

BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Sejarah PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar

PT Pelabuhan Indonesia IV (empat) beroperasi di Indonesia bagian timur yang tersebar di 11 provinsi dan berkantor pusat di Makassar. Wilayah operasional kami terdiri dari 17 pelabuhan cabang, 3 anak perusahaan, dan 1 afiliasi yang tersebar dari Sulawesi Selatan, Sulawesi Tengah, Sulawesi Tenggara, Sulawesi Utara, Gorontalo, Kalimantan Timur, Kalimantan Utara, Maluku, Maluku Utara, Papua, dan Papua Barat. PT Pelabuhan Indonesia Jasa Maritim beralamat kantor pusat di Jl. Soekarno No. 1, Makassar-Sulawesi Selatan, 90173 Indonesia.

PT Pelabuhan Indonesia (Persero) menjadi Badan Usaha Milik Negara Indonesia yang bergerak di bidang logistik, khususnya pengelolaan dan pengembangan pelabuhan. Saat ini, perusahaan mengoperasikan 94 pelabuhan yang berlokasi di 32 provinsi di Indonesia. Dari Sumbar hingga Jawa Barat, Pelindo merupakan salah satu BUMN strategis dimana seluruh pelabuhan yang dikelola memiliki posisi signifikan dalam perhubungan jaringan perdagangan internasional berbasis transportasi laut.

Sementara itu, Pelindo IV (empat) mengelola Pelabuhan di 11 provinsi, yakni Kalimantan Timur, Kalimantan Utara, Sulawesi Selatan, Sulawesi Tengah, Sulawesi Tenggara, Gorontalo, Sulawesi Utara, Maluku Utara, Papua dan Papua Barat. Pelindo IV dibentuk berdasarkan PP No. 59 tanggal 19 Oktober 1991. Sedangkan, akta pembentukannya adalah Akta Notaris Imas Fatimah, SH No. 7 tanggal 1 Desember 1992.

Setiap Pelindo memiliki cabang dan anak perusahaan untuk mengelola bisnisnya. Pelindo I, II, III, IV adalah Badan Usaha Milik Negara (BUMN) tidak tercatat yang 100% sahamnya dimiliki oleh Kementerian BUMN selaku Pemegang Saham Negara Republik Indonesia. Oleh karena itu, tidak ada informasi mengenai Pemegang Saham Utama atau Saham Pengendali Individu di Pelindo. Republik Indonesia diwakili oleh Kementerian Badan Usaha Milik Negara Republik Indonesia sebagai pemilik tunggal dan pemegang saham tunggal.

2. Visi dan Misi PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar

a. Visi

Menjadi pemimpin ekosistem maritim terintegrasi dan berkelas dunia. Visi tersebut merupakan pernyataan cita-cita perusahaan menjadi pintu gerbang utama jaringan logistik global di Indonesia. Cita-cita ini muncul dilandasi dengan

potensi geografis, peluang bisnis serta kebijakan nasional yang membuka peluang bagi perusahaan untuk merealisasikan visi tersebut.

b. Misi

Mewujudkan jaringan ekosistem maritim nasional melalui peningkatan konektivitas jaringan dan integrasi pelayanan guna mendukung pertumbuhan ekonomi negara. Menyediakan jasa kepelabuhanan dan maritim yang handal dan terintegrasi dengan kawasan industri untuk mendukung jaringan logistik Indonesia dan Global dengan memaksimalkan manfaat ekonomi selat malaka.

B. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar pada tanggal 20 Maret 2023 – 15 April 2023. Hasil penelitian ini diperoleh menggunakan Teknik pembagian kuesioner dengan jumlah sampel 110 responden yang menggunakan karyawan di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar.

Data yang diperoleh kemudian diolah menggunakan program SPSS dan data-data dianalisis melalui tiga tahap analisis statistik yaitu analisis univariat, bivariat dan multivariat. Selain itu, data diolah dan dianalisis sesuai dengan tujuan penelitian serta disajikan dalam bentuk table yang dilengkapi dengan penjelasan.

1. Analisis Univariat

a. Variabel Umur

Tabel 5.1
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur Responden
di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar
Tahun 2023

Umur	n	%
≤ 40 tahun (muda)	80	72.7
> 40 tahun (tua)	30	27.3
Total	110	100

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 5.1 menunjukkan bahwa dari 110 responden, umur responden terbanyak berada pada usia ≤ 40 tahun (muda) sebanyak 80 orang (72.7%).

b. Variabel Jenis Kelamin

Tabel 5.2
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Responden
di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar
Tahun 2023

Jenis Kelamin	n	%
Laki-laki	88	80.0
perempuan	22	20.0
Total	110	100

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 5.2 menunjukkan bahwa dari 110 responden, yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 88 orang (80.0%) dan yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 22 orang (20.0%).

c. Variabel Pendidikan

Tabel 5.3
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan Terakhir
Responden di PT. Pelindo (Persero) Regional IV
Makassar Tahun 2023

Pendidikan Terakhir	n	%
Rendah (SD-SMP)	11	10.0
Tinggi (SMA-Perguruan tinggi)	99	90.0
Total	110	100

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 5.3 menunjukkan bahwa dari 110 responden, pendidikan terakhir responden terbanyak berada pada pendidikan Tinggi sebanyak 99 orang (90.0%).

d. Divisi Responden

Tabel 5.4
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Divisi Responden
di PT. Pelindo (Persero) Regional IV
Makassar Tahun 2023

Divisi	n	%
ABK	22	20.0
Administrasi	28	25.5
Operator	23	20.9
Operasional	37	33.6
Total	110	100

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 5.4 menunjukkan bahwa dari 110 responden, divisi responden terbanyak berada pada divisi operasional sebanyak 37 orang (33.6%)

e. Variabel Tekanan Darah

Tabel 5.5
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tekanan Darah
Responden di PT. Pelindo (Persero) Regional IV
Makassar Tahun 2023

Tekanan Darah	n	%
Normal	61	55.5
Tekanan darah tinggi	49	44.5
Total	110	100

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 5.5 menunjukkan bahwa dari 110 responden, responden terbanyak berada pada responden yang tidak mengalami tekanan darah sebanyak 61 orang (55.5%)

f. Variabel Riwayat Keluarga

Tabel 5.6
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Riwayat Keluarga
Responden di PT. Pelindo (Persero) Regional IV
Makassar Tahun 2023

Riwayat Keluarga	n	%
Ada	48	43.6
Tidak ada	62	56.4
Total	110	100

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 5.6 menunjukkan bahwa dari 110 responden, responden terbanyak berada pada responden yang tidak ada Riwayat tekanan darah pada keluarganya sebanyak 56 orang (54.5%).

Tabel 5.7
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Riwayat Keluarga
Responden di PT. Pelindo (Persero) Regional IV
Makassar Tahun 2023

Riwayat Keluarga Tekanan darah	n	%
Tidak ada	62	56.4
Ayah	24	21.8
Ibu	16	14.5
Kakek	4	3.6
Nenek	4	3.6
Total	110	100

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 5.7 menunjukkan bahwa dari 110 responden, responden terbanyak berada pada responden yang tidak ada

Riwayat tekanan darah pada keluarganya sebanyak 62 orang (56.4%).

g. Variabel Kebiasaan Makan

Tabel 5.8
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kebiasaan Makan Responden di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar Tahun 2023

Kebiasaan Makan	n	%
Kurang	7	6.4
Cukup	103	93.6
Total	110	100

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 5.8 menunjukkan bahwa dari 110 responden, responden terbanyak berada pada responden yang kebiasaan makannya Cukup sebanyak 103 orang (93.6%).

h. Variabel Aktivitas Fisik

Tabel 5.9
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Aktivitas Fisik Responden di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar Tahun 2023

Aktivitas Fisik	n	%
Kurang	3	2.7
Baik	107	97.3
Total	110	100

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 5.9 menunjukkan bahwa dari 110 responden, responden terbanyak berada pada responden yang aktivitas fisiknya Baik sebanyak 107 orang (97.3%).

i. Variabel Stres Kerja

Tabel 5.10
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Stres Kerja Responden di
PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar Tahun 2023

Stres Kerja	n	%
Stress ringan	89	80.9
Stress berat	21	19.1
Total	110	100

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 5.10 menunjukkan bahwa dari 110 responden, responden terbanyak berada pada responden yang mengalami stress sedang sebanyak 89 orang (80.9%).

