

HUBUNGAN TINGKAT PENDIDIKAN TERHADAP GAYA HIDUP PENDERITA HIPERTENSI DI DESA SIBOWI KECAMATAN TANAMBULAVA KABUPATEN SIGI

Moh. Alfaridzi^{1*}, Sabir², Abdul Rahman³

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Widya Nusantara^{1,2,3}

*Corresponding Author : faizalfaridzi1105@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang signifikan secara global dan nasional, dengan prevalensi yang mengkhawatirkan di Indonesia. Rendahnya tingkat pendidikan sering dikaitkan dengan keterbatasan pengetahuan, yang berpotensi memengaruhi perilaku dan gaya hidup tidak sehat, sehingga meningkatkan kerentanan seseorang terhadap penyakit hipertensi. Angka kejadian hipertensi di Indonesia saat ini menunjukkan angka yang mengkhawatirkan. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, tercatat bahwa 34,11% masyarakat Indonesia mengalami tekanan darah tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat pendidikan terhadap gaya hidup penderita hipertensi di Desa Sibowi Kecamatan Tanambulava Kabupaten Sigi. Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita hipertensi di Desa Sibowi yang berjumlah 144 responden, dengan teknik pengambilan sampel *Purposive Sampling* dengan jumlah 59 responden. Mayoritas penderita hipertensi yang menjadi responden di Desa Sibowi memiliki tingkat pendidikan rendah. Sementara itu, mayoritas penderita hipertensi di Desa Sibowi telah menunjukkan gaya hidup yang baik. Hasil penelitian dari 59 responden menunjukkan ada hubungan tingkat pendidikan terhadap gaya hidup penderita hipertensi di Desa Sibowi Kecamatan Tanambulava Kabupaten Sigi dengan nilai Uji *Chi-Square* di peroleh nilai *p-value* = 0,003 ($p \leq 0,05$). Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan terhadap gaya hidup penderita hipertensi di Desa Sibowi Kecamatan Tanambulava Kabupaten Sigi. Diharapkan masyarakat, khususnya penderita hipertensi, dapat terus meningkatkan kesadaran dan disiplin diri dalam menerapkan gaya hidup dan pola makan sehat sehari-hari.

Kata kunci : gaya hidup, hipertensi, tingkat pendidikan

ABSTRACT

*Hypertension is a significant health problem globally and nationally, with an alarming prevalence in Indonesia. Low levels of education are often associated with limited knowledge, which has the potential to influence unhealthy behaviors and lifestyles, thereby increasing a person's susceptibility to hypertensive diseases. The incidence of hypertension in Indonesia is currently alarming. According to the 2023 Indonesian Health Survey (SKI), 34.11% of Indonesians suffer from high blood pressure. This study aims to analyze the relationship between education level and the lifestyle of hypertension patients in Sibowi Village, Tanambulava District, Sigi Regency. This study is quantitative with a cross-sectional approach. The population in this study is hypertension patients in Sibowi Village, which amounted to 144 respondents, with a purposive sampling technique with a total of 59 respondents. The majority of hypertension patients who are respondents in Sibowi Village have a low level of education. Meanwhile, the majority of hypertension sufferers in Sibowi Village have shown a good lifestyle. The results of the study from 59 respondents showed that there was a relationship between the level of education and the lifestyle of hypertension patients in Sibowi Village, Tanambulava District, Sigi Regency with the Chi-Square Test score obtained with a *p-value* = 0.003 ($p \leq 0.05$). There is a significant relationship between the level of education and the lifestyle of people with hypertension in Sibowi Village, Tanambulava District, Sigi Regency. It is hoped that the community, especially people with hypertension, can continue to increase their awareness and self-discipline in implementing a healthy lifestyle and diet every day.*

Keywords : education level, hypertension, lifestyle

PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah melewati batas normal sistolik 140 mmHg atau lebih dan diastolik 90 mmHg atau lebih pada 2 kali pengukuran dalam waktu selang 2 menit (Yuniar Dwi Prastika & Siyam, 2021). Rendahnya tingkat pendidikan dapat menjadi faktor yang meningkatkan kerentanan seseorang terhadap hipertensi (Wang *et al.*, 2023). Hal ini disebabkan oleh keterbatasan akses terhadap informasi dan pengetahuan, yang pada akhirnya berpengaruh terhadap perilaku serta pola hidup yang kurang sehat, termasuk ketidakmampuan mengenali bahaya maupun upaya pencegahannya (Wieczorek *et al.*, 2023). Pendidikan sendiri memiliki peranan yang krusial dalam meningkatkan kualitas hidup, karena melalui pendidikan individu dapat memperoleh pengetahuan dan wawasan yang lebih luas (Zhang *et al.*, 2023). Semakin tinggi tingkat pendidikan yang dicapai, semakin besar pula kemungkinan seseorang untuk menerapkan gaya hidup sehat sehingga kualitas hidupnya dapat terjaga dengan lebih baik (Rachmawati *et al.*, 2021).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2023, sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30 hingga 79 tahun di dunia hidup dengan hipertensi, dan sebagian besar di antaranya sekitar dua pertiga berasal dari negara berpenghasilan rendah dan menengah (Ahmad *et al.*, 2024). WHO juga menyebutkan bahwa 46% penderita tidak menyadari bahwa mereka mengalami hipertensi, dan hanya 42% yang telah didiagnosis serta mendapatkan pengobatan (Zhang *et al.*, 2023). Dari seluruh penderita, hanya 21% atau satu dari lima orang dewasa yang berhasil mengontrol tekanan darahnya secara efektif (Fryar *et al.*, 2024). Hipertensi menjadi penyebab utama kematian dini secara global, Berdasarkan hal tersebut WHO menetapkan target global untuk menurunkan prevalensi hipertensi sebesar 33% dalam periode 2010 hingga 2030 (Artikel Review, 2023).

