ngawi (Sujatmiko)

Efektivitas pemberian jus mentimun (*cucumis sativus* L) terhadap penurunan tekanan Darah pada penderita hipertensi di Desa Tempel Wetan RT 04/RW 02 Kecamatan Loceret Kabupaten Nganjuk (Rahayu Budi Utami, Tantri Puspitaningtyas)

Pengaruh permainan menulis terhadap perkembangan motorik halus anak usia prasekolah 3 - 6 tahun di taman kanak – kanak Dharma Wanita Werungotok Nganjuk (Henny Purwandari, Robby Prakasa Yudha)

Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi di Desa Bagor Wetan Kecamatan Sukomoro Kabupaten Nganjuk (Puji Astutik, Eka Nuryannisa)

Efektifitas tirah baring terhadap penurunan intensitas nyeri dada pada pasien infark miokard akut (non stemi) di ruang Dahlia RSUD Nganjuk (Trisnanto, Ida Ayu Dwi Puspita Rini)

Hubungan kebiasaan minum kopi dengan status gizi lansia di Desa Gilang RW 04 Kecamatan Taman Sidoarjo (Setiadi)

Hubungan Dukungan Sosial Keluarga dan Kepatuhan Kontrol pada Pasien Skizofrenia di Poli Jiwa Rumkital DR. Ramelan Surabaya (Dya Sustrami)

Hubungan antara menopause dengan aktivitas seksual pada wanita di RT I, II, III RW V Kelurahan Bendul Merisi Kecamatan Wonocolo Surabaya (Dwi Supriyanti)

Hubungan Faktor Demografi Ibu Dengan Motivasi Melakukan Kunjungan Ke Posyandu Di Wilayah Kerja Posyandu Kenikir V Bebekan Tengah Sidoarjo (Wiwiek Liestyaningrum)

Hubungan Antara Frekuensi Merokok Dengan Status Hipertensi Pada Usia Pra Lansia Di Rawan Tanjekwagir Krembung Sidoarjo (Dwi Priyantini)



ISSN 2088-9798



9 772088 979004

Asosiasi Institusi Perguruan Tinggi Tenaga Kesehatan Jawa Timur

JURNAL KESEHATAN

VOL. 3

NO. 1

HLM. 1-79

SURABAYA MEI 2013

ISSN 2088-9798

JURNAL

ILMU KESEHATAN

Terbit minimal 2 kali dalam setahun bulan Mei dan September, berisi tulisan yang diangkat dari hasil penelitian dan kajian analisis kritis dibidang ilmu kesehatan

JUDUL JURNAL :

Jurnal Kesehatan
AIPTINAKES JATIM

ALAMAT REDAKSI:

Stikes Hang Tuah Surabaya,
Jl. Gadung No. 1 Surabaya

JUMLAH ARTIKEL

10 Artikel yang terdiri dari:
Artikel dan Penelitian.

KEPENGURUSAN:

Pelindung/Penasehat :
Ketua AIPTINAKES JATIM

JUMLAH HALAMAN :

80 halaman (masing-masing
artikel maximum 10 halaman)

Penanggung Jawab:

AIPTINAKES Korwil Surabaya

Ketua Dewan Redaksi:

Setiadi , MKep

Dewan Redaksi:

1. Dwi Priyantini, Skep.,Ns
2. Hidayatus Sa` diyah, Mkep

FREKUENSI TERBIT:

6 bulan sekali (kwartal)

MUIAI DITERBITKAN:

Mei 2013

No. Terbitan: Volume 4, Nomor 1,

Mei 2013

Telepon/fax: (031)8411721.

Email : setiadiadi15@yahoo.co.id

Web site :

<http://adysetiadi.wordpress.com>

DAFTAR ISI

cover dalam	i
daftar isi	ii
kata sambutan	iii
sekaur siri	iv
1. Pengaruh terapi bermain mewarnai gambar terhadap efek hospitalisasi pada anak usia prasekolah di ruang bougenvile rsud dr. soeroto ngawi (Sujatmiko)	1
2. Efektivitas pemberian jus mentimun (cucumis sativus l) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di desa tempel wetan rt 04/rw 02 kecamatan loceret kabupaten nganjuk (Rahayu Budi Utami, Tantri Puspitaningtyas)	11
3. Pengaruh permainan menulis terhadap perkembangan motorik halus anak usia prasekolah 3 - 6 tahun di taman kanak – kanak dharma wanita werungotok nganjuk (Henny purwandari, robby prakasa yudha)	19
4. Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi di desa bagor wetan kecamatansukomoro kabupaten nganjuk (puji astutik, eka nuryannisa)	27
5. Efektifitas tirah baring terhadap penurunan intensitas nyeri dada pada pasien infark miokard akut (non stemi) di ruang dahlia rsud nganjuk (Trisnanto, ida ayu dwi puspita rini)	36
6. Hubungan kebiasaan minum kopi dengan status gizi lansia di desa gilang rw 04 kecamatan taman sidoarjo (setiadi)	43
7. Hubungan dukungan sosial keluarga dan kepatuhan kontrol pada pasien skizofrenia di poli jiwa rumkital dr. ramelansurabaya (Dya Sustrami)	49
8. Hubungan antara menopause dengan aktivitas seksual pada wanita di RT I, II, III RW V kelurahan bendul merisi kecamatan wonocolo surabaya (dwi supriyanti)	55
9. Hubungan Faktor Demografi Ibu Dengan Motivasi Melakukan Kunjungan Ke Posyandu Di Wilayah Kerja Posyandu Kenikir V Bebekan Tengah Sidoarjo (Wiwiek Liestyaningrum)	65
10. Hubungan Antara Frekuensi Merokok Dengan Status Hipertensi Pada Usia Pra Lansia Di Rawan Tanjekwagir Krembung Sidoarjo (Dwi Priyantini)	73