2. Analisis Bivariat

Tabel berikut merupakan hasil tabulasi silang antara variabel-variabel yang diteliti, kemudian dilakukan analisis antara variabel independen dengan variabel dependen untuk melihat hubungan dari variabel independen dan dependen tersebut yaitu sebagai berikut :

a. Hubungan Umur dengan Tekanan Darah

Tabel 5.11
Hubungan Umur dengan Tekanan Darah di PT.
Pelindo (Persero) Regional IV Makassar
Tahun 2023

Umur	tekanan darah				Jumlah		Pvalue
	Tekanan Darah Tinggi		Tekanan Darah Normal				
	n	%	n	%	N	%	
Tua	28	93.3	2	6.7	30	100	0,000
Muda	21	26.3	59	73.8	80	100	
Total	49	44.5	61	55.5	110	100	

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 5.11 menunjukkan bahwa dari 30 responden terdapat 28 responden (93.3%) yang berumur tua memiliki tekanan darah tinggi dan 2 responden (6.7%) yang berumur tua memiliki tekanan darah normal. Kemudian dari 80 responden terdapat 21 responden (26.3%) yang berumur muda memiliki tekanan darah tinggi dan 59 responden (73.8%) yang berumur muda memiliki tekanan darah normal. Terdapat 5 orang yang memiliki diagnosa dokter mengalami tekanan darah tinggi.

Berdasarkan hasil uji statistik *chi-square*, terlihat bahwa nilai *p value* = 0.000 < 0.05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara umur dengan tekanan darah di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar Tahun 2023.

b. Hubungan Jenis Kelamin dengan Tekanan Darah

Tabel 5.12
Hubungan Jenis Kelamin dengan Tekanan Darah
di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar
Tahun 2023

Jenis Kelamin	tekanan darah				Jumlah		Pvalue
	Tekanan Darah Tinggi		Tekanan Darah Normal				
	n	%	n	%	N	%	
Laki-laki	44	50.0	44	50.0	88	100	0,039
Perempuan	5	22.7	17	77.3	22	100	
Total	49	44.5	61	55.5	110	100	

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 5.12 menunjukkan bahwa dari 88 responden terdapat 44 responden (50.0%) yang jenis kelamin laki-laki memiliki tekanan darah tinggi dan 44 responden (50.0%) yang jenis kelamin laki-laki memiliki tekanan darah normal. Kemudian dari 22 responden terdapat 5 responden (22.7%) yang jenis kelamin perempuan yang memiliki tekanan darah tinggi dan 17 responden (77.3%) yang jenis kelamin perempuan memiliki tekanan darah normal. Terdapat 8 orang yang memiliki diagnosa dokter mengalami tekanan darah tinggi.

Berdasarkan hasil uji statistik *chi-square*, terlihat bahwa nilai *p value* = 0.039 < 0.05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara jenis kelamin dengan tekanan darah di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar Tahun 2023.

c. Hubungan Pendidikan dengan Tekanan Darah

Tabel 5.13
Hubungan Pendidikan dengan Tekanan Darah
di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar
Tahun 2023

Pendidikan	tekanan darah				Jumlah		Pvalue
	Tekanan Darah Tinggi		Tekanan Darah Normal				
	n	%	n	%	N	%	
Rendah	9	81.8	2	18.2	11	100	0,011
Tinggi	40	40.4	59	59.6	99	100	
Total	49	44.5	61	55.5	110	100	

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 5.13 menunjukkan bahwa dari 11 responden terdapat 9 responden (81.8%) yang pendidikan rendah memiliki tekanan darah tinggi dan 2 responden (18.2%) yang Pendidikan rendah memiliki tekanan darah normal. Kemudian dari 99 responden terdapat 40 responden (40.4%) yang Pendidikan tinggi memiliki tekanan darah tinggi dan 59 responden (59.6%) yang Pendidikan tinggi memiliki tekanan darah normal. Terdapat 6 orang yang memiliki diagnosa dokter mengalami tekanan darah tinggi.

Berdasarkan hasil uji statistik *chi-square*, terlihat bahwa nilai *p value* = 0.011 < 0.05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara Pendidikan dengan tekanan darah di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar Tahun 2023.

d. Hubungan Riwayat Keluarga dengan tekanan darah

Tabel 5.14
Hubungan Riwayat Keluarga dengan Tekanan darah
di PT. Pelindo (Persero) Regional IV
Makassar Tahun 2023

Riwayat Keluarga	tekanan darah				Jumlah		Pvalue
	Tekanan Darah Tinggi		Tekanan Darah Normal				
	n	%	n	%	N	%	
Ada	47	97.9	1	2.1	48	100	0,000
Tidak ada	2	3.2	60	96.8	62	100	
Total	49	45.5	61	55.5	110	100	

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 5.14 menunjukkan bahwa dari 48 responden terdapat 47 responden (97.9%) yang ada Riwayat keluarga memiliki tekanan darah tinggi dan 1 responden (2.1%) yang ada Riwayat keluarga memiliki tekanan darah normal. Kemudian dari 62 responden terdapat 2 responden (3.2%) yang tidak ada Riwayat keluarga memiliki tekanan darah tinggi dan 60 responden (96.8%) yang tidak ada Riwayat keluarga memiliki tekanan darah normal. Terdapat 15 orang yang memiliki diagnosa dokter mengalami tekanan darah tinggi.

Berdasarkan hasil uji statistik *chi-square*, terlihat bahwa nilai *p value* = 0.000 < 0.05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara Riwayat keluarga dengan tekanan darah di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar Tahun 2023.

e. Hubungan Kebiasaan Makan dengan tekanan darah

Tabel 5.15
Hubungan Kebiasaan Makan dengan Tekanan Darah
di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar
Tahun 2023

Kebiasaan Makan	tekanan darah				Jumlah		Pvalue
	Tekanan Darah Tinggi		Tekanan Darah Normal				
	n	%	n	%	N	%	
Kurang	5	71.4	2	28.6	7	100	0,238
Cukup	44	42.7	59	57.3	103	100	
Total	49	44.5	61	55.5	110	100	

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 5.15 menunjukkan bahwa dari 7 responden terdapat 5 responden (71.4%) yang Kebiasaan makannya Kurang memiliki tekanan darah tinggi dan 2 responden (28.6%) yang Kebiasaan makannya Kurang memiliki tekanan darah normal. Kemudian dari 103 responden terdapat 44 responden (42.7%) yang Kebiasaan makannya Cukup memiliki tekanan darah tinggi sedangkan 59 responden (57.3%) yang Kebiasaan makannya Cukup memiliki tekanan darah normal. Terdapat 7 orang yang memiliki diagnosa dokter mengalami tekanan darah tinggi.

Berdasarkan hasil uji statistik *chi-square*, terlihat bahwa nilai *p value* = 0.238 < 0.05 sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara Kebiasaan makan dengan tekanan darah di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar Tahun 2023.

f. Hubungan Aktivitas Fisik dengan tekanan darah

Tabel 5.16
Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tekanan darah
di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar
Tahun 2023

Aktivitas fisik	tekanan darah				Jumlah		Pvalue
	Tekanan Darah Tinggi		Tekanan Darah Normal				
	n	%	n	%	N	%	
Kurang	1	50.0	1	50.0	2	100	0,526
Baik	48	53.9	60	56.1	108	100	
Total	49	44.5	61	55.5	110	100	

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 5.16 menunjukkan bahwa dari 2 responden terdapat 1 responden (50.0%) yang Aktivitas Fisiknya Kurang memiliki tekanan darah tinggi dan 1 responden (50.0%) yang Aktivitas fisiknya Kurang memiliki tekanan darah normal. Kemudian dari 108 responden terdapat 48 responden (53.9%) yang Aktivitas fisiknya Baik memiliki tekanan darah tinggi dan 60 responden (56.1%) yang Aktivitas fisiknya Baik memiliki tekanan darah normal. Terdapat 12 orang yang memiliki diagnosa dokter mengalami tekanan darah tinggi.

