

Intisari

Latar Belakang: Hipertensi merupakan keadaan naiknya tekanan darah yang dapat menyebabkan penyakit kardiovaskuler. Faktor risiko penyebab hipertensi yang dapat diubah terdiri dari aktivitas fisik, perilaku merokok, perilaku minum-minuman beralkohol, dan stres. Konsumsi daging di NTT tinggi, NTT juga merupakan provinsi dengan perilaku merokok pada kelompok usia 20-24 tahun tertinggi. Sementara itu, untuk konsumsi alkohol di NTT berada pada urutan kedua dengan jumlah 15,6%. Prevalensi hipertensi di Kota Kupang tinggi jika dibandingkan dengan kabupaten lain di Provinsi NTT. Hipertensi di Kota Kupang pada tahun 2017 menempati urutan keempat dalam 10 penyakit yang umum ditemukan. Di Puskesmas Sikumana Kota Kupang, penyakit hipertensi menempati urutan keenam terbanyak.

Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui pemetaan riwayat perilaku pola konsumsi daging, perilaku merokok, dan konsumsi minuman beralkohol pada pasien hipertensi di Puskesmas Sikumana, Kota Kupang.

Metode: Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan desain penelitian *cross-sectional* dan teknik pengambilan sampel menggunakan *convenience sampling* dari pasien di puskesmas. Jumlah responden sebanyak 85 responden. Analisis data dilakukan secara deskriptif.

Hasil: Tidak ditemukan perilaku tidak makan daging pada responden, sebesar 55,28% responden mengonsumsi daging dalam seminggu, yang 53,65% diantaranya mengonsumsi >350gram per minggu, sedangkan 46,35% mengonsumsi 0-350gram daging per minggu. Ditemukan sebesar 70,58% pasien dengan riwayat perilaku merokok, dengan 88,3% mulai merokok pada usia dini, yakni pada rentang usia 12-25 tahun, dengan 5% data menunjukkan usia yang lebih muda yakni ≤ 11 tahun. Perilaku minum minuman beralkohol pasien juga cukup tinggi, yakni 68,23% dari responden. Sebesar 48,38% peminum yang memiliki riwayat berhenti minum, juga kembali mengonsumsi alkohol.

Kesimpulan: Riwayat ketiga faktor risiko hipertensi ini ditemukan cukup tinggi pada pasien hipertensi di Puskesmas Sikumana. Sebesar 60% responden memiliki kombinasi ketiga riwayat faktor risiko. Responden dengan kombinasi 2 riwayat faktor risiko baik itu makan daging dan merokok maupun makan daging dan minum minuman beralkohol tidak berbeda secara signifikan, yakni pada 31,8% dan 29,4%. Sebaran ini sesuai dengan fakta bahwa ketiga perilaku tersebut menjadi faktor risiko hipertensi. Strategi promosi kesehatan terhadap ketiga faktor risiko ini dapat dilakukan dengan menyasar langsung kelompok usia maupun kelompok masyarakat yang paling signifikan riwayat perilakunya

Kata kunci : konsumsi daging, perilaku merokok, minuman beralkohol, hipertensi

ABSTRACT

Background: Hypertension is a state of increased blood pressure that can cause cardiovascular disease. The modifiable risk factors for hypertension consist of physical activity, smoking, and alcohol drinking behavior and stress. Meat consumption is high in NTT Province. NTT is also the province with the highest smoking behavior at the age of 20-24 years. Meanwhile, the percentage of alcohol consumption is in second place, with 15.6%. In Kupang City(2017), hypertension ranked fourth in ten common diseases found in the community. At the Sikumana Public Health Center, Kupang City, hypertension is the sixth most common diseases.

Research objective: To determine the history of behavior patterns of meat consumption, smoking behavior, and consumption of alcoholic beverages in hypertensive patients at the Sikumana Public Health Center, Kupang City.

Methods: This study is a descriptive study with a cross-sectional research design and the sampling technique used was convenience sampling from patients at the Sikumana Public Health Center. The number of respondents as many as 85 respondents. Data analysis was done descriptively.

Results: As much as 55.28% of respondents consumed meat weekly, whereas as much as 53.65% consumed >350grams per week, while 46.35% consumed 0-350grams of meat per week. The behavior of not eating meat was not found in respondents. It was found that as much as 70.58% of patients were had a history of smoking behavior, as much 88.3% started smoking at an early age, namely in the age range of 12-25 years, with 5% of the data showing a younger starting age of ≤ 11 years. Drinking history was found in 68.23% of the respondents. Out of those, as much 48.38% of drinkers with a history of quitting drinking, also returned to consuming alcohol.

Conclusion: Most respondents (60%) had a combination of all three histories of risk factors. Respondents with a combination of two histories of risk factors, both eating meat and smoking and eating meat and drinking alcoholic beverages did not differ significantly, namely at 31.8% and 29.4%. The result is consistent with these three behaviors as hypertension risk factors, as found in hypertension patients at the Sikumana Public Health Center

Keywords: meat consumption, smoking behavior, alcoholic beverages, hypertension