

PENGETAHUAN DAN PERILAKU MEROKOK PADA PASIEN HIPERTENSI

Citra Wachyuni Nainggolan¹, Ernawaty Siagian²
Universitas Advent Indonesia^{1,2}
citrawachyuni@gmail.com¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan tingkat pengetahuan dan perilaku merokok pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Advent Bandar Lampung. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hubungan pengetahuan dan perilaku merokok pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Advent Bandar Lampung memiliki nilai signifikansi 0,047 ($p < 0,05$) dan $r = 0,272$ yang artinya ada hubungan antara pengetahuan dan perilaku merokok dan perilaku merokok pada pasien di Rumah Sakit Advent Bandar Lampung. Simpulan, pengetahuan seseorang memiliki hubungan yang signifikan terhadap perilaku merokok para pasien penderita hipertensi.

Kata Kunci: Hipertensi, Pengetahuan, Perilaku Merokok

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between the level of knowledge and smoking behavior in hypertensive patients at the Bandar Lampung Adventist Hospital. This research is a simple descriptive quantitative research. The results of the study showed that the relationship between knowledge and smoking behavior in hypertensive patients at Bandar Lampung Adventist Hospital had a significance value of 0.047 ($p < 0.05$) and $r = 0.272$, which means there was a relationship between knowledge and smoking behavior and smoking behavior in patients at the hospital. Bandar Lampung Adventist. In conclusion, a person's knowledge has a significant relationship with the smoking behavior of patients with hypertension.

Keywords: Hypertension, Knowledge, Smoking Behavior

PENDAHULUAN

Merokok merupakan salah satu gaya hidup sebagian besar masyarakat di negara berkembang yang dibuktikan dari Data Global Adult Tobacco Survey (GATS) yang menjadi standar global untuk memantau pengendalian tembakau pada masyarakat dunia yang berusia 15 tahun ke atas. Data tersebut menyatakan bahwa pada tahun 2021 perokok di Indonesia sebanyak 69,1 juta jiwa. Tembakau membunuh 8 juta orang penggunaan rokok secara langsung dan 1,2 juta orang yang bukan perokok meninggal akibat paparan rokok setiap tahunnya (Fathoni et al., 2023; Andri et al., 2021). Merokok adalah suatu kegiatan menghirup yang menjadi kebiasaan bagi sebagian individu dalam kehidupan sehari-hari dan merupakan bagian tak terelakkan dari kebutuhan bagi mereka yang sudah kecanduan rokok (Retnaningsih

et al., 2017). Indonesia memiliki tingkat konsumsi rokok tertinggi ketiga di dunia, dengan data dari Southeast Asia Tobacco Control Alliance (2018) menunjukkan bahwa Indonesia menempati peringkat pertama dalam jumlah perokok terbanyak di Asia Tenggara, dimana 66% di antaranya adalah perokok pria, termasuk di antaranya remaja (Sulung et al., 2021).

Konsumsi rokok mengakibatkan masalah Kesehatan yang serius dan mempengaruhi semua organ tubuh dengan 400 bahan kimia dengan kandungan utama tar yang bersifat karsinogenik, nikotin yang membuat kecanduan dan karbon monoksida yang menghambat oksigen terikat di dalam darah, kandungan zat-zat tersebut jika terpapar dalam waktu yang lama dapat menyebabkan kematian (Hasyim et al., 2022). Zat yang terdapat didalam rokok merupakan zat kimia yang beracun seperti nikotin yang menyebabkan adrenalin meningkat sehingga kerja jantung dan kontraksi jantung meningkat hal ini menjadi dasar tekanan darah meningkat. Karbon monoksida yang terhisap melalui rokok merusak endotel pembuluh darah arteri, hal tersebut mengakibatkan terjadinya aterosklerosis dan tekanan darah tinggi (Katimenta et al., 2023).