Berdasarkan hasil uji statistik *chi-square*, terlihat bahwa nilai *p value* = 0.526 < 0.05 sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara Aktivitas Fisik dengan tekanan darah di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar Tahun 2023.

g. Hubungan Stress Kerja dengan tekanan darah

Tabel 5.17
Hubungan Stress Kerja dengan Tekanan darah
di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar
Tahun 2023

Stress Kerja	tekanan darah				Jumlah		Pvalue
	Tekanan Darah Tinggi		Tekanan Darah Normal				
	n	%	n	%	N	%	
Stress ringan	39	43.8	50	56.2	89	100	0.753
Stress berat	10	47.6	11	52.4	21	100	
Total	49	44.5	61	55.5	110	100	

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 5.17 menunjukkan bahwa dari 89 responden terdapat 39 responden yang Stress sedang (43.8%) memiliki tekanan darah tinggi dan 50 responden yang Stress sedang (56.2%) memiliki tekanan darah normal. Kemudian dari 21 responden terdapat 10 responden yang stress berat (47.6) memiliki tekanan darah tinggi dan 11 responden yang Stress berat (52.4%) memiliki tekanan darah normal. Terdapat 9 orang yang memiliki diagnosa dokter mengalami tekanan darah tinggi.

Berdasarkan hasil uji statistik *chi-square*, terlihat bahwa nilai *p value* = 0.753 < 0.05 sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara Stress Kerja dengan tekanan darah di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar Tahun 2023.

3. Analisis Multivariat

a. Seleksi variabel sebagai kandidat multivariat

Analisis multivariat diawali dengan melakukan analisis antar variabel dependen dengan variabel dependen untuk menentukan variabel apa saja yang akan masuk dalam model multivariat. Jika didapatkan *p value* < 0.05 maka variabel tersebut dapat dimasukkan pada analisis ini menggunakan regresi logistic berganda. Pada table berikut ini dapat dilihat adalah *p value* dari masing-masing variabel

dalam penelitian ini yang diperoleh dari analisis bivariat menggunakan uji regresi logistic sederhana.

Tabel 5.18

Hasil Seleksi Variabel sebagai Kandidat Multivariat

Variabel	<i>P value</i>
Umur	0.000
Jenis kelamin	0.039
Pendidikan	0.011
Riwayat keluarga	0.000
Kebiasaan makan	0.238
Aktivitas fisik	0.526
Stress kerja	0.753

Dari hasil seleksi maka dapat diketahui bahwa variabel Umur, Jenis kelamin, Pendidikan dan Riwayat keluarga memiliki *p value* <0.05 sehingga variabel tersebut akan dimasukkan kedalam analisis multivariat. Sementara pada variabel Pola makan, Aktivitas fisik dan Stres kerja tidak dimasukkan kedalam analisis ini sebab memiliki *p value* > 0.05.

b. Pemodelan multivariat

Tabel 5.19

Hasil Uji Regresi Logistik untuk Identifikasi Variabel Paling Berpengaruh dengan Tekanan Darah di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar Tahun 2023 (Step 1)

Variabel	B	Sign	Exp (B)	95%CI	
Umur	3.691	0.022	1.518	1.715	936.191
Jenis kelamin	0.740	0.799	2.097	0.007	625.660

Pendidikan	-0.668	0.706	0.513	0.016	16.465
Riwayat keluarga	7.211	0.000	40.070	75.776	24212.373

Sumber: Data Primer, 2023

Pada tabel 5.19 terlihat variabel Jenis kelamin dan Pendidikan akan dikeluarkan pada step 1, kemudian dilakukan analisis berikutnya tanpa mengikutkan variabel Jenis kelamin dan Pendidikan dalam tabel berikut ini :

Tabel 5.20
Hasil Uji Regresi Logistik untuk Identifikasi Variabel
Paling Berpengaruh dengan Tekanan Darah
di PT. Pelindo (Persero) Regional IV
Makassar Tahun 2023
(Step 2)

Variabel	B	Sign	Exp (B)	95%CI	
Riwayat keluarga	7.141	0.000	32.098	79.599	20.792
Umur	3.469	0.022	13.680	1.636	63.682

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan hasil uji regresi logistic berganda, didapatkan bahwa nilai variabel yang paling berhubungan dengan tekanan darah di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar Tahun 2023 yaitu variabel Riwayat Keluarga dengan nilai $p\ value = 0.000$. setelah dilakukan analisis lanjut diperoleh nilai kuat pengaruh dari variabel riwayat keluarga yaitu 32.098.

C. Pembahasan

Dalam penelitian ini ada 7 variabel yang diteliti, yang diduga berhubungan dengan tekanan darah di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar Tahun 2023. Dari hasil analisis statistik

menunjukkan hanya ada 4 variabel yang berhubungan terhadap tekanan darah di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar Tahun 2023.

1. Pengaruh Umur Terhadap Tekanan Darah Di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar Tahun 2023.

Tekanan darah merupakan salah satu penyakit degeneratif, dengan bertambahnya umur, maka tekanan darah juga akan meningkat yang disebabkan oleh beberapa perubahan. Perubahan tersebut tentu sangat berpengaruh terhadap kesehatan tubuh krena jika sudah mulai bertambahnya usia maka kekebalan tubuh juga akan berkurang tidak sama seperti saat masih muda (Apriyandi, 2022).

Tekanan darah yang sering terjadi pada usia 50 tahun ke atas terjadi karena adanya peningkatan sistolik dan tidak pada diastoliknya. Peningkatan tekanan darah ini sebagian besar terjadi karena adanya perubahan struktural dalam arteri, dimana arteri menjadi lebih kaku dan tidak elastis. (Aini & Khasanah, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui bahwa terdapat 28 karyawan (93.3%) yang berumur tua memiliki Tekanan darah tinggi, Hal ini dikarenakan berdasarkan hasil observasi diketahui bahwa karyawan yang memiliki umur kategori Tua dan memiliki Tekanan darah tinggi sudah sejak memasuki usia di umur 30 Tahun yang dimana hal tersebut

sangat berpengaruh bagi kesehatan karena fungsi organ tubuh manusia jika semakin tua maka fungsinya akan melemah dan mudah terserang penyakit, selain itu para karyawan yang sudah tua dan memiliki tekanan darah tinggi diketahui memiliki kebiasaan makan yang buruk seperti makan yang tidak teratur aktivitas fisik yang jarang dilakukan berolahraga hal itu dapat memicu terjadinya Tekanan darah tinggi. Peningkatan kejadian tekanan darah tinggi karena bertambahnya usia terjadi secara alami sebagai proses degenerative dan didukung oleh beberapa faktor eksternal. Hal ini sejalan dengan penelitian (Hasan, 2022) yang mengatakan bahwa, semakin Bertambahnya umur seseorang maka terjadi penurunan fungsi fisiologis dan daya tahan tubuh yang terjadi karena proses penuaan yang dapat menyebabkan seseorang rentan terhadap penyakit salah satunya tekanan darah.

Sedangkan terdapat 2 karyawan (6.7%) yang berumur tua dan memiliki tekanan darah normal, hal ini dikarenakan pada observasi pada saat penelitian diketahui bahwa karyawan yang dalam kategori umur tua dan memiliki tekanan darah normal karena diketahui karyawan tersebut lebih menjaga pola makan dan rajin melakukan aktivitas fisik yang rutin seperti rutin berolahraga hal ini tentunya dapat mencegah terjadinya tekanan darah tinggi di usia yang sudah tua, selain itu

karyawan yang tua dan memiliki tekanan darah normal diketahui tidak memiliki riwayat keluarga yang memiliki riwayat penyakit tekanan darah tinggi sehingga walaupun umurnya yang sudah termasuk tua karyawan tersebut tidak mengalami tekanan darah tinggi. Hal ini didukung oleh penelitian (Susanti et al., 2020) bahwa, Aktivitas fisik secara teori mempengaruhi tekanan darah seseorang, semakin sering seseorang melakukan aktivitas fisik maka semakin kecil risiko terkena tekanan darah tinggi. Aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur dan tepat dengan frekuensi dan lamanya waktu yang sesuai akan membantu seseorang dalam menurunkan tekanan darahnya.