KATA SAMBUTAN

Puji syukur ke hadirat Tuhan Allah SWT, karena berkat pimpinan dan ridhonya sehingga Jurnal Kesehatan Volume 4 Nomer 1 tahun 2013 ini telah diterbitkan.

Jurnal ini disusun untuk memfasilitasi karya inovatif dosen di seluruh Jawa Timur untuk dipublikasikan secara regional dalam wilayah Jawa Timur. Jurnal ini, berisikan informasi yang meliputi dunia Kesehatan yang dipaparkan sebagai hasil studi lapangan maupun studi literatur.

Jurnal ini diharapkan dapat digunakan dan memberikan banyak manfaat bagi para pembaca, untuk peningkatan wawasan di bidang Ilmu kesehatan

Kepada semua pihak yang telah memberikan kontribusi baik mengolah dan menyunting sehingga jurnal ini dapat disusun dan diterbitkan dengan baik, kami haturkan penghargaan dan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya. Kritik dan saran yang membangun sangat kami harapkan untuk kemajuan Jurnal ini di masa yang akan datang.

Surabaya, Mei 2013

KETUA AIPTINAKES JATIM,



Prof. Dr. Rika Subarniati Triyoga, dr. SKM

Sekapur Sirih dari Redaksi

Puji syukur patut kami panjatkan Allah SWT untuk segala kebaikan yang telah Ia perbuat bagi kami sehingga Jurnal Kesehatan Volume 4 Nomer 1 bulan Mei, Tahun 2013 ini dapat diterbitkan. Kami juga mengucapkan banyak terima kasih kepada sahabat-sahabat kami Dosen Kesehatan yang sudah dengan suka rela mengirimkan tulisan ilmiah berupa penelitian, maupun artikel untuk dapat disajikan dalam Jurnal ini.

Di tengah kesibukan redaksi dalam menjalankan tugas masih tersisih waktu untuk menyelesaikan sebuah "proyek" mewujudkan impian, Memang tidak mudah untuk memulai sesuatu, dimana budaya menulis belum begitu kental di kalangan akademisi. Perlahan namun tersendat adalah istilah yang patut kami cuplik sebagai ungkapan betapa susahny merealisasikan sebuah terbitan ilmiah.

Tentu, sesuatu hal yang baru dimulai adalah jauh dari sempurna. Apabila pembaca mendapati begitu banyak kekurangan, kesalahan dan ketidak tepatan baik mulai dari teknis penulisan, materi maupun penyuntingan, mohon dimaafkan dan mohon koreksi disampaikan kepada kami. Kami merentangkan tangan untuk menerima semua masukan demi kesempumaan terbitan Jurnal Kesehatan Nomer berikutnya.

Semoga terbitan Jurnal Kesehatan Volume 4 Nomer 1 ini merupakan langkah awal untuk sebuah kemajuan di Pendidikan Kesehatan. Semoga pada terbitan berikutnya kami dapat menyajikan tulisan ilmiah yang lebih baik lebih bermutu dan memenuhi harapan para pembaca. Di sisi lain, kami ingin menghimbau kepada sahabat-sahabat kami para dosen untuk memberanikan diri menulis karya ilmiah agar dapat diterbitkan pada Jural Kesehatan selanjutnya. Akhir kata, kami ingin menitipkan sebuah moto: "MARI MENULIS".

Surabaya, Mei 2013

Dewan Redaksi

**HUBUNGAN ANTARA FREKUENSI MEROKOK DENGAN
STATUS HIPERTENSI PADA USIA PRA LANSIA
DI RAWAN TANJEKWAGIR
KREMBUNG
SIDOARJO**

Dwi Priyantini

Staf Dosen

Stikes Hang Tuah Surabaya

Abstract

Smoking is life style that may result in the occurrence of various kinds of disease, because it there are the content of a toxin that is dangerous. One example of the womb a poison in a cigarette that is nicotine. Nicotine is a substance is addictive (dependence) and will raise a heartbeat and blood pressure. Hence the study is done to seek the relation of the frequency of smoking with the status of hypertension.

