



Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Sialang Buah Kec. Teluk Mengkudu Kab. Serdang Bedagai Tahun 2023

Wahyuni Wahyuni

STIKes Mitra Husada Medan

Zulkarnain Batubara

STIKes Mitra Husada Medan

Rosmega Rosmega

STIKes Mitra Husada Medan

Alamat: Jl. Pintu Air IV Pasar 8 Kel, Kwala Bekala Kec. Medan Johor

Korespondensi Penulis: Wahyuni1864051@gmail.com*

Abstract. Hypertension is a non-communicable disease which is a very serious health problem today and is the biggest cause of stroke, both systolic and diastolic blood pressure. The incidence of hypertension is very high, especially in the elderly population. Objective: To determine the factors associated with the incidence of hypertension in the elderly at the Sialang Buah Health Center, Teluk Mengkudu District. Serdang Bedagai. Method: This research is an analytical study with a cross sectional design and a qualitative study was carried out using in-depth interviews. This research was conducted at the Sialang Buah Health Center from January to March 2023. The sample used was 125 people taken by accidental sampling. Univariate analysis is presented in the form of a frequency distribution table, while bivariate analysis uses the Chi-Square test with $\alpha = 0.05$ and a confidence level of 95%. Results: there is a relationship between the level of salt consumption and the incidence of hypertension in the elderly ($p = 0.025$), there is a relationship between the level of consumption of fatty foods and the incidence of hypertension in the elderly ($p = 0.010$), there is no relationship between smoking habits and the incidence of hypertension in the elderly ($p = 0.846$), there is no relationship between exercise habits and the incidence of hypertension in the elderly ($p = 0.179$), there is no relationship between obesity and the incidence of hypertension in the elderly ($p = 0.980$), there is a relationship between stress levels and the incidence of hypertension in the elderly ($p = 0.011$), there is no relationship between socio-economic status and the incidence of hypertension in the elderly ($p = 0.101$). Conclusion: There is a relationship between salt intake habits and the incidence of hypertension in the elderly at the Sialang Buah Health Center. There is a relationship between the habit of consuming fatty foods and the incidence of hypertension in the elderly at the Sialang Buah Health Center. There is no relationship between smoking habits and the incidence of hypertension in the elderly at the Sialang Buah Health Center. There is no relationship between exercise habits and the incidence of hypertension in the elderly at the Sialang Buah Health Center. There is no relationship between obesity and the incidence of hypertension in the elderly at the Lubuk Minturun Cold Water Health Center. There is a relationship between stress and the incidence of hypertension in the elderly at the Sialang Buah Health Center. There is no relationship between socio-economic status and the incidence of hypertension in the elderly at the Sialang Buah Serdang Bedagai Health Center.

Keywords: Hypertension, elderly

Abstrak. Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan sangat serius saat ini dan menjadi penyebab terbesar dari kejadian stroke, baik tekanan darah sistolik maupun diastoliknya. Angka insiden hipertensi sangat tinggi terutama pada populasi lanjut usia. **Tujuan:** Mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Sialang Buah Kec. Teluk Mengkudu Kab. Serdang Bedagai. **Metode:** Penelitian ini merupakan studi analitik dengan rancangan *cross sectional* dan dilakukan kajian kualitatif dengan wawancara mendalam. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Sialang Buah dari bulan Januari Sampai Maret 2023. Sampel yang digunakan berjumlah 125 orang yang diambil secara *accidental sampling*. Analisa univariat disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi sedangkan analisa bivariat menggunakan uji *Chi-Square* dengan $\alpha = 0,05$ dan tingkat kepercayaan 95%. **Hasil:** ada hubungan antara tingkat konsumsi garam dengan kejadian hipertensi pada lansia ($p = 0,025$), ada hubungan antara tingkat konsumsi makanan berlemak dengan kejadian hipertensi pada lansia ($p = 0,010$), tidak ada hubungan antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia ($p = 0,846$), tidak ada hubungan antara kebiasaan olahraga dengan