Kemudian terdapat 21 karyawan (26.3%) yang berumur muda memiliki Tekanan darah tinggi, hal ini dapat terjadi karena berdasarkan observasi diketahui karyawan yang masih muda dan memiliki Tekanan darah tinggi mempunyai Riwayat keluarga baik itu dari Ibu, Ayah, Kakek dan Nenek hal itu akan berpengaruh. Banyaknya pengaruh-pengaruh seperti stress, tidak menjaga pola makan dan jarang melakukan aktivitas fisik sehingga diusia muda dapat memicu terjadinya tekanan darah tinggi. Selain itu diketahui karyawan yang memiliki umur kategori muda dan memiliki tekanan darah tinggi terkadang tidak memperhatikan kebiasaan makan dikarenakan sibuk

dengan pekerjaan, hal tersebut sangatlah berpengaruh terhadap kesehatan dan dapat memicu terjadinya Tekanandarah tinggi di Usia muda. Mengonsumsi makanan lemak yang berlebih dan mengonsumsi makanan yang mengandung banyak garam. Hal ini didukung oleh penelitian (Saifuddin & Saifuddin, 2022) mengatakan bahwa, Karakteristik individu dan kebiasaan memiliki peran penting dalam mempengaruhi tekanan darah. Tekanan darah meningkat seiring dengan bertambahnya umur, namun belakangan ini terjadi pergeseran tekanan darah ke usia yang lebih muda.

Dan terdapat 59 karyawan (73.8%) yang berumur muda dan memiliki tekanan darah normal, Hal ini dikarenakan berdasarkan observasi pada karyawan yang muda dan tidak mengalami tekanan darah tinggi karena karyawan tersebut sangat menjaga kesehatannya selain itu sangat rutin juga melakukan olahraga-olahraga yang bermanfaat bagi Kesehatan untuk mencegah terjadinya Tekanan darah tinggi di usia muda yang dimana hal tersebut sangat berpengaruh di kehidupan sehari-hari, Olahraga seperti jalan santai, jogging, bersepeda ataupun aerobic, dan juga para karyawan jarang mengonsumsi kafein yang dapat menyebabkan terjadinya tekanan darah. Selain itu karyawan yang memiliki umur dalam kategori muda dan tidak memiliki tekanan darah tinggi juga sangat

memperhatikan kebiasaan makan dan keteraturan makannya dalam sehari, Hal ini sejalan dengan penelitian (Supratman, 2022) yang mengatakan bahwa, Aktifitas yang cukup dapat membantu menguatkan jantung sehingga dapat memompa darah lebih baik. 20 Tekanan darah dipengaruhi oleh aktivitas fisik, tekanan darah akan lebih tinggi pada saat melakukan aktivitas fisik dan akan lebih rendah saat beristirahat. Aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur dapat mengurangi kekakuan pada pembuluh darah dan akan meningkatkan daya tahan jantung serta paru-paru sehingga dapat menurunkan tekanan darah.

Hasil uji statistic ini menunjukkan bahwa hubungan umur dengan Tekanan Darah memiliki $p\ value = 0.000 < 0.05$ dengan nilai Exp (B) 40.070. Tekanan darah yang didapatkan pada karyawan yaitu pada saat penelitian. Pada penelitian ini Umur memiliki hubungan dengan Tekanan Darah, Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Apriyandi, 2022) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan umur terhadap tekanan darah berdasarkan uraian yang dilakukan oleh apriyadi terbukti bahwa peningkatan usia merupakan salah satu faktor risiko terjadinya tekanan darah, Pertambahan usia dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah akibat penimbunan zat kolagen pada lapisan otot yang

mengakibatkan penebalan dinding arteri serta penyempitan pembuluh darah dan membuat pembuluh darah menjadi kaku.

2. Pengaruh Jenis Kelamin Terhadap Tekanan Darah Di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar Tahun 2023.

Jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tekanan darah yang tidak dapat diubah. Faktor resiko terjadinya tekanan darah terbagi dalam dua faktor yaitu faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi dan faktor risiko yang dapat dimodifikasi. Jenis kelamin merupakan faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi. Maka perlu adanya untuk dilakukan pencegahan sehingga tidak terjadinya tekanan darah.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa terdapat 44 karyawan (50.0%) berjenis kelamin laki-laki yang memiliki tekanan darah tinggi, hal ini dikarenakan berdasarkan hasil observasi diketahui bahwa karyawan laki-laki lebih banyak yang bekerja pada bagian lapangan dan pekerjaan yang dilakukan melibatkan kerja otot seperti mendorong, mengangkat dan memindahkan barang dan aktivitas fisik lainnya, yang dimana diketahui bahwa pekerjaan tersebut dapat mempengaruhi peningkatan jantung sehingga akan meningkatkan tekanan darah para karyawan serta diketahui karyawan laki-laki cenderung mengonsumsi cafein setelah melakukan pekerjaan yang dimana zat cafein dapat meningkatkan frekuensi detak jantung yang menyebabkan tekanan darah tinggi. Hal ini

sejalan dengan penelitian (Tumanduk et al., 2019) yang menjelaskan bahwa, Jika beban kerja yang berat dan zat cafein dikonsumsi terus menerus dapat meningkatkan detak jantung yang akan menyebabkan peningkatan tekanan darah.

Sedangkan terdapat 44 orang karyawan (50.0%) berjenis kelamin laki-laki dengan tekanan darah normal, Hal ini dikarenakan berdasarkan hasil observasi karyawan yang jenis kelamin laki-laki dengan tekanan darah normal dapat menjaga kesehatannya dengan tidak merokok dan menjaga pola makannya selain itu banyak faktor-faktor lain juga sehingga tidak terjadi tekanan darah seperti karyawan tersebut rajin melakukan aktivitas fisik seperti melakukan olahraga yang rutin, selain itu karyawan laki-laki tidak mengkonsumsi kafein dan tidak merokok. Hal ini sejalan dengan penelitian (Rosadi & Hildawati, 2022) bahwa, Upaya penatalaksanaan tekanan darah pada dasarnya dapat dilakukan melalui terapi non farmakologis yaitu dengan modifikasi gaya hidup dan terapi farmakologis dengan menggunakan obat-obatan antitekanan darah.

Kemudian 5 orang karyawan (22.7%) berjenis kelamin perempuan yang memiliki tekanan darah tinggi, hal ini dikarenakan berdasarkan hasil pengisian kuesioner karyawan memiliki kebiasaan makan yang buruk yakni sering

mengonsumsi makan-makanan siap saji dan suka makan jajanan-jajanan yang kurang sehat yang dimana diketahui kebiasaan makan yang kurang sehat dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah. Hal ini didukung oleh penelitian (Purwono et al., 2020) yang mengatakan, jumlah makan perlu diperhatikan untuk meringankan pekerjaan saluran pencernaan dimana sebaiknya makan tiga kali sehari dalam porsi kecil. Jenis makanan merangsang perlu di perhatikan agar tidak merusak lapisan mukosa lambung. Selain itu mengonsumsi garam atau banyaknya kandungan natrium dalam makanan yang dikonsumsi merupakan salah satu penyebab tekanan darah tinggi.

Dan terdapat sebanyak 17 orang karyawan (77.3%) berjenis kelamin perempuan dengan tekanan darah normal, hal ini dapat terjadi karena umur karyawan yang masih muda, selain itu pola hidup karyawan perempuan juga sangat berbeda dengan laki-laki, karena perempuan tidak mengonsumsi rokok, karena kandungan yang ada didalam rokok sangat berbahaya bagi Kesehatan tubuh, pola makan karyawan perempuan juga sangat dijaga seperti rajin mengonsumsi buah dan sayuran. Mengonsumsi makanan yang sehat dapat mencegah terjadinya tekanan darah. Hal ini didukung oleh penelitian (Hasan, 2022) yang mengatakan bahwa, zat-zat kimia beracun seperti nikotin

dan karbon monoksida yang dihisap melalui rokok akan memasuki sirkulasi darah dan merusak lapisan endotel pembuluh darah arteri, zat tersebut mengakibatkan proses arteriosklerosis dan tekanan darah tinggi.

Hasil uji statistik ini menunjukkan bahwa hubungan jenis kelamin dengan tekanan darah memiliki $p \text{ value} = 0.039 < 0.05$ dengan nilai Exp (B) 2.097 . Tekanan darah yang didapatkan pada karyawan yaitu pada saat penelitian. Pada penelitian ini Jenis Kelamin memiliki hubungan dengan tekanan darah. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Oktavia dkk, 2021) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan tekanan darah pada karyawan dengan $p \text{ value} = 0.000$.