Menurut Kementerian Kesehatan RI (2018), prevalensi hipertensi di Indonesia menunjukkan tren peningkatan yang cukup signifikan selama satu dekade terakhir (Rachmawati Hamzah *et al.*, 2022). Angka kejadian hipertensi di Indonesia saat ini menunjukkan angka yang mengkhawatirkan. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, tercatat bahwa 34,11% masyarakat Indonesia mengalami tekanan darah tinggi (Hani *et al.*, 2023). Data ini menempatkan Indonesia pada posisi kelima sebagai negara dengan jumlah penderita hipertensi terbanyak di dunia, hipertensi kini tidak hanya terjadi pada lansia, melainkan juga mulai menyerang usia muda (Mashuri *et al.*, 2022). Data menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi pada kelompok usia 18–24 tahun sebesar 10,7%, sedangkan pada usia 25–34 tahun meningkat menjadi 17,4%. (News UMS, 2025).

Data Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah tahun 2021 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi tertinggi pada penduduk usia ≥ 15 tahun terdapat di Kabupaten Morowali sebesar 40,8%, disusul Kabupaten Buol (19,8%) dan Kabupaten Donggala (16,3%), kabupaten Toli-Toli menempati posisi keenam dengan prevalensi 6,6%, setelah Morowali Utara dan Banggai Laut (Imansari, 2023). Pada tahun 2020, Sulawesi Tengah mencatat jumlah kasus hipertensi tertinggi sebanyak 105.602 kasus, angka ini diperkirakan akan mengalami peningkatan hingga 80%, dengan proyeksi mencapai sekitar 1,15 juta kasus pada tahun 2025, Prevalensi hipertensi pada orang dewasa diperkirakan berada pada kisaran 6–15%, dengan sekitar 50% penderitanya tidak menyadari bahwa mereka mengidap kondisi tersebut (Restawan *et al.*, 2024). Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah tahun 2022 menunjukkan bahwa Kabupaten Sigi merupakan daerah dengan jumlah penderita hipertensi tertinggi, yaitu sebanyak 755.279 jiwa (Abe & Yolana, 2023).

Tingkat pendidikan berperan penting dalam memengaruhi kejadian hipertensi, rendahnya tingkat pendidikan seringkali berkaitan dengan gaya hidup yang kurang sehat serta keterbatasan pengetahuan mengenai upaya pencegahan hipertensi (Sun *et al.*, 2022). Individu

dengan pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki kesadaran kesehatan yang lebih baik, aktif mencari informasi, serta lebih mudah memahami edukasi terkait hipertensi dan perilaku hidup sehat (Liu et al., 2024). Sebaliknya, mereka yang berpendidikan rendah umumnya menunjukkan pola makan tidak seimbang, kebiasaan merokok, jarang berolahraga, serta konsumsi alkohol yang berlebihan, ditambah dengan rendahnya dukungan psikologis, sehingga meningkatkan risiko terjadinya hipertensi (Rachmawati et al., 2021).

Hasil penelitian terkait menunjukkan bahwa masyarakat dengan pendidikan rendah memiliki risiko yang lebih tinggi untuk mengalami hipertensi (Liu et al., 2024). Subjek dengan pendidikan rendah memiliki kemungkinan 5,3 kali lebih besar untuk mengidap hipertensi dibandingkan dengan mereka yang memiliki tingkat pendidikan lebih tinggi (Sun et al., 2022). Tingkat pendidikan seseorang memengaruhi kemampuan untuk menerima dan mengolah informasi, yang pada gilirannya dapat berdampak pada perilaku sehat atau tidak sehat, serta memengaruhi status kesehatannya (Raghupathi & Raghupathi, 2020). Sejalan dengan penelitian Wahyuni dkk, yang menemukan adanya hubungan antara tingkat pendidikan dan kejadian hipertensi, hasil regresi logistik menunjukkan bahwa individu dengan pendidikan lebih rendah memiliki risiko 21 kali lebih tinggi untuk terkena hipertensi dibandingkan mereka yang berpendidikan lebih tinggi, seseorang dengan pendidikan rendah cenderung mengalami hambatan dalam menerima informasi dan nilai-nilai baru mengenai perilaku hidup sehat (Dewi et al., 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Alhuda dkk (2018) menemukan bahwa faktor gaya hidup, yang meliputi kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, tingkat stres, dan aktivitas fisik, memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kejadian hipertensi (Febra Mawandi *et al.*, 2024). Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian South dkk (2014), yang juga mengidentifikasi hubungan signifikan antara gaya hidup dan hipertensi. Penelitian Nasriani (2019) menunjukkan bahwa banyak penderita hipertensi yang menjalani gaya hidup tidak sehat, dengan faktor-faktor seperti merokok, kurangnya aktivitas fisik, konsumsi kopi, serta stres akibat permasalahan hidup yang berkontribusi terhadap risiko hipertensi, Winerdar dkk (2020) juga menemukan adanya hubungan antara tingkat stres, kebiasaan merokok, dan kejadian hipertensi (Anggraini *et al.*, 2024). Gaya hidup, atau "*lifestyle*," menggambarkan pola hidup yang mencakup karakteristik, kebiasaan, dan cara seseorang mengatur kehidupannya baik secara pribadi maupun dalam masyarakat, serta bagaimana perilaku tersebut dapat mencerminkan status sosial individu (Literature Review, n.d. 2022).