The design of this study using a design of cross sectional correlational research. Probability sampling are used for sampling method with simple random sampling type, with population 32 people and samples 30 people namely pre senium (49-59) has the habit of smoking ≥ 10 years old. The data research is done using kuisioner to the frequency of smoking and measurement of blood pressure using sphygmomanometer. Data on analysis using Spearman's rho test

The results obtained mostly (63,3 %) smoking in Rawan Tanjekwagir Krembung Sidoarjo the frequency of lightly smoked, the rest of the frequency of smoking is being (26,7 %) and frequency of smoking heavily (10 %). The status of hypertension mostly (76,7 %) pre hypertension and stage I of hypertension (13,3 %), the rest is stage II of hypertension and stage III of hypertension with the proportion of each (3,3 %). From the results of Spearman's rho test obtained value of $\rho = 0,001$, then this suggests there is a relationship the frequency of smoking with the status of hypertension pra senium.

Implication of this research is frequency smoking is one cause of the hypertension, so that smoking would be replaced with candy

Keywords: frequency of smoking, status of hypertension, pre senium age.

Pendahuluan

Penyakit hipertensi merupakan gangguan pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai jaringan tubuh yang membutuhkan. Hipertensi merupakan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolic ≥ 90 mmHg (Udjianti, 2011: 101). Tekanan sistolik adalah tekanan darah arteri yang dihasilkan selama kontraksi ventrikel, sedangkan tekanan diastolik adalah tekanan darah arteri yang dihasilkan sewaktu ventrikel relaksasi (Corwin, 2009:449). Hipertensi menjadi masalah global, karena

prevalensinya yang cukup tinggi dan terus meningkat. Hal ini dikarenakan oleh berbagai faktor, yaitu genetik, jenis kelamin dan usia, pola makan yang tidak sehat, berat badan berlebih serta gaya hidup yang kurang baik seperti merokok dan konsumsi alkohol. Merokok adalah sesuatu yang dilakukan seseorang berupa membakar dan menghisapnya serta dapat menimbulkan asap yang dapat terhisap oleh orang – orang disekitarnya (psychologymania, 2012). Banyak para lansia yang berusia antara 45-59 tahun di Rawan Tanjekwagir mengalami gangguan kesehatan seperti hipertensi, dan mempunyai kebiasaan merokok. Padahal

menurut Udjianti (2011: 107) merokok merupakan salah satu penyebab terjadinya hipertensi.

Berdasarkan data WHO tahun 2000 menunjukkan bahwa di seluruh dunia sekitar 976 orang atau kurang lebih 26,4% penduduk dunia mengidap hipertensi (A"yun, 2011:2), Prevalensi hipertensi di Indonesia menurut Survey Kesehatan Rumah Tangga (SKRT, 2004), pada orang yang berusia 60 tahun keatas menunjukkan bahwa 27% laki – laki dan 29% wanita menderita hipertensi. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun (2007) oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kemenkes RI menunjukkan prevalensi hipertensi nasional sebesar 31,7% (A"yun, 2011:2). Hasil penelitian yang dilakukan Oktora Anggraini tahun (2009) terhadap penderita hipertensi di RSUD Arifin Achmad Pekanbaru pada tahun 2005 menunjukkan bahwa jumlah penderita hipertensi meningkat pada kelompok umur 45-54 tahun, yaitu sebesar 24,07%. Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan Khairani tahun (2011) terhadap profil lipid pada penduduk lansia di DKI Jakarta, menunjukkan bahwa dari 307 lansia hampir separuh lansia pria sebesar 46% mempunyai kebiasaan merokok, persentase ini jauh lebih tinggi daripada wanita, yaitu sebesar 8,8%. Berdasarkan data yang diperoleh dari studi pendahuluan pada bulan april 2013 terdapat 32 orang laki – laki yang berusia antara 45 – 59 tahun di dusun Rawan desa Tanjek Wagir memiliki kebiasaan merokok dengan lama merokok lebih dari 10 tahun, rata – rata menghabiskan sekitar 5 batang atau lebih dalam sehari. Diantara jumlah tersebut 4 dari 7 mereka mengalami hipertensi, stadium I berjumlah 2 orang dan stadium II berjumlah 2 orang.

