



## THE RELATIONSHIP BETWEEN SEAFOOD CONSUMPTION PATTERNS AND THE INCIDENCE OF HYPERTENSION IN COASTAL COMMUNITIES IN THE WORKING AREA OF THE LEWOLAGA HEALTH CENTER.

### *Hubungan Pola Konsumsi Makanan Laut Dengan Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Pesisir di Wilayah Kerja Puskesmas Lewolaga.*

Anastasia Ening Bulen, Yendris Krisno Syamruth, Anna Henny Talahatu

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana, Kupang, Nusa Tenggara Timur

\*Alamat Korespondensi: ening933@gmail.com

#### Article Info

##### Article History

Received: 09 Aug 2022

Revised: 11 Jan 2023

Accepted: 18 Jan 2023

##### Keywords:

Hypertension, age, education, gender, seafood consumption patterns

##### Kata kunci:

Hipertensi, umur, pendidikan, jenis kelamin, pola konsumsi makanan laut.

#### ABSTRACT / ABSTRAK

*Hypertension is a disease that causes blood pressure disorders, namely  $\geq 140$  mmHg/90 mmHg. This study aims to analyze the relationship between seafood consumption patterns and the incidence of hypertension in coastal communities in the working area of the Lewolaga Public Health Center. This type of research is a quantitative research using a cross-sectional study approach. The research was conducted in the working area of the Lewolaga Public Health Center with a total sample of 206 people. The data analysis used bivariate analysis with chi-square statistics. The results of this study indicate a relationship between age and the incidence of hypertension (0,000), and there is a relationship between the patterns of seafood consumption and the incidence of hypertension (0,000) in coastal communities. The most widely consumed type of seafood by the public is squid. In comparison, those that are not related to the incidence of hypertension in coastal communities in the working area of the Lewolaga Health Center are gender (0,066) and education (0,367). It is hoped that the public will get information from various reliable sources, especially health workers (counseling) related to seafood consumption patterns to prevent hypertension.*

Penyakit hipertensi adalah penyakit yang menjadi gangguan tekanan darah pada manusia yang diketahui melalui hasil pengukuran tekanan darah yaitu  $>140$ mmHg/90mmHg. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pola konsumsi makanan laut (*seafood*) yang terdiri dari jenis, frekuensi dan jumlah makanan laut dengan kejadian hipertensi pada masyarakat pesisir di Wilayah Kerja Puskesmas Lewolaga. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan studi *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Lewolaga dengan jumlah sampel 206 orang. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan analisis bivariat dengan uji statistik *chi-square*. Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan antara umur dengan kejadian hipertensi ( $p=0,000$ ), keeratan hubungannya 0,257 dan ada hubungan antara pola konsumsi makanan laut (*seafood*) dengan kejadian hipertensi ( $p=0,000$ ), keeratan hubungannya 0,751 pada masyarakat pesisir. Jenis makanan laut yang paling banyak dikonsumsi oleh masyarakat adalah cumi-cumi. Sedangkan yang tidak berhubungan dengan kejadian hipertensi pada masyarakat pesisir di wilayah kerja Puskesmas Lewolaga adalah jenis kelamin ( $p=0,066$ ) dan pendidikan ( $p=0,367$ ). Diharapkan masyarakat mendapatkan informasi dari berbagai sumber terpercaya terutama tenaga kesehatan (penyuluhan atau konseling) terkait pola konsumsi makanan laut (*seafood*) untuk mencegah terjadinya hipertensi.

## PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan gangguan yang terjadi pada pembuluh darah sehingga mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawah oleh darah ke organ tubuh yang membutuhkannya menjadi terhambat. *World Health Organization* (WHO) menyebutkan bahwa hipertensi menyerang 22% penduduk dunia dan mencapai 36% angka kejadian di Asia Tenggara (Anita Sari, 2019). Menurut data WHO bahwa di seluruh dunia terjadinya 45% angka kematian akibat penyakit serangan jantung yang dipicu oleh penyakit hipertensi dan 51% angka kematian akibat penyakit stroke yang juga dipicu oleh penyakit hipertensi.

