

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil**

##### **1. Gambaran umum lokasi penelitian**

###### **a) Lokasi Puskesmas**

Puskesmas Kambowa merupakan puskesmas Rawat Inap. Puskesmas Kambowa terletak di Kelurahan Kambowa yang berada dalam wilayah administrasi kecamatan Kambowa Kabupaten Buton Utara, dengan wilayah kerja terdiri dari 7 desa dan 1 kelurahan. Sebagian besar wilayah kerja berupa daratan dengan pebukitan sehingga sangat ideal untuk pemukiman. Dibagian timur berbatasan dengan laut banda.berupa hamparan laut.

###### **b) Batas wilayah**

Adapun batas-batas wilayah kerja Puskesmas Kambowa sebagai berikut :

1. Sebelah Utara berbatasan dengan Desa Bubu Barat
2. Sebelah Timur berbatasan dengan Laut Banda
3. Sebelah Selatan berbatasan dengan Kabupaten Buton
4. Sebelatan Barat berbatasan dengan Kabupaten Muna.

## 2. Gambaran umum sampel

### a. Jenis kelamin

Sampel berdasarkan jenis kelamin dari 65 responden, menunjukkan Perempuan sebanyak 54 ( 83%) dan laki-laki sebanyak 11 (17%), bisa dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 2**  
Distribusi Sampel Menurut jenis kelamin penderita hipertensi  
di Puskesmas Kambowa Buton Utara

Jenis kelamin	Sampel	
	n	%
Perempuan	54	83
Laki – laki	11	17
<b>Jumlah</b>	<b>65</b>	<b>100</b>

*Sumber : data primer, 2023*

Tabel di atas menunjukkan bahwa dari 65 sampel penderita hipertensi sebagian besar 83 % berjenis kelamin perempuan.

### b. Umur

Sampel berdasarkan umur dari 65 responden, menunjukkan umur >35-55 sebanyak 22 ( 34 %), umur 56-64 sebanyak 12 ( 18%) dan umur >65 sebanyak 31 (48 %), bisa dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 3.

Distribusi Sampel Menurut Umur penderita hipertensi  
di Puskesmas Kambowa Buton Utara

Umur	Sampel	
	n	%
>35 – 55	22	34
56 – 64	12	18
> 65	31	48
<b>Jumlah</b>	<b>65</b>	<b>100</b>

*Sumber : data primer, 2023*

Tabel di atas menunjukkan bahwa dari 65 sampel penderita > hipertensi sebagian besar 48 % berumur >65 tahun.

c. Pekerjaan

Sampel berdasarkan pekerjaan dari 65 responden, menunjukkan PNS sebanyak 1 ( 2 %), petani sebanyak 57 ( 87%), IRT sebanyak 6 (9%) dan pensiunan sebanyak 1 ( 2 %), bisa dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4.

Distribusi sampel menurut pekerjaan penderita hipertensi di Puskesmas Kambowa Buton Utara

Pekerjaan	Sampel	
	n	%
PNS	1	2
Petani	57	87
IRT	6	9
Pensiunan	1	2
<b>Jumlah</b>	<b>65</b>	<b>100</b>

Sumber : data primer,2023

Tabel di atas menunjukkan bahwa dari 65 sampel penderita hipertensi sebagian besar 87% bekerja sebagai petani

d. Pendidikan

Sampel berdasarkan pendidikan dari 65 responden, menunjukkan SD sebanyak 9 ( 14 %), SMP sebanyak 31 ( 48%), SMA sebanyak 23 (35%) dan sarjana/diploma sebanyak 2 ( 3 %), bisa dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 5.

Distribusi sampel menurut pendidikan penderita hipertensi di Puskesmas Kambowa Buton Utara

Pendidikan	Sampel	
	n	%
SD	9	14
SMP	31	48
SMA	23	35
Sarjana/Diploma	2	3
<b>Jumlah</b>	<b>65</b>	<b>100</b>

Sumber : data primer, 2023

Tabel di atas menunjukkan bahwa dari 65 sampel penderita Hipertensi sebagian besar 48% memiliki pendidikan SMP

**e. Pola makan**

Sampel berdasarkan pola makan dari 65 responden, menunjukkan tidak baik sebanyak 28 ( 43 %), dan baik sebanyak 37 ( 57%) bisa dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 6  
Distribusi sampel menurut pola makan penderita hipertensi di Puskesmas Kambowa Buton Utara

Pola makan	Sampel	
	n	%
Tidak baik	28	43
Baik	37	57
<b>Jumlah</b>	<b>65</b>	<b>100</b>

Sumber : data primer, 2023

Tabel di atas menunjukkan bahwa dari 65 sampel penderita Hipertensi sebagian besar 57% memiliki pola makan yang baik.

