



**SKRIPSI**

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DAN *HELP SEEKING*  
*BEHAVIOUR* DENGAN DERAJAT HIPERTENSI  
PADA MASYARAKAT DI BUNTU BURAKE  
TANA TORAJA**

**OLEH:**

**NOVAYUNDA PRATIKA LATANNA (C1914201040)**

**OFRIANTI OKTAVIA EMBA (C1914201041)**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN DAN NERS  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN STELLA MARIS  
MAKASSAR  
2023**



## **SKRIPSI**

# **HUBUNGAN GAYA HIDUP DAN *HELP SEEKING* *BEHAVIOUR* DENGAN DERAJAT HIPERTENSI PADA MASYARAKAT DI BUNTU BURAKE TANA TORAJA**

**Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan  
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar**

**OLEH:**

**NOVAYUNDA PRATIKA LATANNA (C1914201040)**

**OFRIANTI OKTAVIA EMBA (C1914201041)**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN DAN NERS  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN STELLA MARIS  
MAKASSAR  
2023**

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini nama:

1. Novayunda Pratika Latanna (C1914201040)
2. Ofrianti Oktavia Emba (C1914201041)

Menyatakan dengan sungguh bahwa skripsi ini hasil karya sendiri dan bukan duplikasi ataupun plagiasi (jiplakan) dan hasil penelitian orang lain.

Dengan demikian pernyataan ini kami buat dengan sebenar benarnya.

Makassar, 10 April 2023

yang menyatakan,



Novayunda Pratika Latanna



Ofrianti Oktavia Emba

## HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN

Laporan skripsi ini diajukan oleh:

Nama : 1. Novayunda Pratika Latanna (C1914201040)  
2. Ofrianti Oktavia Emba (C1914201041)  
Program Studi : Sarjana Keperawatan  
Judul Skripsi : Hubungan Gaya Hidup Dan *Help Seeking Behaviour*  
Dengan Derajat Hipertensi Pada Masyarakat Di  
Buntu Burake Tana Toraja

Telah disetujui oleh Dewan Pembimbing dan dinyatakan diterima sebagai bagian persyaratan untuk mengikuti ujian skripsi.

Ditetapkan di : Makassar

Tanggal : 11 April 2023

### Dewan Pembimbing

Pembimbing 1



Elmiana Bongga Linggi, Ns., M.Kes  
NIDN:0925027603

Pembimbing 2



Fitriyanti Patarru', Ns., M.Kep  
NIDN:0907049202

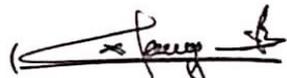
## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : 1. Novayunda Pratika Latanna (C1914201040)  
2. Ofrianti Oktavia Emba (C1914201041)  
Program Studi : Sarjana Keperawatan  
Judul Skripsi : Hubungan Gaya Hidup Dan *Help Seeking Behaviour*  
Dengan Derajat Hipertensi Pada Masyarakat Di  
Buntu Burake Tana Toraja

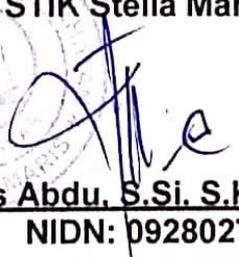
Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan Dewan Pembimbing dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan dan Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar.

## DEWAN PEMBIMBING DAN PENGUJI

Pembimbing 1 : Elmiana Bongga Linggi, Ns., M.Kes (  )  
Pembimbing 2 : Fitriyanti Patarru', Ns., M.Kep (  )  
Penguji 1 : Mery Solon, Ns., M.Kes (  )  
Penguji 2 : Meyke Rosdiana, Ns., M.Kep (  )  
Ditetapkan di : Makassar  
Tanggal : 13 April 2023

Mengetahui,  
Ketua STIK Stella Maris Makassar



  
Sipriahus Abdu, S.Si. S.Kep.,Ns., M.Kes  
NIDN: 0928027101

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Novayunda Pratika Latanna (C1914201040)

Ofrianti Oktavia Emba (C1914201041)

Menyatakan menyetujui dan memberikan kewenangan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar untuk menyimpan, mengalih informasi/formatkan, merawat dan mempublikasikan skripsi ini untuk kepentingan ilmu pengetahuan.

Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sebenar-benarnya.