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan tahun 2018 menghasilkan peningkatan kejadian hipertensi dibandingkan hasil pada tahun 2013. Prevalensi kejadian hipertensi berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018 sebesar 34,1 %. Hasil tersebut merupakan kejadian hipertensi yang diperoleh dari pengukuran tekanan darah pada masyarakat Indonesia yang berusia 18 tahun ke atas. Sedangkan prevalensi kejadian hipertensi berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2013 sebesar 28,3% (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Prevalensi hipertensi di seluruh wilayah Nusa Tenggara Timur sebesar 7,4 % dan berada di bawah prevalensi nasional yang mencapai 9,4 %. Tiga kabupaten dengan prevalensi hipertensi tertinggi adalah Sikka (11,4 %), Ende (11,1 %), dan Ngada (11,1 %). Berikut yang termasuk dalam tiga kabupaten prevalensi hipertensi tertinggi berdasarkan hasil pengukuran yang dilakukan adalah Ngada (29,8 %), Flores Timur (28,3 %) dan Manggarai Timur (28,1 %) (Rikesdas, 2013). Prevalensi hipertensi di seluruh wilayah yang ada di Kabupaten Flores Timur sebesar 28,3 % (Profil Kesehatan Provinsi NTT, 2014). Berdasarkan data hipertensi tahun 2020 di seluruh wilayah kerja puskesmas Lewolaga terdapat 705 orang. Beberapa desa penyumbang hipertensi di wilayah

kerja puskesmas Lewolaga yaitu: Lewolaga (214 orang), Tuakepa (178 orang), Lewoingu (78 orang), Leraboleng (76 orang), Konga (76 orang), Duntana (46 orang), dan Kobasoma (37 orang). Kasus hipertensi pada tahun 2021 di wilayah kerja Puskesmas Lewolaga mengalami penurunan yaitu sebanyak 417 orang yang mengalami hipertensi (Profil Puskesmas Lewolaga, 2020)

Sebagian besar desa-desa yang ada di wilayah kerja Puskesmas Lewolaga terletak tidak jauh dari pesisir pantai serta sebagian besar masyarakatnya bermata pencaharian sebagai nelayan. Sebagian besar masyarakat memanfaatkan potensi laut untuk kebutuhan ekonomi dan dikonsumsi sehari-hari. Potensi laut yang dimanfaatkan seperti berbagai jenis ikan, gurita, cumi-cumi, kepiting, kerang, rumput laut, garam dan lain-lain. Suatu kebiasaan masyarakat di daerah pesisir yaitu mengawetkan ikan dengan garam yang banyak lalu dijemur menjadi ikan kering. Selain itu juga, masyarakat memiliki kebiasaan bekarang saat air laut surut. Kebiasaan ini biasa dilakukan pada saat menjelang malam hari untuk mendapatkan hasil laut sebagai lauk-pauk masyarakat pesisir (Data Primer, 2022).

Kebiasaan masyarakat Lewolaga yang gemar mengkonsumsi makanan laut dan tingginya kasus Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Lewolaga menjadi alasan penelitian dilakukan. variabel yang diteliti, umur, jenis kelamin, pendidikan, pola konsumsi makanan laut (*seafood*) yang terdiri dari jenis, frekuensi dan jumlah konsumsi makanan laut (*seafood*) dan kejadian hipertensi (Data Primer, 2022).

Konsumsi *Seafood* yang berlebihan dan secara terus menerus dapat meningkatkan kadar kolestrol dalam tubuh sehingga dapat memicu terjadinya hipertensi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pola konsumsi makanan laut (*seafood*) dengan kejadian hipertensi.

## BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian Kuantitatif dengan desain cross sectional study. Penelitian dilakukan di Puskesmas Lewolaga Kecamatan Titehena Kabupaten Flores Timur selama bulan februari 2022. Populasi dalam penelitian adalah masyarakat pesisir yang ada di wilayah kerja Puskesmas Lewolaga pada tahun 2022, yaitu masyarakat desa Lewolaga sebanyak 1.383 orang dan desa Konga sebanyak 854 orang. Sehingga jumlah keseluruhan dari populasi dalam penelitian ini adalah 2.237 orang. Agar pengambilan sampelnya secara adil antara dua desa tersebut maka dilakukan perhitungan untuk desa Lewolaga diperlukan 127 sampel dan desa Konga sebanyak 79 sampel. Sehingga besar sampel dalam penelitian ini adalah 206 sampel. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *simple random sampling* dengan cara membuat daftar nama sampel berjumlah 206 orang kemudian diacak menggunakan program

*Microsoft excel*. Observasi, dokumentasi, serta wawancara mendalam dipergunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini. Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data adalah kuesioner, handphone, alat tulis dan laptop. penelitian yaitu peneliti sendiri. Penelitian ini menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat. Setelah itu dilakukan penyajian data dan penarikan kesimpulan.