3. Pengaruh Pendidikan Terhadap Tekanan Darah Di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar Tahun 2023.

Pada umumnya, penyakit tekanan darah banyak diderita oleh masyarakat yang dominan umur lansia, namun kasusnya saat ini usia muda atau usia produktif juga banyak yang menderita penyakit tekanan darah.

Angka tekanan darah cenderung meningkat karena kurangnya pengetahuan masyarakat yang memadai tentang penyakit tekanan darah dan pencegahannya. Secara umum, individu yang mempunyai pengetahuan dibawah rata-rata, maka individu tersebut akan dominan memiliki sikap yang

kurang objektif dalam menanggapi penyakit, begitu pula sebaliknya (Fahriah dkk, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa terdapat 9 karyawan (81.8%) yang pendidikan rendah memiliki Tekanan darah tinggi, Hal ini disebabkan karena berdasarkan hasil observasi karyawan yang kategori Pendidikan rendah dan memiliki tekanan darah tinggi tidak mencari tahu informasi dan pengetahuan yang dapat menimbulkan perilaku dan pola hidup yang tidak sehat seperti tidak tahu nya tentang bahaya, serta pencegahan terjadinya tekanan darah. Selain itu karyawan yang memiliki Pendidikan rendah dengan tekanan darah tinggi diketahui memiliki kebiasaan mengonsumsi kafein dan merokok hal ini sangat berpengaruh terhadap kesehatan. Adanya perubahan pada kebiasaan konsumtif dan gaya hidup dapat menjadi indikator penyebab utama terjadinya penyakit tekanan darah tinggi. Hal ini didukung oleh penelitian (Maulidina, 2019) yang mengatakan bahwa, tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap pengetahuan seseorang semakin banyak informasi dapat mempengaruhi atau menambah pengetahuan seseorang akan berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya.

Sedangkan terdapat 2 karyawan (18.2%) yang Pendidikan rendah dan memiliki tekanan darah normal, Hal ini

dikarenakan berdasarkan hasil observasi pada saat penelitian karyawan yang dalam katgeori Pendidikan rendah tetapi karyawan tersebut dapat menjaga kebiasaan makannya seperti tidak memakan makanan yang berlemak kurang mengonsumsi garam yang dan juga makan dengan diselingi buah-buahan sehingga hal tersebut dapat mencegah terjadinya penyakit tekanan darah tinggi, selain itu karyawan yang memiliki Pendidikan dalam kategori rendah tetapi tidak mengalami tekanan darah ia juga sering mencari tahu apa-apa saja factor yang dapat memicu terjadinya tekanan darah tinggi. Tingkat pendidikan memiliki dampak bukan hanya mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, namun dapat juga mempengaruhi kemampuan seseorang dalam mengolah berbagai informasi. (Rahmadini et al., 2023) yang mengatakan bahwa, Pengetahuan juga merupakan bidang yang penting membentuk perilaku seseorang, yang mana pengetahuan ini diperoleh melalui proses belajar/pendidikan dan informasi yang diperoleh. Mengamati suatu objek menghasilkan berbagai informasi dan pengalaman yang diperoleh seseorang untuk mempertahankan dan meningkatkan kondisi kesehatannya yang optimal.

Kemudian 40 karyawan (40.4%) yang Pendidikan tinggi memiliki tekanan darah tinggi, Hal ini dapat terjadi karena dari

hasil observasi karyawan yang Pendidikan tinggi dan memiliki tekanan darah tinggi diketahui tidak menjaga pola hidup yang sehat sering mengonsumsi makanan yang banyak mengandung garam, walaupun berpendidikan tinggi tidak menutup kemungkinan tidak mengalami tekanan darah tinggi karena bisa saja tekanan darah tinggi tersebut berasal dari keluarga, selain itu diketahui para karyawan yang Pendidikan tinggi dan memiliki tekanan darah tinggi memiliki Riwayat keluarga yang memiliki riwayat penyakit tekanan darah tinggi, riwayat keluarga adalah salah satu factor yang dapat menyebabkan terjadinya tekanan darah tinggi karena tekanan darah tinggi dapat diturunkan dari orang tua ke anak. Kebiasaan-kebiasaan buruk lainnya juga seperti gaya hidup yang modern sering mengonsumsi makanan yang berlemak, siap saji dan makanan yang masih mentah. Dengan tingkat pendidikan yang tinggi diharapkan juga memiliki kualitas hidup yang tinggi sehingga kesejahteraan dapat tercapai. Hal ini sejalan dengan penelitian (Mayefis et al., 2022) yang mengatakan bahwa, Setiap manusia baik secara individu maupun secara kelompok telah memiliki perilaku yang berbeda. Ada yang sebagian orang berperilaku selalu mempertimbangkan aspek disekitarnya dan sebagian lagi

bertindak sesukanya. Disinilah peran pendidikan sangat dibutuhkan.

Dan terdapat 59 karyawan (59.6%) yang Pendidikan tinggi dan memiliki tekanan darah normal, Hal ini dikarenakan berdasarkan hasil observasi karyawan yang memiliki Pendidikan tinggi dan memiliki tekanan darah normal diketahui karyawan tersebut menjaga dengan baik kesehatannya karena Pendidikan mempengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah orang tersebut untuk menerima informasi tentang cara pencegahan Tekanan darah tinggi. Selain itu diketahui karyawan yang Pendidikan tinggi dengan tekanan darah normal memiliki kebiasaan rajin berolahraga dan tidak merokok, kandungan nikotin yang ada pada rokok sangatlah berbahaya karena dapat merangsang simpatis sehingga memicu kerja jantung lebih cepat sehingga peredaran darah mengalir lebih cepat dan terjadi penyempitan pembuluh darah, melakukan aktivitas fisik yang ringan seperti berolahraga sangat berpengaruh untuk mencegah terjadinya tekanan darah. Hal ini didukung oleh penelitian (Sirait, 2022) yang mengatakan bahwa, Pendidikan yang tinggi maka seseorang akan cenderung mendapatkan informasi untuk pencegahan terjadinya tekanan darah, baik dari orang lain maupun dari media massa pengetahuan sangat erat kaitannya

dengan pendidikan dimana diharapkan seseorang berpendidikan tinggi, maka orang tersebut semakin luas pengetahuannya.

Hasil uji statistic menunjukkan bahwa hubungan Pendidikan dengan tekanan darah memiliki $p\ value = 0.011 < 0.05$ dengan nilai Exp (B) 0.513. Tekanan darah yang didapatkan pada karyawan yaitu pada saat penelitian. Pada penelitian ini Pendidikan memiliki hubungan dengan tekanan darah. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Syamsia, 2022) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan Pendidikan terhadap tekanan darah ($p\ value = 0.000$).

4. Pengaruh Riwayat Keluarga Terhadap Tekanan Darah Di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar Tahun 2023.

Riwayat kesehatan keluarga adalah alat yang berguna untuk memahami risiko kesehatan dan mencegah penyakit. Keluarga yang mengalami tekanan darah baik itu ayah, ibu, kakek dan nenek dapat menjadi salah satu faktor yang tidak dapat dirubah sehingga mengalami tekanan darah, namun kejadian ini dapat dikurangi apabila seseorang menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat seperti konsumsi makanan yang bergizi baik, melakukan aktifitas fisik yang sesuai dengan kebutuhan, menghindari stress, dan lain sebagainya (Safitri, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa terdapat 47 karyawan (97.9%) yang ada Riwayat keluarga memiliki tekanan darah tinggi, Hal ini disebabkan berdasarkan hasil observasi karyawan yang memiliki tekanan darah tinggi diturunkan oleh keluarga, baik itu dari ayah, ibu, kakek dan nenek hal tersebut dapat terjadi karena riwayat keluarga adalah salah satu faktor yang dapat memicu terjadinya tekanan darah tinggi, oleh karena itu karyawan yang diketahui memiliki keluarga yang memiliki riwayat tekanan darah tinggi karyawan tersebut juga memiliki tekanan darah tinggi, namun tekanan darah tinggi ini dapat dikurangi atau dapat dihindari apabila dapat menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat seperti konsumsi makanan yang bergizi baik, melakukan aktifitas fisik yang sesuai dengan kebutuhan, menghindari stress, dan lain sebagainya. Hal ini sejalan dengan penelitian (Yusmaniar & Safitri, 2022) yang mengatakan bahwa, riwayat tekanan darah keluarga merupakan faktor genetik yang diturunkan dari ayah, ibu, nenek, kakek, paman, bibi ataupun saudara kandung yang memiliki hubungan darah, sehingga memungkinkan seseorang mengalami tekanan darah. Namun hal tersebut dapat dicegah sedini mungkin dengan menjaga pola kesehatannya.