Kebiasaan merokok dapat menimbulkan berbagai macam penyakit, bagi perokok aktif dan juga perokok pasif. Perokok pasif mempunyai efek samping yang jauh lebih berbahaya dikamarkan terkena paparan asap rokok langsung yang dihembuskan oleh perokok aktif. Penyakit yang dapat terkena oleh perokok aktif dan pasif antara lain adalah gangguan saluran pernafasan, gangguan pembuluh darah, penyakit jantung, kanker, impoten, gangguan kehamilan serta masih banyak penyakit yang disebabkan oleh rokok (Dewi et al., 2023). Seseorang dikatakan perokok aktif jika telah mengkomsumsi 100 batang rokok dan memiliki resiko yang lebih retan terkena hipertensi dibandingkan dari mereka yang tidak mengkomsumsi rokok (Indriani et al., 2024). Kebiasaan merokok berpengaruh terhadap peningkatan tekanan darah, kebiasaan tersebut sudah menjadi kebutuhan sehari-hari (Damayanti et al., 2021). Komplikasi penderita hipertensi yang disebabkan oleh rokok adalah penyakit aterosklerosis, penyakit jantung koroner, stroke infark, dan kematian mendadak (Hidayatullah et al., 2023).

Hipertensi merupakan keadaan seseorang yang mempunyai tekanan darah sistolik > 140 mmHg dan tekanan darah diastolik > 90 mmHg. Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan penyakit kardiovaskular dan generatif dengan salah satu faktor yang tidak dapat diubah dan diubah, salah satu faktor pemicu hipertensi yang dapat diubah adalah kebiasaan hidup seseorang seperti merokok, mengkomsumsi alkohol dan makanan yang tinggi kadar lemaknya. Merokok merupakan salah satu faktor penting resiko yang menjadi faktor terjadinya hipertensi yang merupakan salah satu penyakit kronis sehingga dapat menyebabkan angka harapan hidup dan kualitas hidup menurun (Putra., 2022; Andri et al., 2021; Harsismanto et al., 2020). Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2021, sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, dengan sebagian besar dari mereka (dua pertiga) tinggal di negara-negara dengan pendapatan rendah dan menengah. Jumlah penderita hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, dan diproyeksikan bahwa pada tahun 2025, akan ada sekitar 1,5 miliar orang yang menderita hipertensi (Supriadi & Husni, 2022; Permata et al., 2021).

Prevalensi hipertensi berdasarkan pada penduduk usia > 18 tahun di angka 34,1 % dengan pengolongan usia 33- 44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%) dan umur 55-65 tahun (55,2%). Lampung pada Tahun 2019 data prevalensi hipertensi dalam angka 15,10 % dengan pencapaian pelayanan kesehatan dalam angka 49,10%, kesimpulan dari data tersebut menunjukan tidak tercapainya pelayanan Kesehatan pada hipertensi yang sesuai dengan standar

pelayanan. Prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,1%. Angka tertinggi tercatat di Kalimantan Selatan (44,1%), sementara yang terendah terdapat di Papua dengan persentase sebesar 22,2% (Delavera et al., 2021; Sartika et al., 2021).

Penelitian yang menghubungkan peningkatan Tingkat pengetahuan anggota keluarga terkait bahaya merokok dan hubungannya dengan hipertensi melalui penyuluhan Kesehatan yang dilakukan pada penelitian menjelaskan bahwa sebelum dilakukan penyuluhan pengetahuan tentang pencegahan penyakit hipertensi dan pengetahuan rokok berada di pengetahuan kurang dan setelah dilakukan penyuluhan pengetahuan responden meningkat menjadi cukup dan tinggi (Waskito et al., 2022).

Beberapa Penelitian terdahulu dilakukan untuk melihat gambaran pengetahuan tentang bahaya merokok dan perilaku merokok dari pasien hipertensi di Puskesmas Adipala memiliki hasil penelitian bahwa responden rata-rata adalah pra lansia (56,7%), pendidikan terakhir adalah pendidikan dasar (50%) dan pasien hipertensi memiliki pengetahuan tentang bahaya merokok dengan kategori baik dan berperilaku merokok sedang (50%) (Ropingi et al., 2023). Penelitian lainnya juga dilakukan untuk melihat pengetahuan dari warga Desa Mulo terkait dengan pengetahuannya tentang gaya hidup yang mempengaruhi tekanan darahnya didapatkan bahwa (64,74%) pasien hipertensi memiliki riwayat hipertensi dan pengetahuan pasien hipertensi sangat rendah dan cukup tinggi sebanyak (27%) (Ruslau et al., 2023).

Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan pengetahuan dan perilaku merokok pada penderita hipertensi belum pernah dilakukan di Rumah Sakit Advent Bandar Lampung: Sebuah Rumah Sakit Swasta terkemuka yang berada di Bandar Lampung yang tentunya memiliki konteks, ciri dan kultur yang berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Penelitian ini akan memberikan wawasan kepada keperawatan untuk lebih intensif dalam melakukan promosi kesehatan dalam meningkatkan mutu pelayanan keperawatan serta meningkatkan tingkat pengetahuan pasien perokok mengenai hipertensi. Dengan memahami gambaran pengetahuan dan perilaku merokok pada penderita hipertensi maka dapat dilakukan pengambilan intervensi yang lebih efektif untuk mencapai pelayanan kesehatan yang berkualitas.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif sederhana untuk meneliti korelasi antara tingkat pengetahuan dan perilaku merokok pada pasien dengan hipertensi di Rumah Sakit Advent Bandar Lampung sebanyak 80 responden yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi sebagai pasien rawat inap penderita dan kriteria eksklusi pasien dengan hipertensi dan mempunyai riwayat merokok (aktif atau pasif) di Rumah Sakit Advent Bandar Lampung. Sebelum mengumpulkan data para responden telah diberikan penjelasan terkait penelitian dan telah menandatangani *informed consent*. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan instrumen penelitian berupa lembar kuisioner yang telah diuji validitas dan reliabilitas dengan nilai $\alpha = 0,720$ lebih besar dari 0,05 yang dilakukan pada bulan Desember 2023. Data yang telah terkumpul dikoding kemudian diuji menggunakan SPSS seperti uji univariat dan uji bivariat. Penelitian ini menjunjung tinggi kredibilitas dibuktikan dengan adanya surat kelayakan etik yang diterbitkan oleh KEPK Universitas Advent Indonesia.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Tabel. 1
Distribusi Karakteristik Responden Pasien Hipertensi dengan Riwayat Merokok

Karakteristik	Frekuensi	∕
Usia		
20-30 tahun	3	3.8
31-40 tahun	18	22.5
41-50 tahun	17	21.3
50-60 tahun	28	35.0
>60 tahun	14	17.5
Total	80	100
Jenis Kelamin		
Laki-laki	52	65.
Perempuan	28	35.
Total	80	100
Pekerjaan		
Wiraswasta	22	27.5
Buruh	14	17.5
Pegawai	20	25.0
Guru	1	1.3
Ibu rumah tangga	8	10
Tidak bekerja	3	3.8
Sopir	1	1.3
Pensiunan	2	2.5
PNS	1	1.3
Pendagang	8	10
Total	80	100
Status Merokok		
Ya	54	67,5
Tidak	26	32,5
Total	80	100
Jumlah Rokok / hari		
0 Batang	26	32.5
1-5 Batang	2	2.5
6-10 Batang	9	11.3
11-15 Batang	17	21.3
>15 Batang	26	32.5
Total	80	100
Lama Merokok		
Ya	79	98.8
Tidak	1	1.2
Total	80	100
Ada tidaknya kenalan yang menggunakan rokok		
Ya	79	98.8
Tidak	1	1.2
Total	80	100

Berdasarkan Tabel 1 didapati data bahwa dari 80 responden dengan karakteristik umur responden dengan distribusi frekuensi interval 10 tahun. responden terbanyak di usia 50-60 tahun yaitu sebanyak 28 orang (35 %), dan Karakteristik jenis kelamin responden, didapatkan jumlah responden berjenis kelamin paling banyak adalah laki laki 52 orang (65%) (%). Karakteristik pekerjaan responden tertinggi adalah wiraswasta berjumlah 22 orang (27,5) Berdasarkan karakteristik perokok 53 orang (66,3%) merupakan perokok aktif. Distribusi jenis rokok berdasarkan penggunaan rokok filter berjumlah 45 orang (56,3%), dengan jumlah rata rata jumlah batang rokok per hari sekitar > 15 batang / hari (berjumlah). Ada tidaknya anggota keluarga, rekan dan sahabat yang merokok 79 orang (98.8%).