## HASIL

**Tabel 1.** Karakteristik Responden

Variabel		n	%
<b>Hipertensi</b>	Ya ( $\geq 140/90$ mmHg)	72	35,0
	Tidak ( $< 140/90$ mmHg)	134	65,0
<b>Umur (tahun)</b>	Berisiko ( $\geq 40$ )	125	60,7
	Tidak Berisiko ( $< 40$ )	81	39,3
<b>Jenis Kelamin</b>	Laki-laki	73	35,4
	Perempuan	133	64,6
<b>Pendidikan</b>	Rendah (SD, SMP)	145	70,4
	Tinggi (SMA, PT)	61	29,6
<b>Total</b>		<b>206</b>	<b>100</b>

## Analisis Bivariat

**Tabel 2.** Analisis Bivariat

Variabel		Kejadian Hipertensi				Total	%	P-value
		Hipertensi		Tidak Hipertensi				
		n	%	n	%			
<b>Umur</b>	Berisiko	56	27,2	69	33,5	125	60,7	0,000
	Tidak Berisiko	16	7,8	65	31,6	81	39,3	
<b>Jenis Kelamin</b>	Laki-laki	19	9,2	54	26,2	73	35,4	0,066
	Perempuan	53	25,7	80	38,8	133	64,6	
<b>Pendidikan</b>	Rendah	54	26,2	91	0	145	29,6	0,367
	Tinggi	18	8,7	43	0,367	61	70,4	
<b>Pola Konsumsi</b>	Banyak	56	88,9	7	11,1	63	100,0	0,000
	Sedang	11	10,4	95	89,6	106	100,0	
	Kurang	5	13,5	32	86,5	37	100,0	
<b>Total</b>		<b>72</b>	<b>35,0</b>	<b>134</b>	<b>65,0</b>	<b>206</b>	<b>100</b>	

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa responden yang memiliki umur berisiko yang mengalami hipertensi yaitu berjumlah 56 orang (27,2%) lebih kecil dibandingkan dengan yang tidak mengalami hipertensi yaitu 69 orang (33,5%). Sedangkan responden yang memiliki

umur tidak berisiko yang mengalami hipertensi yaitu 16 orang (7,8%) lebih kecil dibandingkan dengan yang tidak mengalami hipertensi yaitu 65 orang (31,6 %). Hasil uji *chi-square*, diperoleh nilai  $p = 0,000 < \alpha (0,05)$  hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara variabel umur

responden dengan kejadian hipertensi pada masyarakat pesisir di wilayah kerja Puskesmas Lewolaga, Kabupaten Flores Timur dan keeratan hubungannya yaitu 0,257 yang berarti tingkat hubungannya lemah.

Responden yang memiliki jenis kelamin laki-laki yang mengalami hipertensi yaitu berjumlah 19 orang (9,2%) lebih kecil dibandingkan dengan yang tidak mengalami hipertensi yaitu 54 orang (26,2%). Sedangkan responden yang memiliki jenis kelamin perempuan yang mengalami hipertensi yaitu 52 orang (25,7%) lebih kecil dibandingkan dengan yang tidak mengalami hipertensi yaitu 80 orang (38,8 %).

Hasil uji *chi-square*, diperoleh nilai  $p = 0,066 > \alpha$  (0,05) hal ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara variabel jenis kelamin responden dengan kejadian hipertensi pada masyarakat pesisir di wilayah kerja Puskesmas Lewolaga, Kabupaten Flores Timur.

