

## FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA MASYARAKAT DI DESA RANOWANGKO KECAMATAN TOMBARIRI

Oktavia R. Y. Palandi\*, Grace D. Kandou\*, Billy J. Kepel\*

\*Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado

### ABSTRAK

Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018, penderita hipertensi di Sulawesi Utara mencapai prevalensi 13,2%. Data yang di dapatkan dari Puskesmas Tanawangko menunjukkan bahwa hipertensi menempati urutan kedua kasus terbanyak di wilayah kerja Puskesmas setelah penyakit ISPA. Umumnya wanita yang berusia 44-55 tahun mulai kehilangan sedikit demi sedikit hormon estrogen yang melindungi pembuluh darah dari kerusakan. Dan ini terjadi secara terus menerus dan alamiah sesuai dengan bertambahnya usia. Usia yang semakin bertambah membuat aktivitas fisik semakin kurang khususnya bagi kaum wanita. Masyarakat di daerah pesisir pantai cenderung memiliki pola makan makanan yang berisiko seperti mengkonsumsi garam yang tinggi dan makanan yang dibakar yang memicu terjadinya penyakit hipertensi. Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Masyarakat di Desa Ranowangko Kecamatan Tombariri. Penelitian ini menggunakan metode survei analitik dengan rancangan penelitian studi potong lintang (cross sectional) di Desa Ranowangko Kecamatan Tombariri. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 90 responden (18-60 tahun) dengan pengambilan sampel secara stratified random sampling. Hasil penelitian menunjukkan nilai probabilitas untuk hubungan perilaku konsumsi makanan dengan kejadian hipertensi sebesar 0,005 ( $p \leq 0,05$ ), aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi sebesar 0,876 ( $p > 0,05$ ) dan riwayat keluarga dengan kejadian hipertensi sebesar 0,041 ( $p < 0,05$ ). Terdapat hubungan antara perilaku konsumsi makanan, riwayat keluarga dengan kejadian hipertensi dan tidak terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada masyarakat di Desa Ranowangko Kecamatan Tombariri. Masyarakat diharapkan dapat merubah pola hidup sehat mulai dari lingkungan terkecil yaitu keluarga serta rajin memeriksakan diri ke pelayanan kesehatan terdekat.

**Kata Kunci:** Kejadian Hipertensi, Perilaku Konsumsi Makanan, Aktivitas Fisik, Riwayat Keluarga

### ABSTRACT

Based on the 2018, in north Sulawesi reach prevalence 13,2%. From the medical file on the text applying sandboxes to the medical facility after the ispa fracking. On the idea was that a 44 – 45 year old woman began to experience a slight shortage of estrogen hormones that protects the blood vessels from the damage. And this is happening over and over again in nature as with age increase. With an increasing age makes physical activity more and less special to women in the coastel region tend eating risky foods like high salt and the burning food that triggered the hypertensive disease. The purpose of the research is to understand the factors related to the incident of hypertension in the village of Ranowangko district Tombariri. It is a method of survei analitik research with a set of lintang cut study plans in the village of Ranowangko district Tombariri. The number of samples in imi's study as many as 90 respondents (16-60) with the stratified samples taken stratified random samling the result of the study increased the probability value for relationship food consumption with 0.005 ( $p < 0.05$ ) of hypertension, with a incidence of hypertension of 0.876 ( $p > 0,05$ ) and a complaint hystory of 0,041 ( $p < 0,05$ ). There is the relationship between food consumption, behavior family history as the hypertension and there was no correlation between physical activity by the hypertension in the community in the district Ranowangko Tombariri. People should can change healthy lifestyle from the family and are the smallest of visiting doctor nearest health into the service.