Gambaran Tingkat Pengetahuan Pasien Hipertensi tentang Rokok

Tabel. 1
Gambaran Tingkat Pengetahuan Pasien

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Presentasi (100%)
Tinggi	61	76.3
Sedang	17	21.3
Rendah	2	2.5
Total	80	100

Dari tabel diatas gambaran Tingkat pengetahuan responden adalah tinggi (76,3%) atau sebanyak 61 orang yang berpengetahuan tinggi.

Gambaran Perilaku Merokok

Table. 3
Gambaran Perilaku Merokok Pasien

Perilaku Merokok	Frekuensi	Presentase
Perokok Aktif	54	67,5
Perokok Pasif	26	37,5
Total	80	100

Dari tabel perilaku merokok yang didapatkan oleh responden yang berjumlah 80 orang dengan perilaku perokok aktif (67,5%).

Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Merokok

Tabel 4.
Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Merokok

Perokok	Tingkat pengetahuan						Total	P value	r	
	Tinggi		sedang		rendah					
	n	%	n	%	n	%				
Perokok Aktif	36	67,9 %	15	28,3%	2	3,8%	53	100	P= 0,047	0,272
Perokok Pasif	25	92,5%	2	7,5%	0	0	27	100		
Total	61	76,2	17	21,3	2	2,5	80	100		

Hasil uji *chi square* dengan nilai signifikansi $<0,05$ (0,047), artinya terdapat hubungan yang signifikan antara Kebiasaan merokok dan tingkat pengetahuan, hal ini dapat diartikan pula bahwa kebiasaan merokok seseorang mempunyai korelasi dengan tingkat pengetahuan responden dengan hasil dari uji signifikansi tingkat pengetahuan nilai Pearson Correlation $r = 0,272$ artinya korelasi lemah (hubungan negatif).

PEMBAHASAN

Karakteristik umur responden terbanyak di usia 50-60 tahun yaitu sebanyak 28 orang (35%). Peneliti mengkategorikan usia responden dengan interval 10 tahun, dengan responden yang paling banyak (mayoritas) berada pada uji 50-60 tahun atau berada di dewasa Tengah. Hal ini dapat ditunjukkan bahwa peningkatan usia sejalan dengan peningkatan tekanan darah. Dikarnakan adanya penyempitan arteri akibat terjadinya penumpukan di dinding arteri juga dalam penelitian peningkatan tekanan darah biasanya pada kelompok lebih dari 40 tahun (Sinambela, 2022).

Berdasarkan karakteristik jenis kelamin responden, didapatkan jumlah reponden berjenis kelamin laki laki yang menderita hipertensi lebih besar 52 orang (65%). Mayoritas responden adalah berjenis kelamin laki laki dibuktikan bahwa perokok aktif lebih banyak pada laki laki (Maidelwita et al, 2023). Pada pasien hipertensi dan perilaku merokok yang dilakukan penelitian terhadap 54 orang dewasa laki laki awak kapal Palang karaya menyimpulkan bahwa adanya hubungan merokok dengan tekanan darah pada 54 laki laki yang menjadi responden ((Rizal & Jalpi, 2022).

Berdasarkan pekerjaan responden tertinggi adalah wiraswasta berjumlah 22 orang atau (27,5%). Pekerjaan akan mempengaruhi penderita sebelum terkena hipertensi. Karena memiliki suatu pekerjaan yang jam kerjanya sangat padat, itu akan membuat seseorang mempunyai waktu yang sedikit dalam hal melakukan kegiatan aktivitas fisik, sehingga waktu yang dihabiskannya untuk melakukan pekerjaannya yang sangat padat responden melakukan kebiasaannya yaitu merokok penelitian ini sejalan dengan adanya hubungan penggunaan rokok pada saat perkerjaan dan shift kerja dengan penyakit hipertensi (Toat et al., 2024).