Hipertensi disebut sebagai "pembunuh diam-diam" karena orang dengan hipertensi sering tidak menampakan gejala. Rangsangan kopi

yang berlebihan dan merokok, akan mengurangi elastisitas pembuluh darah arteri. Dinding arteri akan semakin kaku, akibatnya tahanan pada arteri akan semakin besar dan meningkatkan tekanan darah. Sehingga mengakibatkan menurunnya kontraksi dan elastisitas pembuluh darah. Tingginya tekanan darah yang lama akan merusak pembuluh darah di seluruh tubuh, yang paling jelas pada mata, jantung dan otak. Sehingga pada saat perubahan posisi tidur ke duduk, duduk ke berdiri bisa mengakibatkan pusing mendadak, tekanan darah meninggi yang diakibatkan oleh meningkatnya resistensi dari pembuluh darah perifer (Kowalak, 2011; Smeltzer, 2001; Soeharto, 2004).

Tekanan darah tinggi merupakan penyakit yang tidak bisa disembuhkan, tetapi bisa dikontrol. Beberapa hal yang bisa dilakukan untuk pencegahan secara dini pada penderita hipertensi antara lain, penderita hipertensi harus bisa mengontrol hipertensinya secara teratur dengan cara mengukur tekanan darah. Menghentikan merokok secara total mungkin sulit dilakukan. Oleh karena itu, suksesnya seseorang untuk berhenti merokok tergantung pada niat dari dalam diri perokok itu sendiri. Dalam hal ini, peran serta petugas kesehatan sangat penting untuk dapat memberikan pendidikan kesehatan berupa penyuluhan di puskesmas maupun di masyarakat tentang bahaya merokok sebagai awal pencegahan penyakit hipertensi. Sehingga diharapkan penderita yang masih merokok, setidaknya mampu mengurangi jumlah batang rokok yang dihisap, kekuatan menghisap dan banyak hisapan, atau bisa mengontrol tekanan darah penderita hipertensi tersebut. Disamping itu, dukungan dari keluarga juga sangat dibutuhkan dalam pencapaian keberhasilan pencegahan tersebut. Sehingga sebaiknya keluarga memahami dan menerapkan gaya hidup yang sehat seperti

olahraga yang teratur, untuk meningkatkan *mood* yang lebih baik bagi anggota keluarganya yang menderita hipertensi. Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis mencoba menghubungkan antara frekuensi merokok dengan status hipertensi pada usia pra lansia di Rawan Tanjekwagir Krembung Sidoarjo

Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis hubungan antara frekuensi merokok dengan kejadian hipertensi pada usia pra lansia di Rawan Tanjekwagir Krembung Sidoarjo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi frekuensi merokok pada usia pra lansia di Rawan Tanjekwagir Krembung Sidoarjo.
- b. Mengidentifikasi status hipertensi pada usia pra lansia di Rawan Tanjekwagir, Krembung Sidoarjo.
- c. Menganalisis hubungan antara frekuensi merokok dengan status hipertensi pada usia pra lansia di Rawan Tanjekwagir Krembung Sidoarjo.

Tujuan Penelitian

1. Mengidentifikasi penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi yang tidak menggunakan sari mentimun di Posyandu Lansia Desa Prumpon Kecamatan Sukodono.
2. Mengidentifikasi penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi yang menggunakan sari mentimun di Posyandu Lansia Desa Prumpon Kecamatan Sukodono.
3. Menganalisa pengaruh pemberian sari mentimun terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Posyandu Lansia Desa Prumpon Kecamatan Sukodono.

Metodelogi Penelitian

Untuk mencari analisa hubungan antara frekuensi merokok dengan status hipertensi pada usia pra lansia maka digunakan desain penelitian korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Dimana *cross sectional* adalah jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran/observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada satu saat.

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh usia pra lansia di Rawan Tanjekwagir Krembung Sidoarjo sejumlah 32 orang. Sampel pada penelitian ini adalah sebagian usia pra lansia di Rawan Tanjekwagir Krembung Sidoarjo yang telah memenuhi kriteria sampel yaitu berjumlah 32 orang. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *probability sampling* dengan teknik *simple random sampling*. Pada teknik ini anggota populasi dianggap homogen, kemudian cara pengambilan sampel dilakukan secara acak.

Pada penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel independen dan variabel dependen. Dalam penelitian ini variabel independennya adalah frekuensi merokok pada usia pra lansia di Rawan Tanjekwagir Krembung Sidoarjo. Dan variabel dependennya adalah status hipertensi pada usia pra lansia di Rawan Tanjekwagir Krembung Sidoarjo.