Makassar, 10 April 2023

Yang menyatakan



Novayunda Pratika Latanna



Ofrianti Oktavia Emba

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Gaya Hidup dan *Help Seeking Behaviour* Dengan Derajat Hipertensi Pada Masyarakat di Buntu Burake Tana Toraja”. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) di STIK Stella Maris Makassar.

Penulis menyadari bahwa kelancaran dan keberhasilan penyusunan skripsi ini telah melibatkan banyak pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada semua pihak yang telah membantu, mendukung dan memotivasi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, terutama kepada:

1. Siprianus Abdu, S.Si, S.Kep.,Ns, M.Kes selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menuntut ilmu di STIK Stella Maris Makassar.
2. Fransiska Anita, S.Kep,Ns, M.Kep., Sp.Kep.MB selaku wakil ketua I bidang akademik dan kerjasama.
3. Mery Sambo, S.Kep.,Ns.M.Kep selaku ketua program studi sarjana keperawatan dan ners STIK Stella Maris Makassar.
4. Elmiana Bongga Linggi, Ns.,M.Kes selaku wakil ketua bidang kemahasiswaan dan selaku pembimbing 1 yang telah membimbing dengan sangat baik selama penyelesaian skripsi ini.
5. Fitriyanti Patarru', Ns.,M.Kep selaku pembimbing 2 yang telah membimbing dengan sangat baik selama penyelesaian skripsi ini.
6. Mery Solon, Ns., M.Kes selaku penguji I dan Meyke Rosdiana, Ns., M.Kep selaku penguji II yang telah banyak memberikan saran dan masukan demi penyempurnaan skripsi ini.

7. Segenap dosen dan staf pegawai STIK Stella Maris Makassar yang telah membimbing, mendidik dan memberi pengarahan selama penulis mengikuti pendidikan.
8. Staf pegawai Rumah Sakit Fatima Makale dan Puskesmas Makale yang telah mengizinkan kami untuk pengambilan data awal serta Bapak Thomas Tandiaruk, S.E., selaku Lurah di Buntu Burake yang telah mengizinkan kami melaksanakan penelitian di Kelurahan Buntu Burake Kecamatan Makale Kabupaten Tana Toraja
9. Teman-teman program studi sarjana keperawatan angkatan 2019 yang selalu mendukung dan telah bersama-sama berjuang serta memotivasi penulis
10. Orang tua dan saudara yang setia memberikan dukungan dan motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini
11. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis berharap semoga skripsi penelitian ini dapat menjadi langkah awal penelitian yang bermanfaat bagi perkembangan ilmu keperawatan. Penulis menyadari bahwa pembuatan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu saran dan kritik sangat diharapkan untuk perbaikan penulisan skripsi ini kedepannya.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan menjadi sumber inspirasi untuk melakukan penelitian selanjutnya.

Makassar, April 2023

Penulis

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DAN *HELP SEEKING BEHAVIOUR*  
DENGAN DERAJAT HIPERTENSI PADA MASYARAKAT DI BUNTU  
BURAKE TANA TORAJA**

(Dibimbing oleh Elmiana Bongga Linggi dan Fitriyanti Patarru')