Responden yang memiliki pendidikan rendah yang mengalami hipertensi yaitu berjumlah 54 orang (26,2%) lebih kecil dibandingkan dengan yang tidak mengalami hipertensi yaitu 91 orang (44,2%). Sedangkan responden yang memiliki pendidikan tinggi yang mengalami hipertensi yaitu 18 orang (8,7 %) lebih kecil dibandingkan dengan yang tidak mengalami hipertensi yaitu 43 orang (20,9%).

Hasil uji *chi-square*, diperoleh nilai  $p = 0,367 > \alpha$  (0,05) hal ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara variabel pendidikan responden dengan kejadian hipertensi pada masyarakat pesisir di wilayah kerja Puskesmas Lewolaga, Kabupaten Flores Timur.

Responden yang memiliki pola konsumsi makanan laut banyak yang mengalami hipertensi yaitu berjumlah 56 orang (88,9%) lebih besar dibandingkan dengan yang tidak mengalami hipertensi yaitu 7 orang (11,1%). Sedangkan responden yang memiliki pola konsumsi makanan laut sedang yang mengalami hipertensi yaitu 11 orang (10,4%) lebih kecil dibandingkan dengan yang tidak mengalami hipertensi yaitu 95 orang (89,6 %). Responden yang memiliki pola konsumsi makanan laut kurang yang mengalami hipertensi yaitu 5 orang (13,5%) lebih kecil dibandingkan dengan yang tidak mengalami hipertensi yaitu 32 orang (86,5%). Hasil uji *chi-square*, diperoleh nilai  $p = 0,000 < \alpha$  (0,05), hal ini menunjukkan bahwa

ada hubungan antara variabel pola konsumsi makanan laut (*seafood*) dengan kejadian hipertensi pada masyarakat pesisir di wilayah kerja Puskesmas Lewolaga, Kabupaten Flores Timur.

## PEMBAHASAN

### Hubungan Umur Responden dengan Kejadian Hipertensi pada Masyarakat Pesisir

Jika usia bertambah maka tekanan darah juga meningkat sehingga semakin tinggi berisiko mengalami hipertensi. Usia yang termasuk dalam usia yang berisiko hipertensi adalah usia di atas 45 tahun dan serangan darah tinggi akan muncul di usia sekitar 40 tahun walaupun dapat terjadi pada anak muda (Kumar, 2005).

Hasil analisis diketahui bahwa ada hubungan antar umur responden dengan kejadian hipertensi pada masyarakat pesisir di wilayah kerja Puskesmas Lewolaga, Kabupaten Flores Timur.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aristoteles (2018) tentang Korelasi Umur dan Jenis Kelamin dengan Penyakit Hipertensi *Emergency Center* Unit Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan antara umur dengan penyakit hipertensi. Pada responden usia tua lebih berisiko mengalami hipertensi karena tekanan arterial yang meningkat sesuai bertambahnya usia, terjadinya regulasi aorta serta adanya proses degeneratif, yang lebih pada orang usia tua. Jadi, semakin meningkat umur seseorang, maka semakin berisiko mengalami hipertensi.

Berdasarkan nilai koefisien Asosiasi, keeratan hubungan antara variabel umur responden dengan kejadian hipertensi yaitu 0,257 hal ini berarti responden yang memiliki umur berisiko lebih berisiko mengalami hipertensi 26 kali dibandingkan responden yang memiliki umur tidak berisiko. Hasil wawancara di lapangan juga menunjukkan rata-rata umur berisiko responden yang mengalami hipertensi yaitu responden yang memiliki umur 54 tahun. Responden yang dijumpai di lapangan lebih banyak yang memiliki umur berisiko yaitu 125 orang. Masih ada responden yang memiliki umur berisiko namun tidak mengalami hipertensi yaitu sebanyak 69

orang, hal ini dikarenakan walaupun memiliki umur yang berisiko namun responden mampu untuk menjaga pola makan dan gaya hidupnya. Begitu pula sebaliknya, masih ada responden yang memiliki umur tidak berisiko tetapi mengalami hipertensi yaitu sebanyak 16 orang, hal ini dikarenakan responden tidak mampu menjaga pola makan dan memiliki gaya hidup yang kurang baik. Hal ini juga berarti semakin bertambah umur responden maka semakin berisiko mengalami hipertensi, sehingga perlu untuk menjaga pola makan dan gaya hidup.