Sedangkan terdapat 1 karyawan (2.1%) yang ada Riwayat keluarga dengan tekanan darah normal, Hal ini

dikarenakan berdasarkan hasil observasi karyawan yang ada Riwayat keluarga dan memiliki tekanan darah normal diketahui karyawan tersebut memiliki pola hidup yang sehat seperti tidak mengonsumsi makanan yang mengandung banyak garam selain itu karyawan tersebut tidak mengonsumsi kafein dan tidak merokok, walaupun ada keluarga yang memiliki riwayat tekanan darah tinggi tetapi untuk mencegah terjadinya tekanan darah tinggi dengan cara menerapkan hidup yang sehat. Diketahui juga karyawan tersebut sangat menjaga kesehatannya dengan cara berolahraga atau jogging. Hal ini sejalan dengan penelitian (F. D. Wulandari, 2022) yang mengatakan bahwa, Gaya hidup sehat merupakan perilaku seseorang yang berhubungan dengan upaya dalam mempertahankan dan meningkatkan Kesehatan, semakin baik pola hidup seseorang maka akan terhindar dari tekanan darah.

Kemudian 2 karyawan (3.2%) yang tidak ada Riwayat keluarga memiliki tekanan darah tinggi, Hal ini disebabkan karena berdasarkan observasi awal karyawan yang tidak memiliki Riwayat keluarga tetapi memiliki tekanan darah tinggi karena kurang menerapkan pola hidup yang sehat, pola hidup yang kurang sehat itu sendiri dapat memicu terjadinya tekanan darah dari diri sendiri. Walaupun tidak memiliki Riwayat keluarga tetapi tekanan darah bisa saja terjadi karena diri

sendiri yang tidak mencegah terjadinya tekanan darah. Diketahui karyawan tersebut juga jarang berolahraga karna sibuk dalam urusan pekerjaan selain itu makan yang tidak teraur dan stres adalah salah satu dampak yang dapat menyebabkan tekanan darah tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian (Yusmaniar & Safitri, 2022) yang mengatakan bahwa, Gaya hidup seseorang merupakan salah satu faktor terjadinya peningkatan kasus tekanan darah. Perubahan gaya hidup ini meliputi aktivitas fisik yang berlebihan, stres, perubahan pola makan yang tidak sehat, dan kurangnya istirahat. Jenis makanan modern yang saat ini sering dikonsumsi merupakan penyumbang utama terjadinya tekanan darah.

Dan terdapat 60 karyawan (96.8%) yang tidak ada Riwayat keluarga dan tidak memiliki tekanan darah tinggi, Hal ini dapat terjadi karena berdasarkan observasi awal karyawan sangat memperhatikan kebiasaan makan, rutin olahraga. Selain itu karyawan tersebut juga sering mencari tahu apa saja yang dapat menyebabkan tekanan darah tinggi. Tekanan darah tinggi dapat terjadi apabila sering mengonsumsi makanan yang berlemak, mengonsumsi kafein yang berlebihan, merokok dan stress. Oleh karena itu tekanan darah tinggi dapat dicegah dengan cara mengurangi makanan berlemak dan rajin berolahraga, pola hidup yang kurang sehat akan menyebabkan

tubuh gampang terserang penyakit salah satunya yaitu tekanan darah tinggi.. Hal ini sejalan dengan penelitian (Marwah et al., 2022) yang mengatakan bahwa, Penyakit tekanan darah dapat dicegah dengan mengendalikan perilaku gaya hidup yang tidak sehat seperti merokok, diet yang tidak sehat seperti kurang konsumsi sayur dan buah serta konsumsi gula, garam dan lemak berlebih, obesitas, kurang aktivitas fisik, konsumsi alkohol berlebihan dan mengelola stress.

Hasil uji statistic menunjukkan bahwa hubungan Riwayat Keluarga dengan tekanan darah memiliki $p\ value = 0.000 < 0.05$ dengan nilai Exp (B) 1.518. Tekanan darah yang didapatkan pada karyawan yaitu pada saat penelitian. Pada penelitian ini Riwayat Keluarga memiliki hubungan dengan tekanan darah. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Pertiwi, 2022) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan Riwayat Keluarga terhadap tekanan darah ($p\ value = 0.005$).

5. Pengaruh Kebiasaan Makan Terhadap Tekanan Darah Di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar Tahun 2023.

Perubahan gaya hidup di masyarakat merupakan satu factor terjadinya peningkatan kasus tekanan darah. Perubahan gaya hidup ini meliputi aktivitas fisik yang berlebihan, stres, perubahan pola makan yang tidak sehat, kurangnya istirahat.

Jenis makanan modern yang saat ini sering di konsumsi merupakan penyumbang utama terjadinya tekanan darah.

Gaya hidup di perkotaan dimana masyarakatnya mengkonsumsi makanan berlebihan dengan pola diet yang tinggi lemak, garam serta gula sehingga dapat mengakibatkan berbagai macam penyakit (Isrizal, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa 5 karyawan (71.4%) yang Kebiasaan makannya Kurang memiliki tekanan darah tinggi, Hal ini dikarenakan berdasarkan hasil observasi karyawan yang memiliki pola makan kurang dan memiliki tekanan darah tinggi karena sering membeli makan diluar ketika jam istirahat atau pada saat jam makan siang karena makanan tidak disiapkan dari kantor sehingga untuk makan siang disediakan masing-masing oleh karyawan sehingga makanan yang dikonsumsi tidak diketahui komposisinya, semakin berkurangnya pola hidup yang sehat maka akan mempengaruhi Kesehatan tubuh, diketahui juga karyawan tersebut sering mengonsumsi garam yang berlebih hal tersebut adalah salah satu pemicu terjadinya tekanan darah selain itu dapat meningkatkan resiko timbulnya penyakit-penyakit salah satunya yaitu tekanan darah, pola makan yang buruk juga dapat menghambat perkembangan tubuh dan mengurangi kecerdasan otak. Hal ini sejalan dengan penelitian

(Sutjiato, 2022) yang mengatakan bahwa pola konsumsi garam terhadap responden sangat berpengaruh terhadap terjadinya tekanan darah. Garam memiliki hubungan yang sebanding dengan timbulnya tekanan darah. Semakin banyak jumlah garam dalam tubuh, maka akan terjadi peningkatan volume plasma, curah jantung, dan tekanan darah. Disamping itu, konsumsi garam dalam jumlah yang tinggi dapat mengecilkan diameter arteri, sehingga jantung harus memompa lebih keras untuk mendorong volume darah yang meningkat melalui ruang semangkin sempit akibatnya dapat menyebabkan tekanan darah.

Sedangkan terdapat 2 karyawan (28.6%) yang Kebiasaan makannya Kurang dan tidak memiliki tekanan darah tinggi, Hal ini disebabkan karena berdasarkan hasil observasi karyawan yang pola makan kurang dan tidak tekanan darah tinggi diketahui karena tidak memiliki keluarga yang mempunyai riwayat tekanan darah tinggi oleh karena itu walaupun pola makannya kurang tetapi ia tidak memiliki tekanan darah tinggi, walaupun pola makan yang kurang banyak factor yang dapat mencegah terjadinya tekanan darah tinggi diketahui juga karyawan tersebut rajin berolahraga seperti jogging dan aerobic. Jika salah satu dari orangtua ada yang menderita tekanan darah, maka akan memiliki peluang 25% untuk mewarisi

tekanan darah tersebut. Jika kedua orang tua mempunyai tekanan darah tinggi maka peluang terkena tekanan darah akan meningkat menjadi 60%. Hal ini sejalan dengan penelitian (Sutjiato, 2022) yang mengatakan bahwa Apabila riwayat tekanan darah didapatkan pada kedua orangtua maka dugaan tekanan darah esensial lebih besar. Tekanan darah tinggi cenderung diwariskan dalam keluarganya.