**Novayunda Pratika Latanna (C1914201040)  
Ofrianti Oktavia Emba (C1914201041)**

**(vi + 118 halaman + 11 tabel + 14 lampiran)**

**ABSTRAK**

Hipertensi merupakan suatu kondisi ketika tekanan darah seseorang berada diatas batas normal. Seseorang dapat dikatakan terdiagnosis hipertensi jika tekanan darahnya  $\geq 140/90$  mmHg. Beberapa faktor risiko yang memicu terjadinya hipertensi adalah gaya hidup seperti kebiasaan merokok, aktivitas fisik berlebih dan pola makan yang tidak sehat. Hal ini juga dipengaruhi oleh kurangnya upaya masyarakat dalam melakukan *help seeking behaviour* (perilaku mencari pertolongan) ketika merasakan keluhan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara gaya hidup dan *help seeking behaviour* dengan derajat hipertensi pada masyarakat di Buntu Burake Tana Toraja, Sulawesi Selatan. Jenis penelitian ini adalah observasional secara analitik dengan desain penelitian *cross sectional*. Pengambilan sampel menggunakan pendekatan total sampling yang memenuhi kriteria inklusi dengan jumlah sampel 100 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner gaya hidup dan kuesioner *help seeking behaviour* sebagai alat ukur. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan SPSS versi 25 menggunakan uji statistik *chi-square*. Hasil penelitian didapatkan nilai  $p = 0,000$  pada kedua variable yang menunjukkan bahwa  $H_a$  diterima  $H_0$  ditolak artinya ada hubungan antara gaya hidup dan *help seeking behaviour* dengan derajat hipertensi. Gaya hidup baik dan *help seeking behavior* yang baik akan membantu menekan derajat hipertensi ataupun komplikasi yang terjadi akibat hipertensi. Maka sangat penting bagi masyarakat yang menderita hipertensi untuk menjaga gaya hidupnya serta mampu melakukan *help seeking behaviour* dengan baik agar berdampak baik pada derajat hipertensi yang dialami.

Kata kunci : Hipertensi; Gaya Hidup; *Help Seeking Behaviour*

Referensi : (2015-2022)

**THE RELATIONSHIP BETWEEN LIFESTYLE AND HELP SEEKING  
BEHAVIOR WITH THE DEGREE OF HYPERTENSION IN THE  
COMMUNITY IN BUNTU BURAKE TANA TORAJA**

**(Supervised by Elmiana Bongga Linggi and Fitriyanti Patarru')**

**Novayunda Pratika Latanna (C1914201040)  
Ofrianti Oktavia Emba (C1914201041)**

**(vi + 118 pages + 11 tables + 14 appendices)**

**ABSTRACT**

Hypertension is a condition when a person's blood pressure is above the normal limit. A person can be said to be diagnosed with hypertension if his blood pressure is  $\geq 140/90$  mmHg. Some risk factors that trigger hypertension are lifestyle such as smoking, excessive physical activity and unhealthy diet. This is also influenced by the community's efforts in doing help seeking behaviour when feeling complaints. This study aims to determine the relationship between lifestyle and help seeking behaviour with the degree of hypertension in people in Buntu Burake Tana Toraja, South Sulawesi. This type of study is analytically observational with a cross sectional study design. Sampling uses a total sampling approach that meets the inclusion criteria with a sample of 100 respondents. Data collection is carried out using questionnaires lifestyle and questionnaires help seeking behaviour as a measuring tool. The data obtained were then analyzed using SPSS version 25 using a chi-square statistical test. The results of the study obtained value  $p = 0.000$  on both variables which showed that  $H_a$  accepted  $H_o$  rejected meaning that there was a relationship between lifestyle and help seeking behaviour with hypertension. A good lifestyle and good help seeking behavior will help reduce the degree of hypertension or complications that occur due to hypertension. So it is very important for people who suffer from hypertension to maintain their lifestyle and be able to do help seeking behavior properly so that it has a good impact on the degree of hypertension experienced.

Keywords: Hypertension; Lifestyle; *Help Seeking Behaviour*

Reference : (2015-2022)

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPEL .....	i
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK .....	viii
ABSTRACT .....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH .....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6
1. Manfaat Akademik .....	6
2. Manfaat Praktis .....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>8</b>
A. Tinjauan Umum Gaya Hidup.....	8
1. Definisi Gaya Hidup .....	8
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Gaya Hidup.....	8
3. Gambaran Gaya Hidup Sehat .....	11
4. Indikator Gaya Hidup .....	12
5. Klasifikasi Gaya Hidup .....	13
6. Pengukuran Gaya Hidup .....	14
B. Tinjauan Umum <i>Help Seeking Behaviour</i> .....	15
1. Definisi <i>Help Seeking Behaviour</i> .....	15
2. Aspek-aspek <i>Help Seeking Behaviour</i> .....	16
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Seseorang Melakukan <i>Help Seeking Behaviour</i> .....	17
4. Faktor-faktor yang Menghambat Seseorang Melakukan <i>Help Seeking Behaviour</i> .....	18
5. Tahap Melakukan <i>Help Seeking Behaviour</i> .....	19
6. Pengukuran <i>Help Seeking Behaviour</i> .....	19
C. Tinjauan Umum Hipertensi.....	20
1. Definisi Hipertensi .....	20
2. Faktor-faktor Penyebab Hipertensi .....	21
3. Manifestasi Hipertensi .....	23