#### **Hubungan Jenis Kelamin Responden dengan Kejadian Hipertensi pada Masyarakat Pesisir**

Tekanan darah perempuan, khususnya sistolik meningkat lebih tajam sesuai usia. Setelah 55 tahun, wanita memang mempunyai risiko lebih tinggi untuk menderita hipertensi. Hal ini disebabkan oleh perbedaan hormon kedua jenis kelamin. Produksi hormon estrogen menurun saat menopause sehingga tekanan darah meningkat (Casey dan Benson, 2006). Hasil analisis diketahui bahwa tidak ada hubungan antar jenis kelamin responden dengan kejadian hipertensi pada masyarakat pesisir di wilayah kerja Puskesmas Lewolaga, Kabupaten Flores Timur.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tri Novitaningtyas (2014) tentang Hubungan Karakteristik Umur, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan dan Aktivitas Fisik dengan Tekanan Darah pada Lansia di Kelurahan Makanahaji Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo. Hasil penelitian tersebut menunjukkan tidak ada hubungan antara jenis kelamin dengan tekanan darah.

Berdasarkan hasil wawancara dengan masyarakat pesisir di wilayah kerja Puskesmas Lewolaga, hipertensi lebih banyak terjadi pada masyarakat yang memiliki jenis kelamin perempuan dibandingkan masyarakat yang memiliki jenis kelamin laki-laki. Hal ini dikarenakan perbedaan hormon dari kedua jenis kelamin. Produksi hormon estrogen menurun saat perempuan mengalami menopause sehingga dapat meningkatnya tekanan darah. Responden yang dijumpai di lapangan lebih banyak berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 133 orang. Hasil wawancara menunjukkan bahwa responden berjenis kelamin perempuan yang mengalami

hipertensi sebanyak 53 orang, dipicu oleh tingkat stress dan sebelumnya sudah memiliki riwayat hipertensi. Begitu pula pada responden yang berjenis kelamin laki-laki yang mengalami hipertensi yaitu sebanyak 19 orang, hal ini dikarenakan memiliki gaya hidup suka konsumsi alkohol, merokok dan memiliki riwayat hipertensi sebelumnya.

#### **Hubungan Pendidikan Responden dengan Kejadian Hipertensi pada Masyarakat Pesisir**

Tingkat pendidikan dapat berkaitan dengan kemampuan menyerap dan menerima informasi kesehatan serta kemampuan dalam berperan serta dalam pembangunan kesehatan. Masyarakat yang memiliki pendidikan lebih tinggi pada umumnya mempunyai pengetahuan dan wawasan yang lebih luas sehingga lebih mudah menyerap dan menerima informasi, serta dapat ikut berperan serta aktif dalam mengatasi masalah kesehatan dirinya dan keluarga.

Hasil analisis diketahui bahwa tidak ada hubungan antar pendidikan responden dengan kejadian hipertensi pada masyarakat pesisir di wilayah kerja Puskesmas Lewolaga, Kabupaten Flores Timur.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tri Novitaningtyas (2014) tentang Hubungan Karakteristik Umur, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan Dan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Lansia Di Kelurahan Makanahaji Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo. Hasil penelitian tersebut menunjukkan tidak ada hubungan antara tingkat pendidikan dengan tekanan darah.

Tingginya risiko terkena hipertensi pada pendidikan yang rendah, kemungkinan disebabkan karena kurangnya pengetahuan pada seseorang yang berpendidikan rendah terhadap kesehatan dan sulit atau terlambat menerima informasi (penyuluhan) yang diberikan oleh petugas kesehatan sehingga berdampak pada perilaku atau pola hidup sehat (Anggara dan Prayitno, 2013).