Received Maret 31, 2024; Accepted April 03, 2024; Published April 30, 2024

* Wahyuni Wahyuni, Wahyuni1864051@gmail.com

kejadian hipertensi pada lansia ($p = 0,179$), tidak ada hubungan antara obesitas dengan kejadian hipertensi pada lansia ($p = 0,980$), ada hubungan antara tingkat stress dengan kejadian hipertensi pada lansia ($p = 0,011$), tidak ada hubungan antara status sosial ekonomi dengan kejadian hipertensi pada lansia ($p = 0,101$). Kesimpulan: Terdapat hubungan antara kebiasaan asupan garam dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Sialang Buah. Terdapat hubungan antara kebiasaan konsumsi makanan berlemak dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun. Tidak terdapat hubungan antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Sialang Buah. Tidak terdapat hubungan antara kebiasaan olahraga dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun. Tidak terdapat hubungan antara obesitas dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Sialang Buah. Terdapat hubungan antara stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Sialang Buah. Tidak terdapat hubungan antara status sosial ekonomi dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Sialang Buah Serdang Bedagai.

Kata Kunci: Hipertensi, lanjut usia

LATAR BELAKANG

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas batas normal yang dapat mengakibatkan peningkatan angka kesakitan (morbiditas) dan juga angka kematian (mortalitas). Tekanan darah fase sistolik 140 mmHg menunjukkan fase darah yang sedang di pompa oleh jantung dan fase diastolik 90 mmHg menunjukkan fase darah yang kembali ke jantung (Triyanto, 2020).

Menurut data WHO, di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% orang di seluruh dunia mengidap hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di Tahun 2025. Dari 972 juta pengidap hipertensi 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara berkembang, termasuk Indonesia (Yonata & Satria, 2016). Prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 2018 berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun mencapai 34,1% (Riskesdas, 2018).

Prevalensi lansia di Sumatera Utara dengan penyakit hipertensi tertinggi terdapat pada kelompok usia ≥ 75 tahun yaitu 62,4%. Menurut data dari dinkes kabupaten Serdang bedagai terdapat 24.1% penderita hipertensi usia lansia (dinkes, 2020). Di Tahun 2020 terdapat 66.256 penduduk lansia pertengahan (berumur 45-49) di Kabupaten Serdang Bedagai (badan pusat statistik kabupaten Serdang Bedagai 2020) yang menderita hipertensi sebanyak 37.5% (Riskesdas Sumatera utara Kab. Serdang Bedagai 2020).

Penelitian yang dilakukan di kecamatan Dolok Masihul menunjukkan bahwa, untuk distribusi jenis kelamin lebih banyak berjenis kelamin perempuan sebanyak 80 responden (92,0%), sedangkan responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 7 responden (8,0%). (Solehatul Mahmudah, dkk, 2015). Berdasarkan penelitian yang dilakukan di puskesmas Airmadidi menunjukkan bahwa dengan menggunakan uji chi square menghasilkan nilai probabilitas 0,000 dengan tingkat kesalahan 0,05. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara riwayat keluarga dengan hipertensi. Orang yang mempunyai anggota keluarga

hipertensi berisiko 17,71 kali lebih besar dibandingkan dengan orang yang tidak mempunyai anggota keluarga yang menderita hipertensi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan di rumah sakit angkatan udara dr.dody sarjoto pekerjaan mempengaruhi tekanan darah pada seseorang karena tekanan dari pekerjaan, stres dan lingkungan (Falensia dwita lestari, 2020).

Oleh karena itu dengan semakin meningkatnya kejadian hipertensi setiap tahun maka peneliti ingin melakukan penelitian tentang karakteristik penderita hipertensi pada lansia di Puskesmas Sialang Buah Kec. Teluk Mengkudu Kabupaten Serdang Bedagai Tahun 2023

KAJIAN TEORITIS

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi kronis ketika tekanan darah pada dinding arteri (pembuluh darah bersih) meningkat. Kondisi ini dikenal sebagai “pembunuh diam-diam” karena jarang memiliki gejala yang jelas. Satu-satunya cara mengetahui apakah seseorang itu memiliki hipertensi adalah dengan melakukan pengukuran tekanan darah (Anies, 2018).