**Keywords:** High blood pressure incidence, food consumption behavior, physical activities, family history

### PENDAHULUAN

Hipertensi adalah keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan

darah diatas normal yang ditunjukkan oleh angka sistolik dan angka diastolik pada pemeriksaan tensi darah dengan

menggunakan alat pengukur tekanan darah (Irwan, 2016). Prevalensi hipertensi tertinggi terdapat di wilayah Afrika mencapai 46 % pada orang dewasa yang berusia 25 ke atas, dan prevalensi terendah mencapai 35 % ditemukan di Amerika. Prevalensi hipertensi terus meningkat di berbagai negara. Di Indonesia, persentase penduduk dewasa dengan tekanan darah tinggi pada tahun 1995 sejumlah 8 % dan meningkat menjadi 32 % pada tahun 2008 (WHO, 2013). Berdasarkan hasil pengukuran pada masyarakat di Indonesia tahun 2013 pada umur  $\geq 18$  tahun ke atas prevalensi hipertensi sebesar 25,8% dan sampai tahun 2018 terjadi peningkatan mencapai 34,1%. Provinsi Sulawesi Utara menduduki peringkat tertinggi dengan persentase 13,2% untuk hipertensi berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk umur  $\geq 18$  tahun (Riskesdas 2018).

Menurut data dari Dinas Kesehatan Provinsi (2017) prevalensi hipertensi di Sulawesi Utara tahun 2016 berjumlah 32.742 kasus dan meningkat menjadi 103.376 kasus di tahun 2018.

Penduduk di daerah pesisir pantai memiliki kecenderungan terkena hipertensi. Penelitian yang dilakukan oleh Gusti dkk (2013) membuktikan bahwa responden yang dengan pola makan yang kurang baik seperti mengonsumsi garam yang lebih tinggi, konsumsi alkohol, kebiasaan minum kopi dan kebiasaan mengonsumsi lemak

jenuh ( $\geq 3$  kali) dalam seminggu terbukti sebagai faktor risiko hipertensi. Aktivitas fisik merupakan salah satu faktor risiko yang dapat dikontrol. Aktivitas fisik secara teratur bermanfaat untuk mengatur berat badan dan menguatkan sistem jantung dan pembuluh darah (Kemenkes, 2013). Kurangnya aktivitas fisik adalah penyebab terjadinya penyakit kronis (Gusti dkk, 2013). Berdasarkan data awal yang diperoleh di Puskesmas Tanawangko, dari 10 penyakit menonjol didapatkan bahwa penyakit hipertensi menempati urutan kedua penyakit terbanyak setelah ISPA dengan jumlah kasus pada tahun 2017 sebanyak 1877 kasus dan terjadi peningkatan pada tahun 2018 sebanyak 2178 kasus (Profil Puskesmas Tanawangko, 2018). Desa Ranawangko merupakan salah satu desa yang ada di wilayah kerja Puskesmas Tanawangko yang terletak di daerah pesisir pantai.

## **METODE**

Jenis penelitian yang akan digunakan adalah penelitian survei analitik dengan rancangan penelitian studi potong lintang (*cross sectional study*). Penelitian dilaksanakan di Desa Ranawangko Kecamatan Tombariri selamat bulan Desember-Januari 2020. Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 90 orang. Dan pengambilan sampel secara stratified random sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner Riskesdas 2007

dan 2013. Analisa dalam penelitian ini menggunakan uji chi-square.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Perilaku Konsumsi Makanan

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Perilaku Konsumsi Makanan

Perilaku Konsumsi Makanan	n	%
Sering	54	60%
Jarang	36	40%
Total	90	100%

Sebagian besar responden sering mengkonsumsi makanan berisiko yaitu 54 responden atau 60% sedangkan yang jarang mengkonsumsi makanan berisiko yaitu 36 responden atau 40%.