Dari uraian latar belakang penelitian ini teridentifikasi tingkat Pendidikan Penderita Hipertensi di Desa Sibowi Kecamatan Tanambulava Kabupaten Sigi. Teridentifikasi gaya hidup penderita hipertensi pada masyarakat di Desa Sibowi Kecamatan Tanambulava Kabupaten Sigi dan teranalisis hubungan tingkat pendidikan terhadap gaya hidup penderita hipertensi di Desa Sibowi Kecamatan Tanambulava Kabupaten Sigi.

METODE

Penelitian ini memakai metode kuantitatif dengan pendekatan potong lintang (*cross-sectional*), yang merupakan studi pengumpulan data dari populasi atau sampel pada satu titik waktu saja. Populasi dalam penelitian ini yaitu Masyarakat Desa Sibowi Kecamatan Tanambulava Kabupaten Sigi yang menderita hipertensi, didapatkan populasi per tiga bulan terakhir dari periode bulan januari hingga maret tahun 2025 berjumlah 144 responden. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan tingkat pendidikan terhadap gaya hidup penderita hipertensi di Desa Sibowi Kecamatan Tanambulava Kabupaten Sigi. Dalam penelitian ini digunakan metode *purposive sampling*. surat keterangan tertulis (*Ethical Clearance*) yang diterbitkan oleh Komisi Universitas Widya Nusantara untuk memastikan bahwa suatu penelitian yang melibatkan makhluk hidup sebagai subjek telah

memenuhi standar dan persyaratan etik yang berlaku. Kelayakan etik ini mencakup penelitian yang melibatkan maupun tidak melibatkan pengambilan spesimen.

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Pendidikan dan Pekerjaan di Desa Sibowi Kecamatan Tanambulava Kabupaten Sigi (F = 59)^A

Karakteristik Subjek	Frekuensi (<i>f</i>)	Persentase (%)
Usia		
Remaja Akhir (17-25 Tahun)	6	10,2
Dewasa Awal (26-35 Tahun)	8	13,6
Dewasa Akhir (36-45 Tahun)	15	25,4
Pralansia (46-55 Tahun)	12	20,3
Lansia Akhir (56-65 Tahun)	12	20,3
Manula (\geq 65 Tahun)	6	10,2
Jumlah	59	100
Jenis Kelamin		
Laki-laki	34	57,6
Perempuan	25	42,4
Jumlah	59	100
Pendidikan		
Tidak Sekolah	8	13,6
SD	20	33,9
SMP	6	10,2
SMA	21	35,6
Perguruan Tinggi	4	6,8
Jumlah	59	100
Pekerjaan		
Petani	35	59,3
IRT	18	30,5
Operator	1	1,7
Buruh	2	3,4
Wiraswasta	2	3,4
Honorar	1	1,7
Jumlah	59	100

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 59 responden, diperoleh bahwa berdasarkan usia, kelompok terbanyak adalah Dewasa Akhir (36-45 Tahun), yaitu sebanyak 15 responden (25,4%). Kelompok usia terbanyak berikutnya adalah Pralansia (46-55 Tahun) dan Lansia Akhir (56-65 Tahun), yang masing-masing berjumlah 12 responden (20,3%). Sementara itu, kelompok Remaja Akhir (17-25 Tahun) dan Manula (\geq 65 Tahun) merupakan kelompok paling sedikit dengan jumlah yang sama, yaitu 6 responden (10,2%). Dari aspek jenis kelamin, mayoritas responden adalah Laki-laki, yaitu sebanyak 34 responden (57,6%), sedangkan responden Perempuan berjumlah 25 responden (42,4%). Adapun sebaran responden berdasarkan pendidikan menunjukkan bahwa tingkat pendidikan tertinggi yang dicapai responden adalah SMA dengan 21 responden (35,6%), diikuti oleh SD dengan 20 responden (33,9%). Tingkat pendidikan paling sedikit adalah Perguruan Tinggi berjumlah 4 responden (6,8%). Terakhir, pada karakteristik pekerjaan, responden didominasi oleh Petani dengan jumlah yang sangat signifikan, yaitu 35 responden (59,3%). Pekerjaan terbanyak kedua adalah IRT (Ibu Rumah Tangga) dengan 18 responden (30,5%). Kategori pekerjaan lain seperti Buruh, Wiraswasta, Operator, dan Honorar memiliki jumlah yang relatif kecil, berkisar antara 1 hingga 2 responden.