Hasil Penelitian

1. Karakteristik responden berdasarkan frekuensi merokok

Frekuensi Merokok	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Ringan	19	63.3%
Sedang	8	26.7%
Berat	3	10.0%
Total	30	100.0%

2. Karakteristik responden berdasarkan status hipertensi

Status Hipertensi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Normal	1	3.3%
Pre hipertensi	23	76.7%
Hipertensi stadium I	4	13.3%
Hipertensi stadium II	1	3.3%
Hipertensi stadium III	1	3.3%
Total	30	100.0%

3. Hubungan frekuensi merokok dengan status hipertensi

Frekuensi Merokok	Status Hipertensi						Total	
	Pre Norm		Hipertensi m I		Hipertensi m II			
	f	%	f	%	f	%		
Ringan	3,3 1	56, 17	3,3 1	0% 0	0% 0	0% 0	1 8	63,3 %
Sedang	0 0	20 6	3,3 1	3,3 1	3,3 1	0% 0	8 8	26,7 %
Berat	0 0	0% 0	6,7 2	0% 0	1 1	3,3% 3,3%	3 3	10% 10%
Total	1 1	3,3 23	75 4	23, 3%	3,3 1	3,3% 3,3%	3 3	100% 100%

Nilai uji statistik *Spearman's rho* $\rho = 0,001$ ($\alpha \leq 0,05$) $r = 0.580$

Pembahasan

1. Frekuensi Merokok pada Usia Pra Lansia

Secara umum hasil penelitian tentang frekuensi merokok pada usia pra lansia di Rawan Tanjekwagir Krembung Sidoarjo lebih dari separuhnya (16 responden = 53,3%) masih tergolong frekuensi merokok ringan, sisanya perokok sedang (8 responden = 26,7%) dan perokok berat (3 responden = 10%). Parameter frekuensi merokok diklasifikasikan menjadi tiga, perokok ringan bila rokok yang dihisap ≤ 10 batang/ hari, perokok sedang bila rokok yang dihisap 11-20 batang/ hari dan perokok berat bila rokok yang dihisap > 20 batang/ hari (Cahyono, 2008: 109).

Dari data di atas dapat dijelaskan bahwa responden yang merokok dengan frekuensi ringan berjumlah 16 responden dengan persentase (53,3%). Lebih dari separuh responden berpendidikan SMP, SMA dan perguruan tinggi. Hal ini kemungkinan terjadi karena tingkat pengetahuan dapat mempengaruhi perilaku. Sebagaimana opini yang disampaikan oleh Nursalam (2001) yang dikutip oleh Puspitasari (2011: 69), tingkat pendidikan dapat mempengaruhi perilaku seseorang, makin tinggi tingkat pendidikan seseorang, makin mudah menerima informasi sehingga makin banyak pula pengetahuan yang dimiliki. Sebaliknya pendidikan yang kurang akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap nilai yang diperkenalkan. Sehingga responden yang memiliki tingkat pendidikan tinggi akan cenderung mengurangi kebiasaan merokok.

Faktor pekerjaan juga sangat berpengaruh terhadap penghasilan keluarga. Pekerjaan wiraswasta memungkinkan responden untuk mendapatkan penghasilan keluarga sekitar 1.000.000 – 2.500.000, hal ini menjadi faktor penting dalam pemilihan jenis rokok, sebagian besar responden memilih jenis rokok biasa (rokok filter). Rokok filter merupakan jenis rokok yang terdapat gabus di pangkal rokok, yang berfungsi untuk menyaring nikotin (Chatimah, 2011: 10). Sehingga zat adiktif dalam nikotin memiliki kecenderungan tingkat ketergantungan lebih kecil dari pada konsumsi rokok jenis kretek (Cahyono, 2008: 1109).

Frekuensi merokok sedang ditemukan sejumlah 8 responden dengan persentase (26,7%). Terdapat beberapa responden yang berpendidikan SMA dengan pekerjaan PNS dan TNI/ POLRI. Sehingga penghasilan keluarga cukup tinggi, yakni sekitar lebih dari 2.500.000/ bulan. Sehingga terjadi kecenderungan untuk

konsumsi rokok dengan jumlah yang lebih besar.

Responden yang melakukan kebiasaan merokok dengan frekuensi merokok berat, terdapat 3 responden dengan persentase 10%. Tingkat pendidikan responden SD. Dari hasil wawancara, mereka mengaku tidak mengetahui dampak dari merokok. Jenis rokok yang dihisap, yakni jenis rokok kretek (rokok non filter). Pekerjaan responden terdiri dari petani, tukang becak dan kuli bangunan. Sebagian besar responden memilih mengisi waktu luang dengan merokok.

Responden mengatakan sering mengalami masalah yang tidak diinginkan dalam kehidupannya. Berbagai masalah yang sering muncul, dapat membawa dampak terhadap *mood*. Konsumsi rokok dapat menjadi metode pengalihan untuk dapat mengurangi tingkat stress. Karena dengan merokok dapat mendatangkan perasaan nikmat, rasa nyaman, fit, dan meningkatkan produktivitas (Partodiharjo, 2010:57). Selain itu dukungan sosial keluarga juga membawa peran penting. Responden yang merokok berat berstatus perkawinan duda. Sehingga banyaknya rokok yang dihisap tergolong frekuensi merokok berat. Hal tersebut sejalan dengan pernyataan Diwanto (2009: 112-115) yang mengungkapkan bahwa untuk dapat berhenti merokok, perokok membutuhkan pendamping atau teman untuk bisa memahami masalah yang dihadapi, mencari solusi atas masalah itu sehingga mau dan bisa berhenti merokok.