4. Klasifikasi Hipertensi.....	24
5. Komplikasi Hipertensi .....	26
6. Penatalaksanaan Hipertensi.....	27
<b>BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN.....</b>	<b>31</b>
A. Kerangka Konseptual .....	31
B. Hipotesis Penelitian .....	32
C. Definisi Operasional .....	32
<b>BAB IV METODE PENELITIAN .....</b>	<b>34</b>
A. Desain Penelitian.....	34
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	34
1. Lokasi Penelitian .....	34
2. Waktu Penelitian .....	34
C. Populasi dan Sampel .....	35
1. Populasi.....	35
2. Sampel .....	35
D. Instrumen Penelitian.....	35
1. Data Demografi .....	35
2. Pengukuran <i>Help Seeking Behaviour</i> .....	36
3. Pengukuran Gaya Hidup .....	36
4. Pengukuran Hipertensi .....	37
E. Pengumpulan Data dan Prosedur Penelitian .....	37
1. Pengumpulan Data .....	37
2. Prosedur Penelitian.....	38
F. Etika Penelitian .....	40
G. Pengolahan dan Penyajian Data .....	41
1. Pemeriksaan Data ( <i>Editing</i> ).....	41
2. Pemberian Kode ( <i>Coding</i> ) .....	41
3. Tabulasi ( <i>Tabulation</i> ) .....	41
H. Analisis Data.....	41
1. Analisis Univariat .....	42
2. Analisis Bivariat.....	42
<b>BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>43</b>
A. Hasil Penelitian .....	43
1. Pengantar .....	43
2. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	43
3. Karakteristik Responden.....	44
4. Analisa Data .....	46
B. Pembahasan.....	50
1. Hubungan Gaya Hidup Dengan Derajat Hipertensi Pada Masyarakat di Buntu Burake .....	50
2. Hubungan <i>Help Seeking Behaviour</i> Dengan Derajat Hipertensi Pada Masyarakat di Buntu Burake.....	53
<b>BAB VI PENUTUP .....</b>	<b>57</b>
A. Simpulan .....	57
B. Saran.....	57
1. Bagi Institusi .....	57

2. Bagi Responden.....	58
3. Bagi Peneliti Selanjunya.....	58
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>xvii</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	<b>xxiii</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klasifikasi Hipertensi Menurut JNC
Tabel 3.1	Definisi Operasional Variabel Penelitian
Tabel 5.1	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur Pada Masyarakat Penderita Hipertensi di Kelurahan Buntu Burake Tana Toraja
Tabel 5.2	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Masyarakat Penderita Hipertensi di Kelurahan Buntu Burake Tana Toraja
Tabel 5.3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan Pada Masyarakat Penderita Hipertensi di Kelurahan Buntu Burake Tana Toraja
Tabel 5.4	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan Pada Masyarakat Penderita Hipertensi di Kelurahan Buntu Burake Tana Toraja
Tabel 5.5	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Gaya Hidup Pada Masyarakat Penderita Hipertensi di Kelurahan Buntu Burake Tana Toraja
Tabel 5.6	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan <i>Help Seeking Behaviour</i> Pada Masyarakat Penderita Hipertensi di Kelurahan Buntu Burake Tana Toraja
Tabel 5.7	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Derajat Hipertensi Pada Masyarakat Penderita Hipertensi di Kelurahan Buntu Burake Tana Toraja
Tabel 5.8	Analisis Hubungan Gaya Hidup dengan Derajat Hipertensi Pada Masyarakat di Buntu Burake Tana Toraja
Tabel 5.9	Analisis Hubungan <i>Help Seeking Behaviour</i> dengan Derajat Hipertensi pada Masyarakat di Buntu Burake Tana Toraja

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Konsep Penelitian

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Jadwal Kegiatan
Lampiran 2	Surat Permohonan Data Awal
Lampiran 3	Surat Keterangan Telah Pengambilan Data Awal
Lampiran 4	<i>Informed Consent</i>
Lampiran 5	Lembar Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 6	Lembar Konsul
Lampiran 7	Permohonan Izin Pemakaian Kuesioner Penelitian
Lampiran 8	Kuesioner Penelitian
Lampiran 9	Hasil Uji Validitas dan Uji Reliabilitas Kuesioner
Lampiran 10	Surat Izin Penelitian
Lampiran 11	Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian
Lampiran 12	Surat Keterangan Hasil Pengujian Program Turnitin
Lampiran 13	Hasil Analisis SPSS
Lampiran 14	<i>Master Table</i>
Lampiran 15	Dokumentasi Penelitian

## DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH

$\alpha$	: Derajat kemaknaan
$\geq$	: Lebih dari atau sama dengan
$\leq$	: Kurang dari atau sama dengan
$>$	: Lebih dari
$<$	: Kurang dari
Diagnosis	: Penentuan klinis kondisi kesehatan
Diastolik	: Tekanan saat jantung berelaksasi sebelum kembali memompa darah
<i>Help Seeking Behaviour</i>	: Perilaku mencari pertolongan
$H_a$	: Hipotesis alternatif
$H_o$	: Hipotesis null
<i>Informed Consent</i>	: Penjelasan dan persetujuan
Konfigurasi	: Bentuk/ wujud untuk menggambarkan orang atau benda
Literatur	: Sumber atau acuan
mmHg	: Satuan tekanan manometrik
Observasi	: Pengamatan
Ordinal	: Data yang menunjukkan skala dalam penelitian
Prevalensi	: Populasi yang memiliki karakteristik
<i>Silent killer</i>	: Penyakit yang awalnya tidak menampakkan gejala tetapi dapat merenggut nyawa penderita secara tiba-tiba
Sistolik	: tekanan darah saat jantung memompa darah ke seluruh tubuh

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Hipertensi adalah suatu gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkan. Hipertensi kerap dikenal sebagai pembunuh senyap atau *silent killer* karena sering menyerang tubuh secara tiba-tiba tanpa menimbulkan keluhan. Seseorang dianggap mengalami hipertensi apabila tekanan darah sistoliknya  $\geq 140$  mmHg dan diastolik  $\geq 90$  mmHg, pada pemeriksaan yang dilakukan secara berulang. Tekanan darah sistolik merupakan parameter utama yang digunakan untuk menentukan diagnosis hipertensi. Meningkatnya tekanan darah di atas batas normal mengakibatkan hipertensi. Batas tekanan darah yang normal berbeda-beda tergantung pada usia seseorang (Apriyani, 2022).

Hipertensi merupakan masalah kesehatan di Indonesia yang memerlukan perhatian dari para tenaga kesehatan pada bidang pelayanan dasar karena tingginya angka prevalensi dan dampak yang ditimbulkan. Penyakit ini menjadi salah satu masalah utama dalam kesehatan masyarakat di Indonesia maupun dunia. Di Indonesia, hipertensi merupakan salah satu pencetus ketiga kematian yaitu sebanyak 6,83% pada semua kelompok usia (Putra & Susilawati, 2022).

Menurut penelitian yang dilakukan Irawan et al. (2020) Menunjukkan bahwa rata-rata usia ketika hipertensi terjadi adalah 40 tahun, dan perempuan lebih banyak mengalami kondisi ini. Hipertensi biasanya dialami oleh individu dengan obesitas, sedang mengalami tekanan atau stres. Mayoritas pasien hipertensi memiliki riwayat keturunan dan gaya hidup seperti merokok dan minum kopi

dianggap tidak sehat terkait dengan tekanan darah tinggi (hipertensi).