Tingkat Pendidikan Masyarakat Desa Sibowi

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan di Desa Sibowi Kecamatan Tanambulava Kabupaten Sigi (F = 59)^A

Karakteristik Subjek	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Pendidikan Rendah	34	57,6
Pendidikan Tinggi	25	42,4
Jumlah	59	100

Berdasarkan tabel 2 pada kategori tingkat pendidikan, dari 59 responden pada penelitian ini yang memiliki tingkat pendidikan rendah sebanyak 34 responden (57,6%), pendidikan rendah yang dimaksud adalah orang yang memiliki pendidikan terakhir tidak berpendidikan, jenjang pendidikan dasar dan menengah (SD dan SMP). Sedangkan pendidikan tinggi berjumlah 25 responden (42,4%), pendidikan tinggi diartikan sebagai orang yang memiliki pendidikan terakhir SMA/SMK sederajat, program diploma, sarjana, magister, doktor, dan spesialis yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi.

Gaya Hidup Penderita Hipertensi Masyarakat Desa Sibowi

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Gaya Hidup Penderita Hipertensi di Desa Sibowi Kecamatan Tanambulava Kabupaten Sigi (F = 59)^A

Karakteristik Subjek	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	33	55,9
Kurang Baik	26	44,1
Jumlah	59	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa Masyarakat penderita penyakit hipertensi yang memiliki gaya hidup baik sebanyak 33 responden (55,9%) dan yang memiliki gaya hidup kurang baik sebanyak 26 responden (44,1%).

Hubungan Tingkat Pendidikan terhadap Gaya Hidup Penderita Hipertensi di Desa Sibowi Kecamatan Tanambulava Kabupaten Sigi

Tabel 4. Hubungan Tingkat Pendidikan terhadap Gaya Hidup Penderita Hipertensi di Desa Sibowi Kecamatan Tanambulava Kabupaten Sigi

Tingkat Pendidikan	Gaya hidup penderita hipertensi				Total		P Value
	Baik		Kurang Baik		(f)	(%)	
	(f)	(%)	(f)	(%)			
Pendidikan Rendah	13	22	21	35,6	34	57,6	0,003
Pendidikan Tinggi	20	33,9	5	8,5	25	42,4	

Berdasarkan tabel 4 menjelaskan bahwa dari 59 responden yang tingkat pendidikannya rendah dan gaya hidup yang baik terdapat 13 responden (22%) dan gaya hidup yang kurang baik berjumlah 21 responden (35,6%). Responden yang tingkat pendidikannya tinggi dan gaya hidup yang baik berjumlah 20 responden (33,9%) sedangkan gaya hidup yang kurang baik 5 responden (8,5%). Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan Chi-Square untuk melihat hubungan antara tingkat pendidikan dan gaya hidup penderita hipertensi, diperoleh nilai *Asymp. Sig.* sebesar 0,003. Karena nilai p (0,003) lebih kecil dari nilai α (0,05), maka Hipotesis

Alternatif (H_a) diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan terhadap gaya hidup penderita hipertensi di Desa Sibowi.

PEMBAHASAN

Tingkat Pendidikan Masyarakat Desa Sibowi

Dari hasil penelitian ini dengan menggunakan analisis univariat yang terdapat pada tabel 4.2 menjelaskan bahwa jumlah responden terbanyak adalah yang memiliki tingkat pendidikan rendah dengan jumlah 34 orang (57,6%) dan yang tingkat pendidikannya tinggi berjumlah 25 orang (42,4%). Tingkat pendidikan yang rendah sering membuat orang kurang terampil dalam menjaga Kesehatan, hal ini jelas terlihat pada kasus hipertensi. Banyak penderita hipertensi yang sakit karena minimnya pengetahuan mereka tentang cara mencegah dan mengelola penyakit tersebut dengan benar. Notoatmodjo mendefinisikan pendidikan sangat memengaruhi pengetahuan seseorang. Semakin tinggi tingkat pendidikan yang dicapai, semakin banyak informasi yang didapatkan. Pengetahuan yang bertambah ini pada akhirnya akan memperbaiki perilaku dan tindakan seseorang dalam merawat diri, termasuk dalam mengelola hipertensi (Mirawati & Mutnawasitoh, 2024).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Satiyem et al., 2024) tentang Hubungan Tingkat Pendidikan dan Usia Dengan Kejadian Hipertensi. Analisis data dilakukan menggunakan metode univariat dan bivariat dengan korelasi Pearson, menetapkan tingkat kesalahan sebesar 5% ($\alpha = 0,05$). Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara tingkat pendidikan dengan kejadian hipertensi (nilai $p = 0,000$; koefisien korelasi $r = 0,806$), serta antara usia dengan kejadian hipertensi (nilai $p = 0,000$; koefisien korelasi $r = 0,740$). Di antara kedua variabel tersebut, tingkat pendidikan diidentifikasi sebagai variabel yang memiliki risiko paling tinggi. Kesimpulannya, penelitian ini membuktikan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan dan usia dengan kejadian hipertensi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nugroho & Sari, 2020) tentang Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Usia Dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran. Berdasarkan hasil analisis bivariat menggunakan Uji Chi-Square untuk menguji hubungan antara status hipertensi dan tingkat pendidikan, ditemukan adanya hubungan yang signifikan. Dengan menggunakan batas signifikansi (α) 0,05, nilai p yang didapatkan adalah 0,010, yang mana lebih kecil dari 0,05 ($p < \alpha$). Kondisi ini mengindikasikan bahwa hipotesis alternatif (H_a) diterima, yang berarti ada hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan dengan kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran. Secara implisit, hal ini menunjukkan bahwa tingkat pendidikan memiliki peluang besar sebagai faktor risiko terjadinya hipertensi. Peneliti berasumsi bahwa tingkat pendidikan yang rendah sering menyebabkan pengetahuan dan pemahaman kesehatan yang minim, yang menjadi akar masalah mengapa seseorang rentan terhadap hipertensi dan sulit mengurus penyakitnya dengan benar. Sebaliknya, responden dengan pendidikan yang tinggi dianggap lebih sadar dan mudah mengakses informasi. Hal ini memungkinkan responden untuk lebih aktif dalam menerapkan pola makan sehat, melakukan pencegahan, dan yang terpenting, menunjukkan kepatuhan yang lebih tinggi dalam menjalani pengobatan sesuai saran medis.

