

DETERMINAN KENAIKAN TEKANAN DARAH PADA PEKERJA DIVISI OPERASIONAL SUKU DINAS PERHUBUNGAN JAKARTA TIMUR TAHUN 2025

Muhamad Faathir Amri

Abstrak

Hipertensi memiliki tren kecenderungan meningkat dengan setidaknya telah menyumbang 7,5 juta kematian secara global. Faktor risiko dari kenaikan tekanan darah ada dua macam yaitu faktor yang dapat diubah (merokok, stres, pola makan, kualitas tidur, hingga kebisingan) dan juga faktor yang tidak dapat diubah (usia, riwayat keluarga, hingga jenis kelamin). Tujuan dari penelitian yaitu mengetahui hubungan faktor-faktor yang berhubungan dengan kenaikan tekanan darah. Desain studi yang digunakan pada penelitian ini adalah desain studi *cross-sectional* dengan data primer dan di proses sampai dengan multivariat menggunakan regresi logistik berganda. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebanyak 68,1%. pekerja mengalami kenaikan tekanan darah dengan faktor paling dominan yaitu faktor usia (POR = 16,508; 95% CI: 1,806 – 150,895). Hal tersebut bisa terjadi dikarenakan adanya perubahan fisiologis dari individu. Mengonsumsi makanan dengan isoflavon tinggi contohnya tempe, dapat diolah dengan cara direbus atau dikukus. Kandungan isoflavon di dalamnya dapat membantu pembuluh darah menjadi relaks (melebar) sehingga dapat menurunkan potensi kenaikan tekanan darah bahkan menurunkan risiko penyakit jantung serta mengurangi jumlah natrium yang dikonsumsi.

Kata Kunci : *determinan, divisi operasional, hipertensi, tekanan darah.*

DETERMINANTS OF INCREASED BLOOD PRESSURE IN OPERATIONAL DIVISION WORKERS OF THE EAST JAKARTA TRANSPORTATION DEPARTMENT IN 2025

Muhamad Faathir Amri

Abstract

Hypertension has an increasing trend with at least 7.5 million deaths globally. There are two kinds of risk factors for increasing blood pressure, namely factors that can be changed (smoking, stress, diet, sleep quality, and noise) and also factors that cannot be changed (age, family history, and sex). The purpose of this study was to determine the relationship between factors associated with increased blood pressure. The study design used in this research is a cross-sectional study design with primary data and processed up to multivariate using multiple logistic regression. Based on the results of the study, 68.1% of workers experienced an increase in blood pressures with the most dominant factor being age (POR = 16.508; 95% CI: 1.806 - 150.895). This can occur due to physiological changes in individuals. Eating foods with high isoflavones, such as tempeh, can be processed by boiling or steaming. The isoflavone content in it can help blood vessels relax (widen) so that it can reduce the potential for an increase in blood pressure and even reduce the risk of heart disease and reduce the amount of sodium consumed.

Keyword: blood pressure, determinants, hypertension, operational division.