Berdasarkan hasil wawancara dengan masyarakat pesisir di wilayah kerja Puskesmas Lewolaga, responden dari penelitian ini lebih banyak memiliki pendidikan rendah yaitu sebanyak 145 orang. Hipertensi lebih banyak terjadi pada masyarakat yang memiliki pendidikan rendah dibandingkan masyarakat

yang memiliki pendidikan tinggi. Hal ini dikarenakan masih banyak masyarakat pesisir yang memiliki pendidikan rendah yaitu rata-rata berpendidikan SD karena faktor ekonomi keluarga dan dahulu belum adanya fasilitas sekolah SMA yang dibangun di Wilayah Kecamatan Titehena. Beberapa responden yang memiliki pendidikan rendah namun tidak mengalami hipertensi yaitu sebanyak 91 orang, hal ini dikarenakan meskipun memiliki pendidikan rendah, masyarakat bisa memperoleh informasi kesehatan dan mengikuti saran dari tenaga kesehatan maupun kerabat terdekat untuk menjaga pola makan atau gaya hidup untuk mencegah terjadinya hipertensi. Sebaliknya, beberapa responden yang memiliki pendidikan tinggi namun bisa mengalami hipertensi yaitu 18 orang, hal ini dikarenakan adanya riwayat hipertensi, tidak menjaga pola makan dan gaya hidup yang kurang baik. Masyarakat sudah mengetahui bahwa dengan mengkonsumsi makanan laut yang tinggi kolesterol, tinggi natrium dapat memicu terjadinya hipertensi, namun karena adanya keinginan dan ketersediaan bahan makanan laut maka masyarakat tetap untuk mengkonsumsinya.

#### **Hubungan Pola Konsumsi Makanan Laut (*Seafood*) dengan Kejadian Hipertensi pada Masyarakat Pesisir**

Tingkat konsumsi makanan laut yang tinggi juga berperan dalam kecenderungan hipertensi di daerah pesisir pantai. Salah satu faktor risiko hipertensi adalah kandungan lemak di dalam tubuh seperti yang dinyatakan bahwa hiperkolesterolemia menjadi faktor risiko terjadinya hipertensi. Sementara itu, kandungan kolesterol jaringan ikan air tawar pada umumnya lebih rendah daripada ikan laut.

Hasil analisis menunjukkan bahwa ada hubungan antara pola konsumsi makanan laut (*seafood*) dengan kejadian hipertensi pada masyarakat pesisir di wilayah kerja Puskesmas Lewolaga, Kabupaten Flores Timur.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Retno Cahyani, dkk (2019) tentang Hubungan Konsumsi Makanan Laut dengan Kejadian Hipertensi pada Masyarakat Pesisir di Wilayah Kerja Puskesmas Mangkang Kota Semarang. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan

yang signifikan antara konsumsi makanan laut dengan kejadian hipertensi.

Berdasarkan nilai koefisien Asosiasi, keeratan hubungan antara variabel pola konsumsi makanan laut (*seafood*) dengan kejadian hipertensi yaitu 0,751 hal ini berarti responden yang memiliki pola konsumsi makanan laut (*seafood*) banyak, lebih berisiko mengalami hipertensi 75 kali dibandingkan responden yang memiliki pola konsumsi makanan laut (*seafood*) sedang dan kurang.

Berdasarkan hasil wawancara di lapangan, jenis makanan laut (*seafood*) yang paling banyak dikonsumsi oleh masyarakat pesisir adalah cumi-cumi. Hal ini dikarenakan pada saat dilakukan penelirtian, hasil tangkapan nelayan lebih banyak cumi-cumi. Masyarakat pesisir lebih banyak yang mengkonsumsi makanan laut (*seafood*) dengan frekuensi 1-4 kali/minggu dan jumlah >100 gram/sekali makan. Hal ini dikarenakan ketersediaan bahan makanan yang mudah diperoleh dari hasil laut dengan cara penangkapan sederhana yang biasa dilakukan oleh masyarakat pesisir yaitu memancing ataupun bekarang saat air laut surut. Karena kemudahan untuk memperoleh bahan makanan laut (*seafood*) dapat mempengaruhi pola konsumsi makanan laut (*seafood*) dari responden yang secara terus menerus dan dalam jumlah yang banyak.

Berdasarkan hasil wawancara dengan masyarakat pesisir di wilayah kerja Puskesmas Lewolaga, hipertensi lebih banyak terjadi pada masyarakat yang memiliki pola konsumsi makanan laut (*seafood*) kategori banyak, lebih banyak dibandingkan dengan pola konsumsi makanan laut (*seafood*) kategori sedang dan kategori kurang.

#### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Penelitian ini menyimpulkan bahwa ada hubungan antara usia dan pola konsumsi makanan laut dengan kejadian hipertensi pada masyarakat pesisir di wilayah kerja puskesmas Lewolaga.

Berdasarkan kesimpulan tersebut, peneliti memberikan saran kepada tenaga kesehatan untuk meningkatkan kegiatan penyuluhan terkait menjaga pola makan untuk

mencegah terjadinya penyakit hipertensi pada masyarakat.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada Kepala Puskesmas Lewolaga, tenaga kesehatan, masyarakat Desa Lewolaga dan Desa Konga yang membantu dalam penelitian ini dan bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

### DAFTAR PUSTAKA

- Agung, M., & dkk. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal of Telenursing. Volume 1, No.2*. Diakses pada tanggal 11 Februari 2021 dari : <https://journal.ipm2kpe.or.id/index.php/JOTING/article/view/849/565>.
- Anggara, FHD., dan Prayitno, N. 2013. Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Tekanan Darah di Puskesmas Telaga Murni, Cikarang Barat Tahun 2012. Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat STIKes MH. Thamrin, Jakarta. *Jurnal Ilmiah Kesehatan.5(1) 20-25*
- Cahyani, R., & dkk. (2019). Hubungan Konsumsi Makanan Laut Dengan Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat Pesisir di Wilayah Kerja Puskesmas Mangkang Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Jurnal).Volume 7.No.4*. Diakses pada tanggal 15 Februari 2021 dari: <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/24891>
- Damongilala, L. J. (2021). *Kandungan Gizi Pangan Ikani*. Bandung: CV. Patra Media Grafindo. Diakes pada tanggal 12 November 2021 dari :[http://repo.unsrat.ac.id/3249/1/BUKU\\_KANDUNGAN\\_GIZI\\_PANGAN\\_IKANI.pdf](http://repo.unsrat.ac.id/3249/1/BUKU_KANDUNGAN_GIZI_PANGAN_IKANI.pdf)
- Harianto, S. (2020). Relationship of Food Consumption Patterns With Increasing Blood Pressure In Adults. *Journal of Vocational Nursing. Volume 1. No.4*. Diakses pada tanggal 13 Februari 2021 dari : <https://ejournal.unair.ac.id/JoViN/article/viewFile/19908/10899>.
- Herlinah, L., & dkk. (2013). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Lansia Dalam Pengendalian Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Komunitas. Volume 1.No.2*. Diakses pada tanggal 13 Februari 2021 dari :<https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKK/article/view/987>
- Lindawati, & Yusuf, R. (2009). Analisis Hubungan Karakteristik Sosio Ekonomi Dengan Ketahanan Pangan Ikani. *Jurnal Bijak Dan Riset KP, vol 4 NO.2*. Diakses pada tanggal 12 November 2021 dari: <http://ejournal-balitbang.kkp.go.id/index.php/sosek/article/view/5830>
- Malonda, N. S., & dkk. (2012). Pola Makan Dan Konsumsi Alkohol Sebagai Faktor Resiko Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia. Volume 8.No.4*. Diakses pada tanggal 11 Februari 2021 dari: <https://core.ac.uk/download/pdf/296266173.pdf>.
- Manawan, A. A., & dkk. (2016). Hubungan Antara Konsumsi Makanan Dengan Kejadian Hipertensi Di Desa Tandengan Satu Kecamatan Eris Kabupaten Minahasa. *PHARMACON Jurnal Ilmiah Farmasi-UNSRAT Volume 5. No.1*. Diakses pada tanggal 13 Februari 2021 dari :<https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/pharmacon/article/view/11345>.
- Masengi, S., & dkk. (2013). Pengaruh Mengonsumsi Makanan Laut Terhadap Kejadian Hipertensi di Desa Malalayang Dua. *Jurnal e-Biomedik Volume 1, No.1*. Diakses pada tanggal 11 Februari 2021 dari : <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/ebimedik/article/view/4626>.
- Musdalifah, & dkk. (2020). Budaya Makan Masyarakat Pesisir Yang Berisiko Terjadi Hipertensi Pada Lansia Dini Di Kabupaten Konawe. *Jurnal Keperawatan. Volume 4.No.2*. Diakses pada tanggal 11 Februari 2021 dari: <https://stikesks-kendari.ejournal.id/JK/article/view/405>.
- Novitangtias Tri. 2014. Hubungan Karakteristik Umur, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan, dan Pekerjaan dengan Tekanan Darah pada