Gaya Hidup Penderita Hipertensi Masyarakat Desa Sibowi

Dari hasil penelitian ini dengan menggunakan analisis univariat yang terdapat pada tabel 4.3 menjelaskan bahwa jumlah responden terbanyak adalah yang memiliki gaya hidup baik dengan jumlah 33 orang (55,9%) dan yang gaya hidupnya kurang baik berjumlah 26 orang (44,1%). Gaya hidup adalah faktor utama yang sangat memengaruhi kesehatan masyarakat. Pola hidup yang buruk, seperti jarang bergerak, pola makan tidak sehat (terutama makanan

cepat saji, tinggi garam, dan tinggi lemak yang bisa menaikkan tekanan darah), dan kebiasaan merokok, dapat memicu berbagai masalah kesehatan. Kotler dan Keller mendefinisikan gaya hidup adalah cara hidup seseorang secara keseluruhan yang terlihat dari apa yang di lakukan, apa yang di minati, dan bagaimana seseorang melihat dunia. Singkatnya, gaya hidup menunjukkan identitas dan bagaimana seseorang dapat mengatur waktu serta prioritas dalam hidup, yang pada akhirnya menentukan kondisi kesehatan (Indartati et al., 2024).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Dewi, 2022) tentang Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi di RW 08 Wilayah Kerja Puskesmas Kampungtengah Kramat Jati. Analisis statistika yang digunakan adalah uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan pasien dengan kejadian hipertensi (nilai $p = 0,002$), serta hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan kejadian hipertensi (nilai $p = 0,000$). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ivan Wijaya et al., 2020) tentang Hubungan Gaya Hidup dan Pola Makan terhadap Kejadian Hipertensi diwilayah Kerja Puskesmas Towata Kabupaten Takalar. Analisis statistik yang dilakukan menggunakan uji Chi-Square menemukan tiga kebiasaan gaya hidup yang secara signifikan berhubungan dengan kejadian hipertensi. Ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara kebiasaan merokok dengan hipertensi ($p = 0,031$). Lebih lanjut, kebiasaan konsumsi lemak juga menunjukkan hubungan yang sangat kuat dengan hipertensi ($p = 0,000$). Terakhir, kebiasaan konsumsi garam dapur turut berkorelasi secara signifikan dengan kejadian hipertensi ($p = 0,006$). Karena semua nilai p tersebut berada di bawah batas signifikansi 0,05, hasil ini secara kolektif membuktikan bahwa merokok, asupan lemak, dan asupan garam semuanya merupakan faktor risiko yang berarti terhadap kejadian hipertensi.

Peneliti berasumsi bahwa kebanyakan responden penderita hipertensi sudah punya gaya hidup yang baik. responden rajin diet rendah garam/lemak, rutin olahraga, dan menjauhi rokok/kafein. Ini berarti responden sadar dan bertanggung jawab atas kesehatan mereka agar tidak terjadi komplikasi. Sayangnya, 44,1% responden ternyata masih punya gaya hidup yang Kurang baik. Ini terlihat dari kebiasaan makan makanan tinggi garam/lemak, malas olahraga, dan masih merokok atau minum kafein terlalu banyak. Artinya, mereka belum maksimal mengurus diri sendiri dalam menghadapi penyakit hipertensi, yang bisa menghambat pengobatan. Masalah utamanya ada pada kebiasaan merokok. Banyak yang menjawab "Sering atau Selalu" untuk pernyataan "Saya tidak pernah merokok." Ini menunjukkan responden sulit sekali berhenti merokok (ketagihan). Peneliti menduga ini terjadi karena pengaruh teman/lingkungan sosial dan petugas kesehatan kurang menekankan bahaya rokok secara spesifik bagi penderita tekanan hipertensi.