Ditemukan juga ada hubungan tekanan darah akibat merokok bereisiko tinggi terkena tekanan darah tinggi, yaitu jumlah rata-rata batang rokok yang dihisap sehari, jenis rokok yang dihisap, cara menghisap rokok, dan lama merokok dalam 10 tahun lebih (Siagian et al., 2021). Rokok yang dikonsumsi dari usia muda kan semakin sulit berhenti dan akan memperbesar resiko terjadinya penyakit hipertensi (Erman et al, 2021). Peneliti lainya juga ditemukan ada bahwa adanya hubungan antara jenis rokok dengan kejadian hipertensi ($p=0,017$ (Sidabutar & Simbolon, 2020)). Tingkat pengetahuan seseorang adalah sejauh mana seseorang mengetahui pengetahuan tersebut, untuk mengukur pengetahuan diperlukan alat ukur pada penelitian kali ini alat ukur berupa kuesioner untuk mengetahui apakah pengetahuan responden baik, cukup, kurang. Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan merupakan hasil penginderaan terhadap suatu objek.

Tingkat pengetahuan responden tentang hipertensi pada pengendalian hipertensi di puskesmas kebun Handil Lota Jambi kurang baik (85,2%) dikarnakan seagian pasien memiliki sikap positif serta memiliki hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga terhadap pengendalian hipertensi (Rizal & Jalpi, 2022).

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada 93 di Kelurahan Kakasen Tiga Kota Tomohon didapatkan tidak hubungan antara kebiasaan merokok dengan hubungan pengetahuan dan perilaku dari masyarakat (Prang et al., 2021). Penelitian yang didapatkan bahwa perilaku dan peengetuan

tentang pencegahan Hipertensi meningkat setelah pasien terkena Penyakit hipertensi (Sinaga et al., 2022).

SIMPULAN

Gambaran tingkat pengetahuan responden adalah berpengetahuan tinggi. Gambaran perilaku merokok responden paling tinggi adalah perilaku perokok aktif. Kebiasaan merokok dengan tingkat pengetahuan mempunyai hubungan yang signifikan pengetahuan responden dengan perilaku merokok pada pasien hipertensi.

SARAN

Bagi responden disarankan untuk dapat menerapkan informasi yang telah diterima sehingga dapat terciptanya gaya hidup sehat dan menjadi pertimbangan untuk berhenti dari kebiasaan merokok yang dilakukan responden. Bagi keperawatan disarankan dapat sebagai acuan untuk meningkatkan dan mengembangkan penelitian juga intervensi dimasa yang akan datang seperti Tindakan promotive sederhana lewat pamflet yang dapat meningkatkan pengetahuan pasien dan pengunjung di Rumah sakit Advent Bandar Lampung. Bagi profesi keperawatan disarankan agar dapat mengedukasi, mengaplikasikan hasil penelitian dalam intervensi keperawatan yang akan diberikan juga edukasi sebagai bentuk upaya meningkatkan pengetahuan pasien tentang faktor resiko dan penyebab dari penyakit yang dialaminya sehingga perawat secara aktif mengoptimalkan pelaksanaan edukasi kepada pasien.

DAFTAR PUSTAKA

- Andri, J., Padila, P., Sartika, A., Andrianto, M. B., & Harsismanto, J. (2021). Changes of Blood Pressure in Hypertension Patients Through Isometric Handgrip Exercise. *JOSING: Journal of Nursing and Health*, 1(2), 54-64. <https://doi.org/10.31539/josing.v1i2.2326>
- Andri, J., Permata, F., Padila, P., Sartika, A., & Andrianto, M. B. (2021). Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Menggunakan Intervensi Slow Deep Breathing Exercise. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(1), 255-262. <https://doi.org/10.31539/jks.v5i1.2917>
- Damayanti, N., Basri, M. Y., & Palanro, M. A. H. (2021). Hubungan Hipertensi dengan Faktor Risiko pada Pasien Perokok yang Berobat di Puskesmas Bulili Kota Palu. *Medika Alkhairaat: Jurnal Penelitian Kedokteran dan Kesehatan*, 3(2), 74-84. <https://doi.org/10.31970/ma.v3i2.78>
- Delavera, A., Siregar, K. N., Jazid, R., & Eryando, T. (2021). Hubungan Kondisi Psikologis Stress dengan Hipertensi pada Penduduk Usia Diatas 15 Tahun di Indonesia. *Jurnal BIKFOKES*. 1(3). <https://journal.fkm.ui.ac.id/bikfokes/article/view/5249>
- Dewi, A. K., Faisal, M. A., & Asnawati, A. (2024) Hubungan Kebiasaan, Durasi Merokok dan Jenis Rokok dengan Kejadian Penyakit Katarak di Poliklinik Mata Rsud Ulin Banjarmasin. *Jurnal Mahasiswa Pendidikan Dokter*, 6(2). <https://doi.org/10.20527/ht.v6i2.9977>
- Fathoni, S., Umaroh, A. K., Murtiningrum, C., Ngrampal, P., Sragen, K., (2023). Peningkatan Pengetahuan Bahaya Merokok di Desa Kebonromo. *Jurnal Abdimus*, 6(3), 767. <https://dx.doi.org/10.62411/ja.v6i3.1364>