Data *World Health Organization (WHO)* pada tahun 2018 memberitahukan bahwa sekitar 1,13 Miliar penduduk dunia menderita hipertensi, yang berarti bahwa 1 dari 3 orang di dunia didiagnosis hipertensi. Angka ini setiap tahunnya terus meningkat, dan diprediksi pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang akan terkena hipertensi. Selain itu, akibat hipertensi dan komplikasinya setiap tahun sekitar 10,44 juta orang meninggal dunia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Pada data hasil utama RISKESDAS 2018 menunjukkan bahwa hipertensi mengalami peningkatan dalam kurun waktu 5 tahun pada warga yang berusia  $\geq 18$  tahun berdasarkan hasil pengukuran pada tahun 2013 (25,8%), pada tahun 2018 mengalami peningkatan sebesar (34,1%), persentase paling tinggi tercatat di provinsi Kalimantan Selatan (44,1%) dan paling rendah di provinsi Papua (22,2%). Prevalensi hipertensi pada penduduk umur  $\geq 18$  tahun dengan diagnosis dari dokter yaitu tertinggi di Sulawesi Utara (13,2%) dan terendah pada Provinsi Papua (4,4%) untuk Sulawesi Selatan sendiri sebesar (7,2%). Ada banyak faktor terkait dengan genetik dan gaya hidup seperti kurangnya aktivitas fisik maupun aktivitas fisik yang berlebih, asupan makanan tinggi garam dan lemak, kebiasaan merokok dan minum alkohol yang berperan dalam meningkatnya angka hipertensi (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan data yang dikumpulkan oleh Tim Penanganan Covid-19 pada tanggal 13 Oktober 2020, sebanyak 1.488 pasien memiliki kondisi penyerta dari total kasus yang terkonfirmasi positif Covid-19. Mayoritas dari kondisi tersebut adalah hipertensi, dengan persentase mencapai 50,5% pasien. Wabah pandemi Covid-19 menyebabkan pembatasan aktivitas di luar rumah yang berpotensi

meningkatkan prevalensi orang dengan faktor risiko penyakit tak menular. Pandemi Covid-19 telah berdampak besar pada masyarakat, mengubah gaya hidup ke tingkat yang lebih besar dan telah menyebabkan banyak peningkatan penyakit termasuk tekanan darah tinggi. (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2020)

Berdasarkan data awal yang telah diperoleh dari Rumah Sakit Fatima Makale Tana Toraja menunjukkan bahwa banyak masyarakat Tana Toraja yang menderita tekanan darah tinggi atau hipertensi selama 6 bulan terakhir pada tahun 2022. Pada data rawat inap sebanyak 28 pasien menderita hipertensi pada rentang usia 35-81 tahun, sedangkan pada data rawat jalan sebanyak 864 pasien dengan hipertensi pada rentang usia 25-84 tahun. Data penderita hipertensi khususnya pada wilayah Buntu Burake yang diperoleh dari Puskesmas Makale yaitu sebanyak 75 pasien selama 1 tahun terakhir pada tahun 2022. Sedangkan data yang diperoleh dari Rumah Sakit Fatima Makale Tana Toraja sebanyak 36 pasien selama 6 bulan terakhir pada bulan Juni tahun 2022.

Faktor resiko terjadinya hipertensi salah satunya adalah gaya hidup yang tidak sehat. Gaya hidup yang tidak sehat dapat meliputi beberapa hal seperti kebiasaan merokok, aktivitas fisik berlebih, minum kopi secara berlebihan, serta pola makan yang tidak seimbang seperti mengonsumsi daging, makanan berlemak, dan makanan yang mengandung garam berlebihan. Berbagai penyakit tidak menular, termasuk hipertensi disebabkan oleh gaya hidup yang tidak sehat (Nafila & Rusmariana, 2021).

Dari hasil penelitian Hajri et al. (2021) mengungkapkan bahwa gaya hidup penderita hipertensi sebagian besarnya menunjukkan gaya hidup yang tidak sehat. Dalam penelitian ini juga dijelaskan bahwa penderita hipertensi diharapkan lebih memperhatikan gaya hidup agar dapat mempertahankan tekanan

darah dalam kondisi normal dan melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin. Selain itu juga diharapkan agar hendaknya mengkonsumsi makanan rendah garam dan rendah lemak serta mengurangi konsumsi rokok dalam sehari.

Perilaku mencari pertolongan juga termasuk sebagai faktor penyebab terjadinya peningkatan tekanan darah. Perilaku mencari pertolongan sebagai bagian dari sikap mencari pengobatan atau kesehatan pada penderita hipertensi sangat bervariasi, dipengaruhi oleh faktor predisposisi, pemungkin, dan pendorong. Sikap mencari pengobatan tersebut berupa tidak berbuat apa-apa, mengobati diri sendiri, melakukan pengobatan medis, herbal, tradisional, spiritual, maupun komplementer (Livana et al., 2020).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Yantiana (2020) menunjukkan bahwa motivasi sehat pada 92 responden atau 100% dalam kategori sedang. Perilaku pengendalian penyakit hipertensi bervariasi pada kategori tinggi sebanyak 64 responden atau 69,57% dan kategori sedang sebanyak 28 responden atau 30,43%. Hasil uji Fisher's exact menunjukkan ada hubungan antara motivasi sehat dengan perilaku pengendalian penyakit hipertensi dengan p value 0,00. Dapat disimpulkan bahwa proses memperlambat progresivitas hipertensi sendiri sangat bergantung pada pasien. Motivasi pasien sangat berhubungan dengan perilaku pengendalian penyakit terutama penyakit hipertensi.