Hubungan Tingkat Pendidikan terhadap Gaya Hidup Penderita Hipertensi di Desa Sibowi Kecamatan Tanambulava Kabupaten Sigi

Dari hasil penelitian ini dengan menggunakan analisis bivariat yang terdapat pada tabel 4.4 menjelaskan bahwa dari 59 responden yang tingkat pendidikannya rendah dan gaya hidup yang baik terdapat 13 responden (22%) dan gaya hidup yang kurang baik berjumlah 21 responden (35,6%). Responden yang tingkat pendidikannya tinggi dan gaya hidup yang baik berjumlah 20 responden (33,9%) sedangkan gaya hidup yang kurang baik 5 responden (8,5%). Hasil tabulasi silang menunjukkan adanya hubungan antara Tingkat Pendidikan dan Gaya Hidup penderita hipertensi. Diperoleh nilai Asymp. Sig. sebesar 0,001. Karena nilai p (0,001) lebih kecil dari nilai α (0,05), maka Hipotesis Alternatif (H_a) diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan terhadap gaya hidup penderita hipertensi di Desa Sibowi.

Menurut Notoatmodjo, tingkat pendidikan responden berbanding lurus dengan jumlah informasi yang didapatkan. Pengetahuan yang meluas ini pada akhirnya akan mendorong

perubahan perilaku dan tindakan yang lebih baik, termasuk dalam upaya mengelola hipertensi. Perilaku yang berubah inilah yang membentuk gaya hidup seseorang (Mirawati & Mutnawasitoh, 2024). Kotler dan Keller mendefinisikan gaya hidup sebagai cara hidup individu secara keseluruhan, terdapat dari apa yang responden lakukan, minati, dan bagaimana memandang dunia. Singkatnya, gaya hidup menggambarkan bagaimana responden menetapkan kepentingan hidup, yang pada akhirnya menentukan kondisi kesehatannya (Indartati et al., 2024). Oleh karena itu, dalam konteks penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa pendidikan yang lebih tinggi akan menghasilkan pengetahuan kesehatan yang lebih baik. Pengetahuan yang baik ini, sesuai dengan definisi Notoatmodjo, menjadi modal utama untuk menjaga dan mempertahankan gaya hidup yang baik (seperti yang dijelaskan Kotler dan Keller), Syarat utama agar tekanan darah bisa dikelola dengan baik.