- Harsismanto, J., Andri, J., Payana, T., Andrianto, M. B., & Sartika, A. (2020). Kualitas Tidur Berhubungan dengan Perubahan Tekanan Darah pada Lansia. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 2(1), 1-11. <https://doi.org/10.31539/jka.v2i1.1146>
- Hasyim, F. A., Pajarianto, H., Ramli, S. A., Umrah, A. S., & Amri, S. R. (2022). Hubungan Perilaku Lifestyle Without Tobacco dengan Pertumbuhan Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(4), 3314–3325. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i4.2362>
- Hidayatullah, A. E., & Rokhmiati, E. (2023). Kegawatdaruratan Hipertensi dalam Meningkatkan Pengetahuan Lansia dengan Hipertensi. *Jurnal Masyarakat Mengabdikan Nusantara* 2(3), 175–182. <https://doi.org/10.58374/jmmn.v2i3.189>
- Indriani, I., Wulan, S., Syavani, D., Khairani, N., & Sanisahhuri, S. (2024). Hubungan Konsumsi Garam, Merokok dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Sindang Dataran Kabupaten Rejang Lebong Provinsi Bengkulu. *Journal of Public Health Science (Jophs)*, 1(1), 41-51. <https://journal.ppmi.web.id/index.php/jophs/article/view/594/417>
- Katimenta, K. Y., Rosela, K., & Rahman, T. (2023). Hubungan Perilaku Merokok dengan Derajat Keparahan Aterosklerosis pada Pasien Penyakit Jantung Koroner. *Jurnal Surya Medika*, 9(1), 50–55. <https://doi.org/10.33084/jsm.v9i1.5139>
- Maidelwita, Y., Prameswari, R. A., & Arifin, Y. (2023). Hubungan Pengetahuan dan Sikap terhadap Bahaya Merokok dengan Perilaku Merokok pada Remaja di Sma Adabiah Padang. *Jurnal Kesehatan Pijar* 2(2), 6-14 <https://jurnal.pijarkesehatan.org/index.php/jkp/article/view/27>
- Permata, F., Andri, J., Padila, P., Andrianto, M., & Sartika, A. (2021). Penurunan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Menggunakan Teknik Alternate Nostril Breathing Exercise. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 3(2), 60-69. <https://doi.org/10.31539/jka.v3i2.2973>
- Prang, M. F., Kaunang, W. P. J., Sekeon, S. A. S. (2021). Hubungan antara Kebiasaan Merokok dengan Hipertensi di Kota Tomohon. *Jurnal KESMAS*, 10(6). <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/35460>
- Putra, S. (2022). Pengaruh Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi di Indonesia (A: Systematic Review). *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 5794–15798. <https://doi.org/10.31004/jptam.v6i2.4295>
- Retnaningsih, D., Kustriyani, M., & Sanjaya, B. T. (2017). Perilaku Merokok dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Seminar Nasional Hasil Penelitian dan Pengabdian Masyarakat UNIMUS*. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn12012010/article/view/2284>
- Rizal, A., & Jalpi, A. (2022). Analisis Perilaku Masyarakat terhadap Kejadian Penyakit Degeneratif di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Banjarmasin. *Jurnal Sains dan Teknologi*, 7(2). <http://dx.doi.org/10.31602/ajst.v7i2.6588>
- Ropingi, M., Prasetyani, D., & Prasetyo, A. (2023). *Gambaran Pengetahuan tentang Bahaya Merokok dan Perilaku Merokok pada Pasien Hipertensi di UPTD Puskesmas Adipala I Kabupaten Cilacap Tahun 2023*. Universitas Al-Irsyad Cilacap. <https://repository.universitasilrsyad.ac.id/id/eprint/862/>
- Ruslau, E., Antara, A. N., & Damayanti, S. (2023). Gambaran Pengetahuan Kepala Keluarga Penderita Hipertensi tentang Hipertensi di Desa Mulo Wilayah Kerja Puskesmas Wonosari 1 Gunungkidul. *Majalah Ilmu Keperawatan dan Kesehatan Indonesia*, 12(1). <https://doi.org/10.47317/mikki.v12i1.523>