2. Status Hipertensi pada Usia Pra Lansia

Hasil penelitian ini dapat dijelaskan bahwa di Rawan Tanjekwagir Krembung Sidoarjo, sebagian besar (76,7%) status hipertensinya pre hipertensi, sisanya 4 responden (13,3%) berstatus hipertensi stadium I, 1 responden berstatus hipertensi

stadium II, 1 responden lagi berstatus hipertensi stadium III dan yang memiliki tekanan darah normal hanya 1 responden saja, dengan proporsi (3,3%). Banyak faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi pada pra lansia yaitu, usia, genetika (keturunan), konsumsi makanan berlebih dan obesitas, stres lingkungan, jenis kelamin (gender), gaya hidup kurang sehat, obat – obatan dan asupan garam (Sutanto, 2010: 12).

Responden yang memiliki tekanan darah normal terdapat 1 responden dengan persentase (3,3%). Responden yang berusia 57 tahun ini tidak memiliki riwayat keluarga menderita hipertensi. Dari data jawaban kuisioner yang telah diisi responden, didapatkan hasil responden makan 2 kali sehari, dan berhenti makan sebelum kenyang. Pembatasan konsumsi makanan dapat berpengaruh pada berat badan, sehingga dapat mempengaruhi daya pompa jantung dan sirkulasi volume darah. Pada penderita obesitas akan cenderung memiliki daya pompa jantung lebih tinggi yang berakibat terjadinya hipertensi (Sutanto, 2010: 14). Responden jarang mendapatkan masalah dalam kehidupannya dan lebih sering mengisi waktu luangnya dengan berolahraga. Responden tidak mengkonsumsi obat – obatan dalam jangka panjang. Pembatasan konsumsi garam dilakukan oleh responden, yakni sekitar 1 sendok teh per hari. Hal ini sangat dianjurkan, karena konsumsi garam yang baik yaitu maksimal 2 gram garam dapur atau setara dengan 1 sendok teh penuh untuk diet setiap hari (A'yun, 2011: 24).

Sehingga tekanan darah dapat dipertahankan dalam batas normal.

Responden yang berstatus pre hipertensi sebanyak 23 responden dengan persentase (76,7%). Lebih dari separunya responden berusia antara 56-59 tahun. Prevalensi yang tinggi ini didukung dengan data beberapa responden memiliki riwayat

keluarga menderita hipertensi. Sebagian besar melakukan kebiasaan makan 4 kali dalam sehari dan mengisi waktu luangnya dengan ngemil. Sehingga terdapat kecenderungan untuk terjadinya obesitas, yang berakibat terjadinya peningkatan daya pompa jantung dan sirkulasi volume darah (Sutanto, 2010: 14). Selain itu beberapa responden tidak mengetahui takaran normal penggunaan garam per hari, sehingga tidak melakukan pembatasan konsumsi garam. Dalam kehidupannya responden lebih sering mengalami berbagai masalah yang tidak diinginkan. Merokok menjadi kebiasaan yang sering dilakukan oleh responden, padahal menurut Udjianti (2011: 107) merokok merupakan salah satu penyebab terjadinya hipertensi. Sebagian besar responden mengkonsumsi obat diabetes mellitus/ insulin dalam jangka panjang. Dalam kadar tinggi, insulin dapat mengakibatkan tekanan darah meningkat. Penggunaan obat tersebut dalam jangka waktu yang panjang mengakibatkan tekanan darah naik secara permanen yang merupakan ciri khas penderita hipertensi (Sutanto, 2010: 17).

Responden yang berstatus hipertensi stadium I ditemukan 4 responden dengan persentase (13,3%) yang berusia 51-59 tahun. Hipertensi umumnya berkembang di usia antara 35 – 55 tahun. Semakin tua usia seseorang, maka pengaturan metabolisme zat kapurnya (kalsium) terganggu. Hal ini menyebabkan banyaknya zat kapur yang beredar bersama aliran darah. akibatnya, darah menjadi lebih padat dan tekanan darah pun meningkat (Dewi, 2010: 45). Responden tidak memiliki riwayat keluarga menderita hipertensi juga tidak mengkonsumsi obat – obatan dalam jangka panjang, tetapi sebagian besar mereka lebih memilih mengisi waktu luang dengan merokok. Sehingga terjadi kecenderungan untuk menderita hipertensi.