Penyakit hipertensi sering kali dipengaruhi oleh tingkat pendidikan yang rendah, karena pendidikan ini memengaruhi pilihan gaya hidup, perilaku, lingkungan, dan akses ke sistem kesehatan. Pendidikan yang minim secara langsung membatasi kesadaran seseorang untuk menerapkan gaya hidup sehat. Sebagai contoh nyata, individu dengan pengetahuan yang rendah sering kali tidak menyadari risiko yang terkait dengan kebiasaan merokok dan perilaku tidak sehat lainnya (Retnaningsih et al., 2021). Peneliti berasumsi bahwa temuan ini secara umum didorong oleh adanya peningkatan akses dan minat responden untuk mencari serta memperluas pengetahuan responden terkait penyakit hipertensi. Sejalan dengan hasil analisis bivariat, kelompok dengan tingkat pendidikan tinggi diasumsikan lebih proaktif dalam memanfaatkan berbagai sumber informasi baik dari petugas kesehatan, media sosial, Google, maupun aplikasi kesehatan lainnya yang akhirnya memungkinkan mereka menerapkan pola hidup sehat, seperti pola makan yang terkontrol dan aktivitas fisik teratur. Sementara itu, pada responden dengan gaya hidup kurang baik, peneliti berasumsi bahwa hal ini bisa disebabkan oleh keterbatasan pendidikan yang memengaruhi minat, motivasi, dan kemampuan mereka untuk secara aktif mencari informasi, serta kurangnya kepatuhan dalam menerapkan anjuran, seperti mengurangi konsumsi kopi atau berhenti merokok.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Satiyem *et al.*, 2024) tentang Hubungan Tingkat Pendidikan dan Usia Dengan Kejadian Hipertensi. Analisis data dilakukan menggunakan metode univariat dan bivariat dengan korelasi *Pearson*, menetapkan tingkat kesalahan sebesar 5% ($\alpha = 0,05$). Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara tingkat pendidikan dengan kejadian hipertensi (nilai $p = 0,000$; koefisien korelasi $r = 0,806$), serta antara usia dengan kejadian hipertensi (nilai $p = 0,000$; koefisien korelasi $r = 0,740$). Di antara kedua variabel tersebut, tingkat pendidikan diidentifikasi sebagai variabel yang memiliki risiko paling tinggi. Kesimpulannya, penelitian ini membuktikan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan dan usia dengan kejadian hipertensi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Dewi, 2022) tentang Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi di RW 08 Wilayah Kerja Puskesmas Kampungteguh Kramat Jati. Analisis statistika yang digunakan adalah uji *Chi-Square*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan pasien dengan kejadian hipertensi (nilai $p = 0,002$), serta hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan kejadian hipertensi (nilai $p = 0,000$). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sun et al., 2022) tentang Association of education levels with the risk of hypertension and hypertension control: a nationwide cohort study in Chinese adults. Pendidikan yang rendah, khususnya pada tingkat Sekolah Dasar ke bawah, secara signifikan terkait dengan dua masalah utama: peningkatan risiko diagnosis hipertensi baru dan manajemen tekanan darah yang kurang optimal. Kelompok ini menunjukkan hasil yang lebih buruk dibandingkan dengan responden yang memiliki pendidikan minimal setingkat SMP ke atas.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Yu et al., 2022) tentang low educational status correlates with a high incidence of mortality among hypertensive subjects from northeast rural china. Berdasarkan temuan jurnal, hubungan antara tingkat pendidikan dan gaya hidup penderita hipertensi di pedesaan Tiongkok Timur Laut menunjukkan pola yang menarik. Secara mengejutkan, kelompok dengan pendidikan sedang hingga tinggi cenderung memiliki faktor risiko gaya hidup seperti merokok dan konsumsi alkohol yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok berpendidikan rendah, yang mungkin mencerminkan status sosial-ekonomi yang lebih baik dengan kebiasaan sosial yang berisiko di lingkungan pedesaan. Namun, meskipun mempertahankan kebiasaan buruk ini, kelompok berpendidikan tinggi memiliki angka kematian yang jauh lebih rendah karena mereka menunjukkan pemahaman kesehatan yang jauh lebih baik. Pemahaman ini memungkinkan mereka untuk lebih efektif dalam mengendalikan penyakit, yang tercermin dari kemampuan responden untuk memahami dan mematuhi cara minum obat antihipertensi, serta menerapkan perubahan gaya hidup lain yang lebih baik (seperti perubahan pola makan dan aktivitas fisik yang direkomendasikan). Sebaliknya, kelompok pendidikan rendah mengalami kontrol tekanan darah yang buruk meskipun menerima pengobatan, menyiratkan bahwa keterbatasan pendidikan menghambat kemampuan responden untuk memahami informasi medis kepatuhan gaya hidup yang terus-menerus dan berkelanjutan, yang pada akhirnya menempatkan responden pada risiko kematian yang jauh lebih tinggi.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang muncul selama proses pengumpulan data. Salah satu kendalanya adalah sebagian responden tidak bisa membaca dan juga mengalami gangguan penglihatan seperti penglihatan kabur yang menyebabkan kesulitan dalam membaca dan menjawab kuesioner secara mandiri. Penelitian ini juga memiliki keterbatasan dimana kesulitan untuk mencari literatur terkait tingkat pendidikan terhadap gaya hidup penderita hipertensi, teori-teori terbaru tentang tingkat pendidikan terhadap gaya hidup penderita hipertensi juga sangat jarang ditemukan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas penderita hipertensi yang menjadi responden di Desa Sibowi memiliki tingkat pendidikan rendah. Mayoritas penderita hipertensi di Desa Sibowi telah menunjukkan gaya hidup yang baik. Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan terhadap gaya hidup penderita hipertensi di Desa Sibowi Kecamatan Tanambulava Kabupaten Sigi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh responden Masyarakat Desa Sibowi yang telah berkenan meluangkan waktu, tenaga, dan perhatian untuk berpartisipasi dalam kegiatan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, R., Sinha, S., Chowdhury, K., & Haque, M. (2024). Risk Factors Of Hypertension In Low- And Middle-Income Countries: A Prompt Portray. *Advances In Human Biology*.
- Anggraini, S. N., Said, F. M., Edzha, A. U. A., Fitri, D. E., Ovari, I., Wahyuni, F., & Iftiana. (2024). Impact Of Lifestyle Factors On Hypertension Risk Among Elderly: Physical Activity, Stress, Smoking, And Alcohol Consumption. *Journal Of Angiotherapy*, 8(10), 1–7.