Meningkatnya tekanan darah dalam arteri bisa terjadi melalui beberapa cara yaitu jantung memompa lebih kuat sehingga mengalirkan lebih banyak cairan pada setiap detiknya arteri besar kehilangan kelenturannya dan menjadi kaku sehingga mereka tidak dapat mengembang pada saat jantung memompa darah melalui arteri tersebut. Darah pada setiap denyut jantung di paksa untuk melalui pembuluh yang sempit dari pada biasanya dan menyebabkan naiknya tekanan. Inilah yang terjadi pada usia lanjut, dimana dinding arterinya telah menebal dan kaku karena arteriosklerosis (Triyanto, 2019).

Adapun faktor- faktor yang sering menyebabkan terjadinya hipertensi dibagi dalam dua kelompok besar, yaitu faktor yang melekat atau tidak dapat diubah seperti jenis kelamin, umur, genetik dan faktor yang dapat diubah seperti pola makan, kebiasaan olah raga dan lain-lain.¹

Saat ini terdapat kecenderungan pada masyarakat perkotaan lebih banyak menderita hipertensi dibandingkan masyarakat pedesaan. Hal ini antara lain dihubungkan dengan adanya gaya hidup masyarakat kota yang berhubungan dengan risiko hipertensi seperti stres, obesitas (kegemukan), kurangnya olahraga, merokok, alkohol, dan makan makanan yang tinggi kadar lemaknya. Perubahan gaya hidup seperti perubahan pola makan menjurus ke sajian siap santap yang mengandung banyak lemak, protein, dan tinggi garam tetapi rendah serat, membawa konsekuensi sebagai salah satu faktor berkembangnya penyakit degeneratif seperti hipertensi.⁶

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dibatasi pada faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Sialang Buah Kec. Teluk Mengkudu. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian analitik kualitatif dengan pendekatan *cross sectional*, yaitu dengan cara pengumpulan data sekaligus pada suatu waktu dengan tujuan untuk mencari hubungan faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Sialang Buah Kec. Teluk Mengkudu.²²

Populasi adalah semua lansia penderita hipertensi yang berobat di Puskesmas Sialang Buah Teluk Mengkudu. Sampel penelitian adalah bagian dari populasi yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Pengambilan sampel dilakukan secara *accidental sampling*. Kriteria inklusi penelitian ini adalah melakukan pemeriksaan rutin selama

1 tahun terakhir di Puskesmas Sialang Buah kec. Teluk Mengkudu, bertempat tinggal di lokasi penelitian, bersedia menjadi responden dan dapat berkomunikasi dengan baik. Kriteria eksklusi penelitian adalah lansia yang menderita penyakit penyerta atau komplikasi, alamat tidak jelas atau responden tidak dapat ditemui serta tekanan Penelitian dilakukan terhadap sampel yang berjumlah 125 orang yang melakukan pengobatan di Puskesmas Sialang Buah Kec. Teluk Mengkudu Kab. Serdang Bedagai.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik Lansia Berdasarkan Jenis kelamin dri Bulan Januari-Maret 2023

No	Jenis Kelamin	Bulan			%
		Januari	Februari	Maret	
1	Laki-Laki	6	16	24	63,4%
2	Perempuan	25	22	32	36,6%
Total		31	38	55	100%

Berdasarkan hasil dari tabel 5.1 menunjukkan bahwa distribusi Penderita Hipertensi berdasarkan jenis kelamin, dari 125 Penderita, Tabel diatas menunjukkan jenis kelamin perempuan lebih dominan dengan jumlah 63,4% sedangkan untuk jenis kelamin laki-laki dengan jumlah persentase 36,6%.

a. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk melihat gambaran umum dari data yang telah dikumpulkan berdasarkan distribusi frekuensi variabel-variabel penelitian.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Sialang Buah Kec. Teluk Mengkudu Kab. Serdang Bedagai