Responden yang berstatus hipertensi stadium II terdapat 1 responden dengan persentase (3,3%) yang berusia 51 – 55 tahun. Responden tidak memiliki riwayat keluarga menderita hipertensi. Biasanya rersponden makan 3 kali dalam sehari dan lebih suka untuk ngemil. Tidak ada obat – obatan jangka panjang yang dikonsumsi oleh responden. Responden mengatakan bahwa dirinya jarang menghadapi masalah dalam kehidupannya dan menganggap bahwa datangnya masalah adalah hal yang wajar. Responden sudah mngetahui kalau dirinya menderita hipertensi, sehingga responden melakukan pembatasan konsumsi garam yang ketat, yakni tidak lebih dari 1 sendok teh dalam sehari.

Responden dengan status hipertensi stadium III ditemukan 1 responden dengan prevalensi (3,3%) yang berusia 56-59 tahun. Dilihat dari riwayat keluarga, tidak ada yang menderita hipertensi. Responden biasanya makan teratur 3 kali dalam sehari. Pembatasan konsumsi garam sudah dilakukan oleh responden setelah didiagnosis hipertensi, yang dulunya mengkonsumsi lebih dari 2 sendok teh per hari, sekarang menjadi 1 sendok teh sampai 1 ½ sendok tek per hari. Responden merupakan perokok berat, karena dalam kesehariannya responden mengisi waktu luangnya dengan merokok. Selain itu responden juga merasa sering stress karena sedang menghadapi masalah keluarga yang tidak kunjung selesai. Stress dapat memberikan dampak pada kesehatan seseorang, karena dalam keadaan stress maka terjadi respons sel – sel saraf yang mengakibatkan kelainan pengeluaran atau pengangkutan natrium. Hubungan antara stress dengan hipertensi diduga melalui aktivitas saraf simpatis (saraf yang bekerja ketika anda beraktivitas) yang dapat meningkatkan tekanan darah secara bertahap. Stress yang berkepanjangan dapat

mengakibatkan tekanan darah menjadi tinggi (Sutanto, 2010: 15).

3. Hubungan Frekuensi Merokok dengan Status Hipertensi pada Usia Pra Lansia

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 17 responden (56,7%) berstatus pre hipertensi dengan frekuensi merokok ringan. Sebanyak 6 responden (20%) berstatus pre hipertensi dengan frekuensi merokok sedang. Responden yang merokok berat memiliki status hipertensi stadium III, dengan proporsi (3,3%). Untuk responden yang berstatus hipertensi stadium II dengan frekuensi merokok sedang sebanyak 1 responden (3,3%). Responden yang berstatus hipertensi stadium I dengan frekuensi merokok ringan persentasenya sebesar (3,3%) yaitu terdapat 1 responden. Sedangkan responden yang memiliki tekanan darah normal dengan frekuensi merokok ringan hanya terdapat 1 responden saja dengan proporsi (3,3%). Keterkaitan antara hubungan frekuensi merokok dengan status hipertensi pada usia pra lansia, seperti yang tampak pada tabel 5.15 sesuai hasil uji statistik *Spearman's rho* didapatkan nilai $\rho = 0,001 < \alpha = 0,05$, artinya secara statistik terdapat hubungan frekuensi merokok dengan status hipertensi pada usia pra lansia di Rawan Tanjekkragir Krembung Sidoarjo.

Merokok merupakan kebiasaan yang dapat mengganggu kesehatan. Kebiasaan ini sering dilakukan oleh laki – laki usia pra lansia. Seseorang yang memiliki kebiasaan merokok, akan memiliki resiko menderita penyakit, baik itu tergantung pada lama dan jumlah rokok yang dihisap. Dampak rokok akan terasa setelah 10-20 tahun pasca konsumsi (Mustofa, RA., 2005 dikutip dari Nurcahyani, 2011: 157). Semakin lama dan semakin banyak yang dikonsumsi semakin tinggi resikonya. Selain itu pada usia pra lansia terjadi proses menua, salah satu

akibatnya yakni terjadinya penurunan kemampuan fungsional sel. Contohnya pada usia pra lansia akan mudah terserang penyakit, hal ini disebabkan oleh pengerusakan organel sel yang terus menerus secara alami (Azizah, 2011: 8).

Data dalam penelitian ini membuktikan bahwa responden yang memiliki kebiasaan merokok dengan frekuensi berat (mengonsumsi rokok lebih dari 21 batang per hari) dapat mengakibatkan terjadinya hipertensi stadium III sebesar (3,3%), dibandingkan dengan responden yang memiliki kebiasaan merokok ringan (mengonsumsi rokok ≥ 10 batang per hari). Hal ini diakibatkan oleh kandungan nikotin didalam rokok yang bersifat adiktif (ketergantungan) dan dapat meningkatkan denyut jantung dan tekanan darah, serta mengaktifasi trombosit dan meningkatkan asam lemak yang mencetuskan terjadinya aterosklerosis. Penyempitan arteri dapat menimbulkan serangan jantung dan hipertensi. Penyakit hipertensi dapat mengakibatkan terjadinya berbagai komplikasi. Oleh karena itu pentingnya melakukan pencegahan dengan cara mulai mengurangi konsumsi rokok dan bertekad kuat untuk tidak akan merokok lagi (Diwanto, 2009:112-115).