Melalui hasil observasi dan wawancara diperoleh pada wilayah Buntu Burake Tana Toraja banyak masyarakat yang mengalami hipertensi akibat gaya hidup yang kurang baik. Masyarakat sering mengkonsumsi makanan berlemak, daging dengan porsi yang banyak, kebiasaan merokok, serta asupan alkohol berupa tuak dan bir. Selain itu masih kurangnya upaya masyarakat dalam melakukan *help seeking behaviour* (perilaku mencari petolongan), mereka telah mengetahui bahwa menderita

hipertensi, tetapi belum mampu meminta bantuan berupa pengobatan, edukasi maupun dalam manajemen diri terkait gaya hidup.

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian kuantitatif mengenai “Hubungan Gaya Hidup dan *Help Seeking Behaviour* Dengan Derajat Hipertensi Pada Masyarakat di Buntu Burake Tana Toraja”.

## **B. Rumusan Masalah**

Setiap tahunnya jumlah penderita hipertensi terus mengalami peningkatan. Tingginya kasus hipertensi dikarenakan kurangnya kesadaran mengenai pentingnya pola hidup sehat. Gaya hidup sangat beresiko dengan derajat hipertensi pada masyarakat serta masih minimnya upaya dalam melakukan *help seeking behaviour* (perilaku mencari petolongan), terlebih pada kelompok daerah ini belum ada penelitian untuk meneliti gaya hidup dan *help seeking behaviour*. Oleh karena itu, rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara gaya hidup dan *help seeking behaviour* dengan derajat hipertensi pada masyarakat di Buntu Burake Tana Toraja?”

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini berdasarkan rumusan masalah diatas sebagai berikut:

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan antara gaya hidup dan *help seeking behaviour* dengan derajat hipertensi pada masyarakat di Buntu Burake Tana Toraja.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi gaya hidup penderita hipertensi pada masyarakat di kelurahan Buntu Burake Tana Toraja

- b. Mengidentifikasi *help seeking behaviour* penderita hipertensi pada masyarakat di kelurahan Buntu Burake Tana Toraja
- c. Mengidentifikasi derajat hipertensi pada masyarakat di kelurahan Buntu Burake Tana Toraja
- d. Menganalisis hubungan gaya hidup penderita hipertensi dengan derajat hipertensi pada masyarakat di kelurahan Buntu Burake Tana Toraja
- e. Menganalisis hubungan *help seeking behaviour* penderita hipertensi dengan derajat hipertensi pada masyarakat di kelurahan Buntu Burake Tana Toraja

#### **D. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dari penelitian ini baik secara akademik maupun praktis adalah sebagai berikut:

##### **1. Manfaat Akademik**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih atau kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan serta dapat menjadi bahan indikasi dosen maupun mahasiswa sebagai literatur dalam pengembangan kajian keperawatan khususnya dalam konteks hubungan gaya hidup dan *help seeking behaviour* dengan derajat hipertensi pada masyarakat.

##### **2. Manfaat Praktis**

###### **a. Bagi Peneliti**

Sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan program sarjana diharapkan mampu menambah wawasan dalam menerapkan ilmu yang didapatkan selama perkuliahan ke dalam praktik nyata.

###### **b. Bagi Masyarakat**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan memberikan gambaran mengenai gaya hidup yang baik

serta bagaimana upaya masyarakat dalam melakukan *help seeking behaviour* ketika terjadi keparahan akibat penyakit hipertensi yang diderita masyarakat tersebut.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti berharap penelitian ini dapat menjadi bahan referensi bagi penelitian dimasa depan khususnya dalam pengembangan teori hubungan gaya hidup *dan help seeking behaviour* dengan derajat hipertensi pada masyarakat.