Variabel	Kategori	n	%
Hipertensi	Normal	58	52,7
	Pra Hipertensi	52	47,3
Konsumsi Garam	Tinggi	34	30,9
	Normal	76	69,1
Konsumsi Makanan Berlemak	Sering	43	39,1
	Sedang	65	59,1
	Jarang	2	1,8
Kebiasaan Merokok	Perokok Berat	25	22,7
	Perokok Sedang	26	23,6
	Perokok Ringan	25	22,7
	Bukan Perokok	34	30,9
Kebiasaan Olahraga	Baik	49	44,5
	Cukup	43	39,1
	Kurang	18	16,4
Obesitas	Obesitas	39	35,5
	Tidak Obesitas	71	64,5
Tingkat Stres	Tidak Stres	60	54,5
	Stres Ringan	11	10,0
	Stres Sedang	24	21,8
	Stres Berat	15	13,6
Status Sosial Ekonomi	Rendah	45	40,9
	Tinggi	65	59,1

Tabel 2 menunjukkan bahwa lansia yang menjadi responden lebih banyak mempunyai tekanan darah normal yaitu 58 orang (52,7%). Data menunjukkan bahwa lansia dengan konsumsi garam normal berjumlah 76 orang (69,1%), konsumsi makanan berlemak yang paling banyak berada pada kategori sedang yaitu 65 orang (59,1%). Di samping itu, juga diperoleh hasil bahwa responden didominasi oleh lansia bukan perokok yang berjumlah 34 orang (30,9%).

Responden dengan kebiasaan olahraga kategori baik mendominasi atas kategori lainnya yaitu berjumlah 49 orang (44,5%) dan tidak mengalami obesitas berjumlah 71 orang (64,5%). Dilihat dari tingkat stres, responden yang tidak mengalami stres lebih banyak dibandingkan yang lain yaitu berjumlah 60 orang (54,5%) dan memiliki status sosial ekonomi tinggi dengan jumlah 65 orang (59,1%).

Pengaruh asupan garam terhadap hipertensi terjadi melalui peningkatan volume plasma, curah jantung, dan tekanan darah. Konsumsi garam yang dianjurkan tidak lebih dari 6gr/ hari.⁹ Konsumsi garam berlebih memiliki efek langsung terhadap tekanan darah. Semakin tinggi tingkat konsumsi garam seseorang maka semakin tinggi pula prevalensi terjadinya hipertensi.

Berdasarkan penelitian diperoleh lansia yang paling banyak mengalami pra hipertensi adalah yang sering mengonsumsi makanan berlemak yaitu sebanyak 65,1%. Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh p sebesar 0,010 dimana $p < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi makanan berlemak dengan kejadian hipertensi pada lansia.

Lansia yang mengonsumsi makanan berlemak terlalu sering erat kaitannya dengan peningkatan berat badan yang berisiko terjadinya hipertensi dan juga bisa mengakibatkan penyempitan pembuluh darah karena banyaknya lemak yang menempel pada pembuluh darah yang berujung pada peningkatan tekanan darah.

Berdasarkan penelitian diketahui bahwa kebiasaan olahraga tidak mempunyai hubungan yang signifikan dengan kejadian hipertensi. Hasil uji statistik menunjukkan p -value sebesar 0,179 ($p > 0,005$).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Sukmawati di Desa Borimatangkasa Dusun Bontosunggu Kecamatan Bajeng Barat (2016) bahwa kebiasaan olahraga tidak berhubungan dengan kejadian hipertensi. Hasil uji statistik diperoleh p -value sebesar 0,567 ($p < 0,05$).¹³

Meningkatnya tekanan darah tidak hanya dipengaruhi oleh kebiasaan olahraga, tetapi banyak faktor yang mempengaruhinya seperti jenis kelamin, umur, riwayat keluarga, kebiasaan merokok, dan gaya hidup. Kebiasaan buruk seseorang merupakan ancaman terbesar terhadap kesehatan bagi seseorang seperti gaya hidup yang modern, kerja keras dalam situasi tertekan, dan stres yang berkepanjangan, serta mengatasi stress dengan merokok atau minum minuman yang beralkohol, atau kopi.¹⁷

KESIMPULAN

1. Terdapat hubungan antara kebiasaan asupan garam dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Sialang Buah Kec. Teluk Mengkudu Kab. Serdang Bedagai.
2. Terdapat hubungan antara kebiasaan konsumsi makanan berlemak dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Sialang Buah Kec. Teluk Mengkudu Kab. Serdang Bedagai.
3. Tidak terdapat hubungan antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi
4. Tidak terdapat hubungan antara kebiasaan olahraga dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Sialang Buah Kec. Teluk Mengkudu Kab. Serdang Bedagai.