Tabel 2. Hubungan Antara Perilaku Konsumsi Makanan dengan Kejadian Hipertensi

Perilaku Konsumsi Makanan	Hipertensi		Total	P			
	Hipertensi	Tidak Hipertensi					
	N	%	N	%	n	%	
Sering	14	15,	40	44,	5	60	0,005
	4	6	4	4	4	5	
Jarang	20	22,	16	17,	3	40	
	0	2	8	6			
Total	34	37,	56	62,	9	100	
	4	8	2	0	0	0	

Hasil uji statistik menggunakan *chi-square* nilai  $p = 0,005 \leq 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara perilaku konsumsi makanan dengan kejadian hipertensi pada masyarakat di Desa Ranowanko Kecamatan Tombariri. Hasil penelitian ini

sejalan dengan yang dilakukan oleh (Lesirollo, 2017) pada wanita di Desa Pulisan bahwa ada hubungan antara perilaku konsumsi makanan dengan kejadian hipertensi.

### Aktivitas Fisik

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Aktivitas Fisik

Aktivitas Fisik	Hipertensi		Total	P			
	Hipertensi	Tidak Hipertensi					
	N	%	N	%	n	%	
Aktif	19	21,	34	37,	3	58,	0,651
	1	1	8	7	9	1	
Kurang Aktif	15	16,	22	24,	5	41,	
	7	7	4	3	1		
Total	34	37,	56	62,	9	100	
	8	2	2	0			

Data pada tabel 3 menunjukkan bahwa dari 90 responden dalam penelitian ini sebagian besar kurang aktif dalam melakukan aktivitas fisik yaitu sebanyak 53 responden atau 58,9% sedangkan yang aktif yaitu sebanyak 37 responden atau 41,1%.

Tabel 4. Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi

Aktivitas Fisik	n	%
Aktif	37	58,9%
Kurang Aktif	53	41,1%
Total	90	100%

Hasil uji statistik menggunakan *chi-square* nilai  $p = 0,651 > 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada masyarakat di Desa

Ranowanko Kecamatan Tombariri. Penelitian yang dilakukan oleh Aripin (2015), di Puskesmas Sempu Kabupaten Banyuwangi menunjukkan bahwa 34,04% penderita hipertensi memiliki aktivitas fisik rendah. Orang yang kurang aktif melakukan aktivitas fisik dapat berisiko mengalami kegemukan dan memicu terjadinya peningkatan darah (Suiraoaka 2012). Penelitian yang dilakukan di Desa Ranowanko di dapatkan bahwa responden yang paling banyak adalah wanita, yang ketika telah setelah selesai melakukan pekerjaan rumah atau melakukan aktivitas fisik di rumah, mereka lebih memilih untuk bermain gadget atau mereka lebih memilih untuk tidur. Karena pekerjaan yang dilakukan oleh wanita tidak

dilakukan dalam waktu yang cukup lama.

**Riwayat Keluarga**

Tabel 5. Distribusi Responden Berdasarkan Riwayat Keluarga

Riwayat Keluarga	n	%
Ya	36	40%
Tidak	54	60%
Total	90	100%

Data menunjukkan bahwa dalam penelitian ini sebagian besar responden tidak memiliki riwayat keluarga hipertensi yaitu 54 reponden atau 60% sedangkan yang memiliki riwayat keluarga sebanyak 36 reponden atau 40%.

Tabel 6. Hubungan Antara Riwayat Keluarga Dengan Kejadian Hipertensi

Riwayat Keluarga	Hipertensi		Tidak Hipertensi		Total		P
	N	%	N	%	n	%	
Ya	9	10	27	30	36	40	0,041
Tidak	25	27,7	29	32,2	54	60	
Total	34	37,7	56	62,2	90	100	

Hasil uji statistik menggunakan *chi-square* nilai  $p=0,041 < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara riwayat keluarga dengan kejadian hipertensi pada masyarakat di Desa Ranowanko Kecamatan Tombariri. Menurut Suiraoaka (2012), faktor keturunan memiliki peran yang besar terhadap munculnya hipertensi. Hal tersebut terbukti dengan ditemukannya

kejadian bahwa hipertensi lebih banyak terjadi pada kembar monozigot (berasal dari satu sel telur) dibanding heterozigot (berasal dari sel telur yang berbeda). Hal ini sejalan dengan peneltian yang dilakukan oleh Adam (2018) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara riwayat keluarga hipertensi dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Paceda Kota

Bitung. Hal ini sejalan pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Lesirollo (2017) pada wanita dewasa di Desa Pulisan menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara riwayat keluarga dengan kejadian hipertensi.