Kemudian 44 karyawan (42.7%) yang Kebiasaan makannya Cukup dan memiliki tekanan darah tinggi, berdasarkan hasil observasi karyawan yang Kebiasaan makan yang cukup saja tidak menutup kemungkinan untuk tidak memiliki tekanan darah tinggi, diketahui juga karyawan yang memiliki tekanan darah tetapi kebiasaan makannya cukup memiliki Kebiasaan-kebiasaan yang buruk seperti merokok dan stress hal tersebut dapat menyebabkan tekanan darah tinggi. Kebiasaan makan dapat menggambarkan mengenai macam – macam jumlah serta komposisi bahan makanan yang dimakan tiap hari. Hal ini sejalan dengan penelitian (Efendi et al., 2022) yang mengatakan bahwa Aktivitas fisik yang baik dan rutin, akan melatih otot jantung dan tahanan perifer yang dapat mencegah peningkatan tekanan darah. Aktivitas fisik merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tekanan darah.

Dan terdapat 59 karyawan (57.3%) yang Kebiasaan makannya Cukup dan tidak memiliki tekanan darah tinggi, Hal ini dapat dikarenakan berdasarkan hasil observasi karyawan tersebut menjaga kebiasaan makan yang baik dan sehat hal tersebut menjadi salah satu factor mencegah terjadinya tekanan darah semakin baik pola makan maka akan baik juga untuk Kesehatan, diketahui juga karyawan yang pola makan cukup dan tidak memiliki tekanan darah tinggi membawa makanan dari rumah atau makanan yang dimasak sendiri sehingga untuk komposisi makanan dapat diketahui mana makanan yang dapat menyebabkan tekanan darah tinggi, selain itu didapatkan juga kebanyakan dari karyawan perempuan karena perempuan lebih memperhatikan pola makannya dengan mengonsumsi buah dan sayur. Hal ini sejalan dengan penelitian (Efendi et al., 2022) yang mengatakan bahwa Jika seseorang tidak bisa mengendalikan gaya hidup yang tidak sehat maka akan mengalami berbagai macam penyakit tidak menular seperti penyakit kardiovaskuler salah satunya penyakit tekanan darah.

Hasil uji statistic menunjukkan bahwa hubungan Pola Makan dengan tekanan darah memiliki $p\ value = 0.238 < 0.05$ dengan nilai Exp (B) 1.671. Tekanan darah yang didapatkan pada karyawan yaitu pada saat penelitian. Pada penelitian ini

Pola Makan tidak memiliki hubungan dengan tekanan darah. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Demmalewa & Abadi, 2022) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan Pola Makan terhadap tekanan darah ($p \text{ value} = 0.003$).

6. Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Tekanan Darah Di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar Tahun 2023.

Dengan melakukan aktivitas fisik yang teratur dan mencegah aktivitas menetap adalah komponen penting dalam mencegah peningkatan tekanan darah berlebih dari waktu ke waktu. Aktivitas yang fisik yang dapat dilakukan adalah berolahraga. Olahraga adalah komponen kunci dari terapi gaya hidup untuk pencegahan dan pengobatan utama tekanan darah. Sejumlah penelitian secara konsisten menunjukkan efek menguntungkan dari olahraga pada tekanan darah dengan pengurangan tekanan darah systolik dan diastolik dengan sebanyak 5-7 mmHg pengurangan pada mereka yang memiliki tekanan darah (Rafi, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa terdapat 1 karyawan (50.0%) aktivitas fisiknya kurang yang memiliki tekanan darah tinggi, Hal ini disebabkan karena berdasarkan hasil pengisian kuesioner karyawan kurang menjaga kesehatannya yakni jarang berolahraga dan aktivitas fisiknya menetap dimana diketahui semakin rendah aktivitas fisik yang

dilakukan maka tekanan darah semakin tinggi dan semakin keras jantung memompa darah maka semakin besar pula tekanan yang dibebankan pada dinding arteri sehingga meningkatkan tekanan perifer dan menyebabkan terjadinya tekanan darah tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian (Jasmin et al., 2023) yang mengatakan bahwa Orang-orang yang tidak aktif cenderung mempunyai detak jantung lebih cepat dan otot jantung mereka harus bekerja lebih keras pada setiap kontraksi, semakin keras dan sering jantung harus memompa semakin besar pula kekuatan yang mendesak arteri.

Sedangkan terdapat 1 orang karyawan (50.0%) dengan aktivitas fisik kurang namun memiliki tekanan darah normal, Hal ini disebabkan juga karena walaupun aktivitas fisik karyawan kurang tetapi karyawan tersebut dapat menjaga pola makannya. Aktivitas fisik yang rendah dan sudah pada tahap kronis, berkontribusi pada tingkat kebugaran kardiorespirasi rendah merupakan faktor memburuknya kardiometabolik lebih besar dibandingkan dengan faktor risiko lainnya. Hal ini sejalan dengan penelitian (Sumarta, 2020) yang mengatakan bahwa gaya hidup seseorang sangatlah berpengaruh terhadap kesehatan dilihat dari pekerjaan, hobi, belanja, olahraga, dan kegiatan sosial serta interest (minat) terdiri dari makanan, mode, keluarga, rekreasi dan juga opinion (pendapat) terdiri

dari mengenai diri mereka sendiri, masalah-masalah sosial, bisnis, dan produk. Gaya hidup mencakup sesuatu yang lebih dari sekedar kelas sosial ataupun kepribadian seseorang.

Kemudian sebanyak 48 orang karyawan (53.9%) aktivitas fisiknya baik yang memiliki tekanan darah tinggi, Hal ini diketahui bahwa walaupun aktifitas fisik karyawan baik tidak menjadi penentu bahwa karyawan terhindar dari terjadinya peningkatan tekanan darah, karena berdasarkan hasil kuesioner dan observasi karyawan mempunyai riwayat keluarga serta memiliki kebiasaan merokok, selain itu pola makan karyawan yang kurang dijaga dan juga faktor umur yang tidak dapat dicegah, hal itulah yang menyebabkan terjadinya peningkatan tekanan darah walaupun karyawan memiliki aktivitas fisik yang baik. Hal ini sejalan dengan penelitian (Jasmin et al., 2023) yang mengatakan bahwa, banyak cara agar dapat terhindar dari tekanan darah. Menerapkan pola hidup yang sehat dari sekarang akan berdampak baik di masa tua nanti. Tekanan darah jarang menimbulkan gejala sehingga banyak yang tidak menyadari telah menderita tekanan darah, banyak orang yang direntang usia muda yang tidak menyadari sehingga tidak melakukan usaha penanganan.

Dan terdapat 60 orang karyawan (56.1%) yang aktivitas fisiknya baik dan memiliki tekanan darah normal. Hal ini

disebabkan karena karyawan yang aktivitas fisiknya baik dan tidak tekanan darah dapat terjadi karena karyawan tersebut tidak memiliki Riwayat keluarga sehingga tidak memiliki tekanan darah selain itu Aktivitas fisik adalah salah satu faktor resiko tekanan darah yang dapat dikontrol. Semakin baik aktivitas fisik maka akan mencegah terjadinya tekanan darah Aktivitas fisik yang baik dan rutin, akan melatih otot jantung dan tahanan perifer yang dapat mencegah peningkatan tekanan darah. Hal ini sejalan dengan penelitian (Kasyifa et al., 2022) yang mengatakan bahwa Aktivitas fisik juga dapat mensimulasi penurunan aktivitas saraf simpatis dan meningkatkan aktivitas saraf parasimpatis yang menyebabkan vasodilatasi penampang pembuluh darah sehingga terjadi penurunan tekanan darah, baik sistolik maupun diastolik.

Hasil uji statistic menunjukkan bahwa hubungan Pola Makan dengan tekanan darah memiliki $p\ value = 0.526 < 0.05$ dengan nilai Exp (B) 0.000. Tekanan darah yang didapatkan pada karyawan yaitu pada saat penelitian. Pada penelitian ini Aktivitas Fisik tidak memiliki hubungan dengan tekanan darah. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Wulandari dkk, 2023) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan Aktivitas Fisik terhadap tekanan darah ($p\ value = 0.000$).