- Sartika, A., Andri, J., & Padila, P. (2022). Progressive Muscle Relaxation (PMR) Intervention with Slow Deep Breathing Exercise (SDBE) on Blood Pressure of Hypertension Patients. *JOSING: Journal of Nursing and Health*, 2(2), 65-76. <https://doi.org/10.31539/josing.v2i2.3485>
- Siagian, H. J., Alifariki, L. O., & Tukatman, T. (2021). Karakteristik Merokok dan Tekanan Darah pada Pria Usia 30-65 Tahun: Cross Sectional Study. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 7(1), 106-109. <https://jurnal.htp.ac.id/index.php/keskom/article/download/871/296>
- Sidabutar, S., & Simbolon, R. (2020). Kebiasaan Merokok dan Kejadian Hipertensi pada Pria Berusia 40 Tahun. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 11(2), 142. <http://dx.doi.org/10.33846/sf11207>
- Sinaga, A. D. A., A. F., Syahlan, N., Siregar, S. M., Sofi, S., Zega, R. S., Annisa, A., & Dila, T. A. (2022). Faktor - Faktor yang Menyebabkan Hipertensi di Kelurahan Medan Tenggara. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 10(2), 136-147. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/32252>
- Sinambela, M. (2022). Analysis Of Factors That Influence Hypertension in Community Ages 20-40 Years in The Work Area of The Habinsaran Public Health Center, Toba Regency. *Jurnal Keperawatan dan Fisioterapi (JKF)*, 4(2), 140-146. <https://doi.org/10.35451/jkf.v4i2.956>
- Sulung, N., Novela, V., Febrina, C., Pradinata, H., Ningtyas, R. A., Saputra, N., K., & De Kock, F. (2021). Efektifitas Penyuluhan terhadap Pengetahuan Remaja tentang Rokok di SMPN 3 Bukit Pinang Sebatang Kelurahan Bukit Apit Puhun Kecamatan Guguk Panjang Kota Bukittinggi 2020. *Empowering Society Journal*, 2(1), 20-29. <https://ojs.fdk.ac.id/index.php/ESJ/article/view/698>
- Supriadi, A., & Husni, A. (2022). Pembinaan Pola Hidup Sehat “Cerdik” pada Lansia Risiko dan Hipertensi di Kelurahan Pajajaran Kota Bandung. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan Indonesia* 1(1). <https://jurnal.polkesban.ac.id/index.php/jpmki/article/view/963>
- Toat, A., Nina, N., & Daeli, W. (2024). Hubungan Perilaku Merokok, Stres Kerja, Shifting dengan Kejadian Hipertensi di PT.X. *Jurnal Praba: Jurnal Rumpun Kesehatan Umum*, 2(1), 1-12. <https://doi.org/10.62027/praba.v2i%601.64>
- Waskito, A., Safitri, N. D., Mandiri, M. D. A., Rahmah, A., & Paulina, P. (2022). Penyuluhan Pola Hidup Sehat Melalui Program Masyarakat Cerdik Cegah Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan* 6(2). <https://doi.org/10.31764/jpmb.v6i2.8717>