- Lansia di Kelurahan Makamhaji. Fakultas Ilmu Kesehatan: Muhammadiyah
- Oktarini Titin. 2016 Hubungan antara Usia, Jenis Kelamin, dan Pekerjaan dengan Penyakit Hipertensi di Instalasi Gawat Darurat. Stikes Aisyiyah: Palembang
- Profil Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Timur, Tahun 2014
- Profil Puskesmas Lewolaga, Kabupaten Flores Timur, Tahun 2020
- Rihiantoro, T., & Widodo, M. (2017). Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Di Kabupaten Tulang Bawang. *Jurnal Keperawatan. Volume 13.No.2*. Diakses pada tanggal 13 Februari 2021 dari: <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JKEP/article/view/924>
- Rusliafah J. (2014). Komparatif Kejadian Hipertensi pada Wilayah Pesisir Pantai dan Pegunungan di Kota Kendari. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanudin. Volume 2. Nomor* .Diakses pada tanggal 17 Mei 2022 dari : <https://stikesk-kendari.e-journal.id/JK/article/download/405/218/>
- Sari, A. M., & dkk. (2015). Hubungan Konsumsi Ikan Asin Dengan Tekanan Darah Pada Laki-Laki Usia 45-59 Tahun. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan Vol.7 No.14*. Diakses pada tanggal 12 November 2021 dari: <http://jurnalgizi.unw.ac.id/index.php/JGK/article/view/131>
- Siregar, P. A., & dkk. (2020). Aktivitas Fisik, Konsumsi Makanan Asin dan Kejadian Hipertensi Masyarakat Pesisir Kota Medan. *LPPM Akademi Keperawatan Yapenas 21 Maros. Volume 1. No.1*. Diakses pada tanggal 11 Februari 2021 dari: <https://core.ac.uk/download/pdf/322601053.pdf>.
- South, M., & dkk. (2014). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Kolongan Kecamatan Kalawat Kabupaten Minahasa Utara. *ejournal Keperawatan. Volume 2. No.1*. Diakses pada tanggal 11 Februari 2021 dari: <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/4055>.
- Sriani, K. I., & dkk. (2016). Hubungan Antara Perilaku Merokok Dan Kebiasaan Olahraga Dengan Kejadian Hipertensi Pada Laki-Laki Usia 18-44 Tahun. *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia. Volume 3. No.1*. Diakses pada tanggal 15 Februari 2021 dari: <https://ppjp.ulm.ac.id/journal/index.php/JPKMI/article/view/2729>
- Susanti, N., & dkk. (2020). Determinan Kejadian Hipertensi Masyarakat Pesisir Berdasarkan Kondisi Sosio Demografi dan Konsumsi Makan. *LPPM Akademi Keperawatan Yapenas 21 Maros. Volume 2. No.1*. Diakses pada tanggal 11 Februari 2021 dari: <https://core.ac.uk/download/pdf/322601058.pdf>.
- Venkataraman, ,. R., & dkk. (2013). Smoking, Alcohol And Hypertension. *International Journal of Pharmacy and Pharmaceutical Sciences. Volume 5.No.4*. Diakses pada tanggal 15 Februari 2021 dari : [https://www.researchgate.net/profile/Prasanna\\_Dahal/publication/323677814\\_Smoking\\_alcohol\\_and\\_hypertension/links/5aa3c60245851543e63de280/Smoking-alcohol-and-hypertension.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Prasanna_Dahal/publication/323677814_Smoking_alcohol_and_hypertension/links/5aa3c60245851543e63de280/Smoking-alcohol-and-hypertension.pdf).
- Yulistina, F., & dkk. (2017). Kolerasi Asupan Makanan, Stres, Dan Aktivitas Fisik Dengan Hipertensi Pada Usia Monopause. *Unnes Journal of Public Health. Volume 6. No.3*. Diakses pada tanggal 13 Februari 2021 dari: <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/ujph/article/view/13695>.