## KESIMPULAN

1. Terdapat hubungan antara perilaku konsumsi makanan dengan kejadian hipertensi pada masyarakat di Desa Ranowanko Kecamatan Tombariri
2. Tidak terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada masyarakat di Desa Ranowanko Kecamatan Tombariri
3. Terdapat hubungan antara riwayat keluarga dengan kejadian hipertensi pada masyarakat di Desa Ranowanko Kecamatan Tombariri

## SARAN

1. Teori  
Melalui karya tulis ini kiranya menjadi acuan dalam pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular terlebih khusus hipertensi sehingga masyarakat dapat melakukan pencegahan penyakit hipertensi secara individu lewat perilaku konsumsi makanan dan aktif melakukan aktivitas fisik dan juga lebih sering dilaksanakan

kegiatan posbindu untuk pencegahan penyakit hipertensi.

## 2. Praktis

Bagi masyarakat di Desa Ranowanko kiranya dapat merubah pola hidup mulai dari lingkungan terkecil yaitu keluarga dengan mengurangi mengkonsumsi makanan yang manis, berlemak, makanan yang dibakar, makanan yang di awetkan, minuman berkafein dan bumbu penyedap, aktif melakukan aktivitas fisik seperti berolahraga serta rutin memeriksakan tekanan darah ke pelayanan kesehatan terdekat

## 3. Kebijakan

Peneliti diharapkan dapat menggunakan variabel-variabel yang berbeda, metode penelitian yang berbeda, dan dapat memperluas wilayah agar hasil yang didapatkan jauh lebih baik dan dalam rangka pengembangan penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adrian, P. N., Rottie, J., dan Lolong, J. 2016. *Hubungan Konsumsi Makanan Dengan Kejadian hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Ranomuut Kota Manado.*
- Anam K., 2016. *Gaya Hidup Sebagai Faktor Risiko Hipertensi pada Masyarakat Pesisir Pantai.* Lampung. Fakultas Kedokteran

- Universitas Lampung. Jurnal Kesehatan VOL. 4 NO. 2, MEI 2019.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan, Republik Indonesia, *Riset Kesehatan Dasar: Laporan Nasional 2013*, Jakarta
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Utara. 2017. *Rekapitulasi Kasus Penyakit Tidak Menular Per Puskesmas 2017*. Manado
- Fany I. Gusti dkk. 2013. *Hubungan Antara Obesitas, Pola Makan, Aktivitas Fisik, Merokok dan Lama Tidur Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia (Studi Kasus di Desa Limbung Dusun Mulyorejo dan Sido Mulyo Posyandu Bunda Kabupaten Kubu Raya)*. Volume 2, No 4 (online) (<http://openjurnal.unmuhpnk.ac.id/index.php/JJUM/article/view/346/281>) Diakses tanggal 30 Januari 2018
- Irwan. 2016. *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Jogjakarta: Deepublish
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2013. *Pedoman Teknik Penemuan dan Tatalaksana Hipertensi*. Jakarta: Direktorat Pengendalian Penyakit Tidak Menular Subdit Pengendalian Penyakit Jantung dan Pembuluh Darah
- Puskesmas Tanwangko, 2018. *Penyakit Menonjol di Wilayah Kerja Puskesmas Tanawangko*. Minahasa
- Riset Kesehatan Dasar 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018
- Suiraoaka P. 2012. *Penyakit Degenarif Mengenal, Mencegah, dan Mengurangi Faktor Resiko 9 Penyakit Degeneratif*. Yogyakarta: Nuhu Medika
- World Health Organization. 2013. *A global brief on Hypertension*. World Health Day