Simpulan

1. Frekuensi merokok pada usia pra lansia didusun Rawan Tanjekkragir Krembung Sidoarjo lebih dari separuhnya tergolong frekuensi merokok ringan.
2. Status hipertensi pada usia pra lansia di dusun Rawan Tanjekkragir Krembung Sidoarjo sebagian besar adalah pre hipertensi.
3. Ada hubungan antara frekuensi merokok dengan status hipertensi pada usia pra lansia dengan nilai $\rho = 0,001$

DAFTAR PUSTAKA

- Artikel. (2012). *Pengertian Perilaku Merokok*. (<http://www.psychologymania.com/2012/06/pengertian-perilaku-merokok.html>) di unduh pada tanggal 4 maret 16.32).
- Azizah, Lilik Ma"rifatul. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- A"yun, Qurotul. (2011). *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Usia Pra Lansia di RT 1 RW 4 Pangkah Kulon Ujung Pangkah Gresik*. Program Studi S-1 Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya: Skripsi Tidak Dipublikasikan.
- Bustan, M.N.(2000). *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Jakarta: Rineka Cipta
- Cahyono, J.B. Suharjo B (Editor). (2008). *Gaya Hidup & Penyakit Modern*. Yogyakarta. Kanisius.
- Chatimah, Husnul. (2011). *Hubungan Kebiasaan Merokok Dengan Waktu Pemulihan Kesadaran Pada Pasien Fraktur Yang Menggunakan Anestesi General di Ruang ICU Anestesi RSAL Dr. Ramelan Surabaya*. Program Studi S-1 Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya: Skripsi Tidak Dipublikasikan.
- Dewi, Sofia & Digi Familia. (2010). *Hidup Bahagia Dengan Hipertensi*. Jogjakarta: A+Books.
- Diwanto, Masde Al. (2009). *Tips Mencegah Stroke, Hipertensi & Serangan Jantung*. Yogyakarta: Paradigma.
- Fatmah. (2010). *Gizi Usia Lanjut*. Jakarta: Erlangga
- Khairani, Rita & Mieke Sumiera. (2011). *Profil Lipid Pada Penduduk Lanjut Usia Di Jakarta*. (http://www.univmed.org/wp-content/uploads/2011/02/Rita_Mieke.pdf) diunduh pada tanggal 9 April 2013 pukul 16.41).
- Kowalak, Welsh & Mayer (Editor). (2011). *Buku Ajar Patofisiologi*. Jakarta: EGC.
- Kumar, Cotra, & Robbins. (2007). *Buku Ajar Patologi Robbins Edisi 7 Volume 2*. Jakarta: EGC.
- Nurchayani, Fajar Haninda, Nurfitri Bustamam, Rachmania Diandini. (2011). *Hubungan Antara Kebiasaan Merokok Dan Kejadian Hipertensi Di Layanan Kesehatan Cuma – Cuma Ciputat*. (<http://www.library.upnvj.ac.id/pdf/artikel/Majalah%20Ilmiah%20UPN/Bina%20Widya/Vol.22-No.4-Juni2011/185-190.pdf>) di unduh pada tanggal 18 April 2013)
- Nursalam. (2008). *Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan, Edisi Dua*. Jakarta : Salemba Medika.
- Partodiharjo, Subagyo. (2010). *Kenali Narkoba dan Musuhi Penyalahgunaannya*. Jakarta: PT. Gelora Aksara Pratama
- Puspitasari, Intan. (2011). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Menstruasi Terhadap Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas V SD DI SDSN KETEGAN I*.
- Setiadi. (2007). *Konsep Dan Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Smeltzer, S.C dan Brenda G. B. (2001). *Buku Ajar Keperawatan Medical Bedah Brunner & Suddart Edisi 8 Volume 2*. Jakarta : Penerbit buku kedokteran EGC
- Soeharto, Iman. (2004). *Serangan Jantung dan Stroke Hubungannya dengan Lemak & Kolesterol Edisi Kedua*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Sutanto, (2010). *CEKAL (Cegah & Tangkal) Penyakit Modern*. Yogyakarta: ANDI.
- Tim Prodi S1 Keperawatan. (2012) . *Buku Pedoman Skripsi*. Surabaya: STD Group.
- Udjianti, Wajan Juni. (2010). *Keperawatan Kardiovaskular*. Jakarta: Salemba Medika
- Wylie, Linda.(2010). *Esensial Anatomi & Fisiologi dalam Asuhan Maternitas*. Jakarta: EGC.