**f. Tingkat stres**

Sampel berdasarkan tingkat stres dari 65 responden, menunjukkan ringan sebanyak 25 ( 38 %), sedang sebanyak 29 ( 45%) dan berat sebanyak 11 (17 %), bisa dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 7  
Distribusi sampel menurut tingkat stres penderita hipertensi di Puskesmas Kambowa Buton Utara

Kepatuhan	Sampel	
	n	%
Ringan	25	38
Sedang	29	45
Berat	11	17
<b>Jumlah</b>	<b>65</b>	<b>100</b>

Sumber : data primer, 2023

Tabel di atas menunjukkan bahwa dari 65 sampel penderita Hipertensi sebagian besar 45 % memiliki tingkat stres yang sedang.

## **B. Pembahasan**

### a) Pola makan

Pola makan merupakan faktor risiko yang dapat dimodifikasi untuk mencegah perkembangan penyakit tidak menular seperti hipertensi. Pola makan dapat dilihat dari makanan yang sering dikonsumsi hal tersebut akan memberikan pengaruh yang signifikan pada proses fisiologi dalam tubuh karena makanan menjadi penopang utama dalam hal penyediaan sumber tenaga, pengatur dan pembangun jaringan tubuh. Penelitian ini menggunakan FFQ didapatkan hasil bahwa dari 65 responden, yang memiliki pola makan yang baik berjumlah 37 orang (56.9%) lebih banyak daripada pola makan yang tidak baik berjumlah 28 orang (43.1%).

Menurut Budi (2010) pola makan berhubungan dengan sebab akibat dengan kejadian hipertensi semakin buruk pola makan akan beresiko terjadinya hipertensi, namun sebaliknya semakin baik pola makan dengan membatasi makanan yang asin dapat mencegah dan mengontrol tekanan darah sehingga mengurangi resiko terjadinya hipertensi.

Pola makan yang tidak sehat yaitu kebiasaan mengonsumsi makanan dengan tidak memperhatikan jenis dan bahannya, pada dapat memicu pada penyempitan pembuluh darah sehingga menyebabkan otot jantung harus lebih keras memompa darah sehingga yang berujung pada tingginya tekanan darah (Pudiastuti, 2011).

Pola makan yang menjadi penyumbang utama terjadinya penyakit hipertensi seperti konsumsi makanan mengandung banyak lemak jenuh, tinggi natrium, serta

kurang sayur dan buah. Hal tersebut sesuai dengan teori bahwa asupan natrium dan lemak yang tinggi dapat menaikkan tekanan darah, sedangkan asupan kalium yang tinggi dapat menurunkan tekanan darah.

b) Tingkat stres

Stres adalah respons *fisiologis* dan *psikologis* dari tubuh terhadap rangsangan emosional yang dipengaruhi baik oleh lingkungan maupun penampilan dalam kehidupan seseorang (Hartanti, 2016). Stres dapat memicu timbulnya hipertensi melalui aktivitas sistem saraf simpatis yang mengakibatkan naiknya tekanan darah secara intermiten (tidak menentu) (Andria, 2013). Pada saat seseorang mengalami stres, hormon adrenalin akan meningkatkan tekanan darah melalui kontraksi arteri (vasokonstriksi) dan peningkatan denyut jantung. Apabila stres berlanjut, tekanan darah akan tetap tinggi sehingga orang tersebut akan mengalami hipertensi (South, 2014). Berdasarkan data penelitian didapatkan hasil bahwa dari 65 responden, menunjukkan sebagian besar mengalami stres sedang yaitu 39 responden (45%), 25 responden (38.4%) mengalami stres ringan, dan 11 responden (17%) mengalami stres berat.

Hasil penelitian sejalan dengan yang dilakukan oleh Khotimah (2013) didapatkan hasil sebagian besar responden mengalami stres sedang sebanyak 16 dari 29 responden, sebanyak 6 dari 29 responden mengalami stres ringan dan sebagian kecil mengalami stres berat yaitu sebanyak 6 dari 29 responden. Selain itu penelitian ini juga sejalan dengan yang dilakukan Annaas, dkk (2017) tentang gambaran tingkat pengetahuan tentang hipertensi dan tingkat stres pada klien hipertensi di klinik Islamic Center Samarinda menunjukkan berdasarkan tingkat stres mayoritas memiliki tingkat

stres sedang sebanyak 58 orang (74%), tingkat stres ringan dengan jumlah responden 14 orang (18%) dan tingkat stres berat sebanyak 6 orang (8%).