- Dewi, N. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Di Rw 08 Wilayah Kerja Puskesmas Kampungtengah Kramat Jati. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Perkotaan*, 2(2), 10–22.
- Febra Mawandi, I., Melisa, I., Padang, S., Kementerian, P. K., & Padang, K. (2024). The Relationship Between Lifestyle Physical Activity, Stress And Smoking With The Incidence Of Hypertension In Puskesmas Padang. *Professional Evidence-Based Research And Advances In Wellness And Treatment*, 1(2), 28–36.
- Hani, U., Janah, E. N., & Hediyanto, W. (2023). Asuhan Keperawatan Pada Ny.T Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskular: Hipertensi Di Ruang Dahlia Rsd Dr. Soeselo Kabupaten Tegal. *Diagnosa: Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Keperawatan*, 1(4), 172–181.
- Imansari, A. (2023). Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Awal Di Kecamatan Dampal Selatan. *Binawan Student Journal*, 5(2), 70–76.
- Indartati, I., Marhamah, M., Sari, R. N., & Sunarti, S. (2024). Hubungan Gaya Hidup Terhadap Peningkatan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kota Datar. *Healthcaring: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 3(1), 22–26.
- Liu, B., Ji, S., & Zhu, Z. (2024). Does Higher Education Matter For Health In The Uk? *Ssm - Population Health*, 25.
- Mashuri, Y. A., Ng, N., & Santosa, A. (2022). Socioeconomic Disparities In The Burden Of Hypertension Among Indonesian Adults - A Multilevel Analysis. *Global Health Action*, 15(1).
- Mirawati, D., & Mutnawasitoh, A. R. (2024). Hubungan Tingkat Pendidikan Dengan Pengetahuan Stroke Pada Lansia. *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 12(1), 114–124.
- Nugroho, P. S., & Sari, Y. (2019). Hubungan tingkat Pendidikan dan Usia dengan Kejadian Hipertensi di wilayah Kerja Puskesmas Palaran Tahun 2019. *Jurnal Dunia Kesmas*, 8(4), 233.
- Rachmawati, E., Rahmadhani, F., Ananda, M. R., Salsabillah, S., & Pradana, A. A. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Keluarga Terhadap Penyakit Hipertensi: Telaah Narasi. *Jurnal Mitra Kesehatan*, 4(1), 14–19.
- Raghupathi, V., & Raghupathi, W. (2020). The Influence Of Education On Health: An Empirical Assessment Of Oecd Countries For The Period 1995–2015. *Archives Of Public Health*, 78(1).
- Rahmawati Hamzah, S., Nurul Hikma Saleh, S., Hamzah, Dan B., Ilmu Kesehatan, F., Kesehatan Dan Teknologi Graha Medika Kotamobagu Jl Siswa, I., Mogolaing, K., & Utara, S. (2022). Upaya Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Tentang Hipertensi Melalui Metode Penyuluhan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kasih (Jpmk)*, 3(2), 7–13.
- Restawan, I. G., Sepang, J., & Matongka, Y. H. (2024). Edukasi Tentang Hipertensi Dan Pemeriksaan Tekanan Darah Pada Masyarakat Meselese Kabupaten Banggai Kepulauan. *Jurnal Abdimas Kesehatan (Jak)*, 6(2), 283.
- Retnaningsih, D., Larasati, N., Studi Keperawatan, P., Keperawatan, F., & Teknologi, Dan. (2021). Peningkatan Pengetahuan Tentang Hipertensi Dengan Metode Pendidikan Kesehatan Di Lingkungan Masyarakat. *Communnity Development Journal*, 2(2), 378–382.
- Review, A., Lukitaningtyas, D., Keperawatan Pemerintah Kabupaten Ngawi, A., Agus Cahyono, E., Studi Keperawatan, P., & Keperawatan Dian Husada, A. (2023). Hipertensi; Artikel Review. *Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 2(2), 100–117.
- Satiyem, H., Murtiningsih, D., Dhiva Pradessty, A., Poltekkes, J. K., Surakarta, K., Studi, P., Terapan, S., & Poltekkes, K. (2024). Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Usia Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Kebidanan*, 4(1), 35–42.
- Sun, K., Lin, D., Li, M., Mu, Y., Zhao, J., Liu, C., Bi, Y., Chen, Lulu, Shi, L., Li, Q., Yang, T., Wan, Q., Wu, S., Wang, G., Luo, Z., Qin, Y., Tang, X., Chen, G., Huo, Y., ... Yan, L. (2022b). Association Of Education Levels With The Risk Of Hypertension And

- Hypertension Control: A Nationwide Cohort Study In Chinese Adults. *Journal Of Epidemiology And Community Health*, 76(5), 451–457.
- Wang, Y., Ye, C., Kong, L., Zheng, J., Xu, M., Xu, Y., Li, M., Zhao, Z., Lu, J., Chen, Y., Wang, W., Ning, G., Bi, Y., & Wang, T. (2023). Independent Associations Of Education, Intelligence, And Cognition With Hypertension And The Mediating Effects Of Cardiometabolic Risk Factors: A Mendelian Randomization Study. *Hypertension*, 80(1), 192–203.
- Wieczorek, M., Meier, C., Kliegel, M., & Maurer, J. (2023). Relationship Between Health Literacy And Unhealthy Lifestyle Behaviours In Older Adults Living In Switzerland: Does Social Connectedness Matter? *International Journal Of Public Health*, 68.
- Yu, S., Guo, X., Li, G. X., Yang, H., Zheng, L., & Sun, Y. (2022). Low Educational Status Correlates With A High Incidence Of Mortality Among Hypertensive Subjects From Northeast Rural China. *Frontiers In Public Health*, 10, 951930.
- Yusuf, J., & Boy, E. (2023). Manifestasi Klinis Pada Pasien Hipertensi Urgensi. *Jurnal Implementa Husada*, 4(1), 1–9.
- Zhang, M., Shi, Y., Zhou, B., Huang, Z., Zhao, Z., Li, C., Zhang, X., Han, G., Peng, K., Li, X., Wang, Y., Ezzati, M., Wang, L., & Li, Y. (2023). Prevalence, Awareness, Treatment, And Control Of Hypertension In China, 2004-18: Findings From Six Rounds Of A National Survey. *Bmj*, 380.