7. Pengaruh Stress Kerja Terhadap Tekanan Darah Di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar Tahun 2023.

Tekanan darah juga dipengaruhi oleh adanya stres karena terdapatnya hormon adrenalin yang meningkatkan kerja jantung. Stres kerja pada guru akan berdampak pada produktivitas atau kinerja guru dalam menyampaikan pembelajaran. Stres kerja pada guru ditunjukkan dengan perasaan gelisah, kehilangan kontrol emosi sehingga mudah marah, kesulitan dalam berkonsentrasi, dan penurunan kinerja. Sumber stres pada guru salah satunya meliputi tuntutan kerja. Menunjukkan bahwa bertambahnya stres pada seseorang, maka semakin besar resiko untuk memperoleh tekanan darah (Syarofatul Imamah & Irma Prasetyowati, 2023).

Stress Kerja merupakan permasalahan pekerja yang cukup menjadi perhatian perusahaan. Stress kerja bisa mempengaruhi keselamatan pekerja yang lain apabila pekerja tersebut tidak fokus dalam bekerja, stress kerja bisa memicu terjadinya tekanan darah disebabkan adanya beban kerja yang berlebihan serta tempat kerja yang tidak nyaman (Sulistiyono et al., 2022).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa terdapat 39 karyawan (43.8%) yang Stress sedang memiliki tekanan

darah tinggi, Hal ini disebabkan berdasarkan hasil observasi karyawan yang mengalami stress sedang dan tekanan darah tinggi karena pekerjaan yang ditimbulkan dengan adanya tekanan dari atasan, batasan untuk mengerjakan pekerjaan terbatas dan pekerjaan yang dilakukan cukup berat. Selain stress kerja diketahui juga karyawan tersebut tidak memperhatikan kesehatan seperti sering begadang, kebiasaan makan yang tidak teratur dan jarang berolahraga faktor tersebutlah yang dapat terjadi sehingga dapat memicu terjadinya tekanan darah tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian (Basruddin et al., 2021) yang mengatakan bahwa Selain gaya hidup, tingkat stres diduga berpengaruh terhadap peningkatan tekanan darah. Seseorang mengalami stres katekolamin yang ada di dalam tubuh akan meningkat sehingga mempengaruhi mekanisme aktivitas saraf simpatis, dan terjadi peningkatan saraf simpatis, ketika saraf simpatis meningkat maka akan terjadi peningkatan kontraktilitas otot jantung sehingga menyebabkan curah jantung meningkat, keadaan inilah yang cenderung menjadi faktor mencetus tekanan darah.

Sedangkan terdapat 50 karyawan yang Stres sedang (56.2%) dan tidak memiliki tekanan darah tinggi, Hal ini dikarenakan berdasarkan hasil observasi karyawan yang mengalami stress sedang dan tidak tekanan darah tinggi

karena karyawan tersebut mengalami stress sedang karena factor pekerjaan tetapi diketahui juga karyawan tersebut tetap menjaga pola makan dan aktivitas fisiknya sehingga ia tidak memiliki tekanan darah tinggi, selain itu diketahui juga karyawan tersebut tidak memiliki keluarga yang memiliki riwayat tekanan darah tinggi. Faktor-faktor yang mempengaruhi tekanan darah dapat melalui stres, diantaranya stres karena kehidupan sehari-hari, tekanan pekerjaan, perbedaan suku bangsa, lingkungan sosial dan tekanan emosional. Hal ini sejalan dengan penelitian (Basruddin et al., 2021) yang mengatakan bahwa, Stres mungkin tidak secara langsung menyebabkan tekanan darah, namun stres menyebabkan peningkatan tekanan darah ulang, yang akhirnya dapat berujung tekanan darah.

Kemudian 10 karyawan (47.6) yang stress berat memiliki tekanan darah tinggi. Hal ini disebabkan karena berdasarkan hasil observasi karyawan tersebut tidak dapat mengontrol pikirannya, stres dapat mengaktifkan hipotalamus otak untuk menstimulasi sistem simpatik dan sistem korteks adrenal. Tidak hanya stress factor-faktor lain seperti, umur yang sudah tua, jenis kelamin, Pendidikan, Riwayat keluarga, pola makan dan aktifitas fisik hal yang dapat memicu terjadinya tekanan darah juga sangat berpengaruh. Diketahui juga karyawan yang

mengalami stress berat kebanyakan dari laki-laki hal ini dapat terjadi karena sebagian dari karyawan suka merokok. Hal ini sejalan dengan penelitian (S. Wulandari et al., 2020) yang mengatakan bahwa, Stres akan bertambah jika resistensi pembuluh darah perifer meningkat sehingga terus menstimulasi syaraf simpatis, hal ini dapat dicegah dengan cara mengontrol pikiran dan melakukan aktivitas-aktivitas fisik yang ringan seperti, jogging dan aerobic sehingga dapat menenangkan pikiran.

Dan terdapat 11 karyawan (52.4%) yang Stress berat dan tidak memiliki tekanan darah tinggi. Hal ini dikarenakan berdasarkan pada hasil observasi Karyawan yang stress berat dan tidak memiliki tekanan darah tinggi karena karyawan tersebut Memiliki tugas dan tanggung jawab yang besar sehingga memungkinkan terjadinya stres kerja atau ketegangan otak dalam bekerja. Tetapi diketahui juga karyawan tersebut dapat mencegah terjadinya tekanan darah tinggi dengan menerapkan pola hidup yang sehat. Selain itu diketahui juga karyawan yang stress berat itu yang memiliki jabatan sehingga memiliki tuntutan pekerjaan yang lebih besar. Hal ini sejalan dengan penelitian (Suarez, 2020) yang mengatakan bahwa Mengalami stress belum tentu memiliki tekanan darah karena stress sendiri dapat mempengaruhi fungsi tubuh yang meliputi

saraf parasimpatik yang ditunjukkan dari otot-otot pembuluh darah misalnya muka menjadi merah karena malu atau marah, pucat karena kaget atau takut, fungsi otot polos yang ditunjukkan dari buang air besar atau kencing di celana karena takut, saraf simpatis yang ditunjukkan dari jantung berdebar karena tegang atau takut, sekresi ekstern yang ditunjukkan dari keadaan berkeringat karena tegang atau terangsang, dan sekresi intern yang ditunjukkan dari pengeluaran adrenalin yang dapat meningkatkan tekanan darah.

Hasil uji statistic menunjukkan bahwa hubungan Pola Makan dengan tekanan darah memiliki $p\ value = 0.753 < 0.05$ dengan nilai Exp (B) 0.883. Tekanan darah yang didapatkan pada karyawan yaitu pada saat penelitian. Pada penelitian ini Stres Kerja tidak memiliki hubungan dengan tekanan darah. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Syarofatul Imamah, Irma Prasetyowati², 2023) mengenai hubungan Stres Kerja dengan tekanan darah menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan Stres Kerja terhadap tekanan darah ($p\ value = 0.100$).

D. Keterbatasan Penelitian

Beberapa kendala yang ditemukan dalam penelitian ini antara lain sebagai berikut:

1. Pada saat membagikan kuesioner peneliti kesulitan untuk membagikan kuesioner karena ada beberapa ruangan kerja yang tidak boleh dimasuki secara sembarangan.
2. Beberapa karyawan meminta untuk meninggalkan kuesioner sehingga peneliti tidak mengawasi secara langsung pengisian kuesioner dan tidak dapat melakukan wawancara serta dokumentasi sebagaimana yang diharapkan.
3. Melakukan pengukuran tekanan darah sehingga pengambilan informasi tiap responden terbilang lama.
4. Peneliti sendiri yang melakukan pengukuran tekanan darah tanpa didampingi oleh petugas Kesehatan setempat, keterbatasan yang lainnya yaitu rekam medis karyawan di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar bersifat confidential (rahasia) sehingga diagnose pasti terkait dengan pasien tekanan darah tidak bisa didapatkan dari klinik.
5. Screening dilakukan oleh petugas kesehatan bersama peneliti dan tidak didapatkan data Karyawan di PT. Pelindo (Persero) Regional IV Makassar yang memiliki Tekanan darah sehingga dilakukan screening pengukuran Tekanan Darah.