SARAN

1. Bagi Masyarakat di Wilayah Puskesmas Sialang Buah Kec. Teluk Mengkudu Kab.

Serdang Bedagai disarankan perlunya pencegahan terjadinya hipertensi sedini mungkin terutama lansia yang memiliki faktor risiko untuk terjadinya penyakit hipertensi melalui perbaikan pola hidup, pemeriksaan tekanan darah, pengobatan secara rutin, dan menjalani pola hidup yang sehat.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan agar perlu meningkatkan peran petugas dalam membimbing lansia untuk mencegah dan meminimalisir kejadian hipertensi dengan mengendalikan faktor risikonya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak yang terlibat langsung dalam penelitian ini maupun pihak-pihak lain yang terlibat secara tidak langsung. Terima kasih yang tidak terhingga kepada Ketua STIKes Mitra Husada Medan yang telah memfasilitasi Peneliti dalam melakukan penelitian dan juga mohon maaf atas semua khilaf dan kesalahan

DAFTAR REFERENSI

- Achmadi UF. 2013. Kesehatan Masyarakat Teori dan Aplikasi. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Agustina, R., Azizah., & Agianto. (2016). *Gambaran Kejadian Gastritis Di RSUD Ratu Zalecha Martapura*. Jurnal Keperawatan. Vol. 4, No. 1, Hal 48-54
- Anggara, D.H.F,dkk. 2013. “*Faktor-faktor yang ebrhubungan dengan tekanan darah di Puskesmas Telaga Murni, Cikarang Barat Tahun 2012*”. Jurnal Kesehatan Masyarakat: Jakarta Timur
- Anggraeny, Rini, Wahiduddin, Rismayanti. 2014. “*Faktor Risiko Aktivitas Fisik, Merokok, Dan Konsumsi Alkohol Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Pattingalloang Kota Makassar*”. Makassar: Jurnal Kesehatan
- Sukmawati. Faktor- faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi Stadium I dan Stadium II pada Lansia di Desa Borimatangkasa Dusun Bontosunggu Kecamatan Bajeng Barat. [Skripsi]. Makassar: UIN Alauddin; 2016.
- Asari, HV. Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas PB Selayang II Kecamatan Medan Selayang. [Skripsi]. Medan: Universitas Sumatera Utara; 2017
- Roslina. Analisa Determinan Hipertensi Esensial di Wilayah Kerja 3 Puskesmas Kabupaten Deli Serdang. 2007. [cited 5 Januari 2023]. Available from: http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/6_783/1/09E0149.pdf

- Finsie LW, Budi TR, Jootje ML. Faktor- faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien Rawat Jalan di Puskesmas Ratahan Kabupaten Minahasa Tenggara Periode Desember 2013- Mei 2014. [Skripsi]. Manado: Universitas Sam Ratulangi; 2014.
- Putra MM. Hubungan Keadaan Sosial Ekonomi dan Tingkat Stres dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2019;7:2.
- Departemen Kesehatan RI, Profil Kesehatan Provisi Sumatera Utara. Di akses pada tanggal 13 Agustus 2022
- Dinas Kesehatan RI (2018). Laporan Nasional: Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2017. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI
- Gibney, Michael (2013). *Gizi Kesehatan Masyarakat*. Jakarta. EGC
- Hidayat (2017). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknis Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Jordan, S (2014). *Farmakologi Kebidanan. Pharmacology for Midwives. The Evidence bae For Sale Practice*. Jakarta. EGC
- Kementerian Kesehatan RI (2021). *Profil Kesehatan Indonesia 2020*. In Kemenkes RI
- Kementerian Kesehatan RI (2018). *Profil Kesehatan Sumatera Utara Tahun 2018*.
- Notoatmodjo (2016). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo (2018). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nursalam (2013). *Manajemen Keperawatan. Aplikasi Keperawatan Profesional*. Jakarta: Salemba Medika
- Nursalam (2015). *Pedoman Praktis Penyusunan Riset Keperawatan*. Surabaya: UNAIR
- Nursalam (2017). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Nutricia (2017). *Prenancy_Tool_Resive_March_7.pdf*