

JURNAL PROMOTIF PREVENTIF

Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Pertiwi Kota Makassar

Factors Associated with Hypertension Incidence in the Elderly the Work Area of the Pertiwi Health Center Makassar City

Magdalena Suryati Sudin, Kartini, Hardianto Haris

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Pancasakti

Article Info

Article History

Received: 20 Des 2022

Revised: 08 Jan 2023

Accepted: 18 Jan 2023

ABSTRACT / ABSTRAK

Hypertension is a non-communicable disease problem in the health sector and is often found in primary health care, namely the Puskesmas. The study aimed to determine the factors associated with the incidence of hypertension in the elderly in the working area of the Pertiwi Health Center. The type of research used is a quantitative research using observational analytic methods with a Cross-Sectional Study design. The research was conducted in September 2021 in the Pertiwi Health Center working area in Makassar City with a total sample of 51 respondents calculated using the Slovin formula. Sampling was carried out using the Accidental Sampling technique. Data collection was carried out using interviews using a questionnaire. The data were then processed and analyzed with the Chi-Square test using SPSS and presented in tables and narratives. Statistical test results showed that there was a significant relationship between diet (p -value = 0.020 < 0.05), physical activity (p -value = 0.015 < 0.05), smoking habits (p -value = 0.18 < 0.05), there is no relationship between obesity (p -value = 1.000 > 0.05). With the incidence of hypertension in the elderly in the working area of the Pertiwi Health Center, Makassar City

Keywords: Hypertension, diet, physical activity, obesity, and smoking

Hipertensi merupakan satu dari penyakit tidak menular yang menjadi masalah dibidang kesehatan dan sering ditemukan pada pelayanan kesehatan primer yaitu Puskesmas. Tujuan Penelitian untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Pertiwi. Jenis penelitian yang digunakan merupakan penelitian kuantitatif dengan metode analitik observasional dengan desain *Cross Sectional Study*. Penelitian dilakukan pada Bulan September 2021 di wilayah kerja Puskesmas Pertiwi Kota Makassar dengan jumlah sampel 51 responden yang dihitung menggunakan rumus *Slovin*. Penarikan sampel dilakukan dengan teknik *Acidental Sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara menggunakan kuesioner. Data kemudian diolah kemudian dianalisis dengan uji *Chi Square* menggunakan SPSS dan selanjutnya disajikan dalam bentuk tabel dan narasi. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan (p -value = 0,020 < 0,05), aktivitas fisik (p -value = 0,015 < 0,05) kebiasaan merokok (p -value = 0,18 < 0,05) tidak ada hubungan obesitas (p -value = 1,000 > 0,05). Dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Pertiwi Kota Makassar

Kata kunci : Hipertensi, pola makan, aktivitas fisik, obesitas, merokok

Corresponding Author:

Name : Magdalena Suryati Sudin

Affiliate : Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Pancasakti

Address : Jl. Andi Mangerangi No. 73 Kecamatan Mamajang, Kota Makassar, Prov. Sulawesi Selatan 90021

Email : magdalenasuryati@gmail.com

PENDAHULUAN

Hipertensi disebut sebagai pembunuh terselubung. Hipertensi cenderung meningkat dengan bertambahnya usia. Salah satu penyebab terjadinya hipertensi adalah gaya hidup kurang sehat. Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu peningkatan abnormal tekanan dalam darah pembuluh darah arteri secara terus menerus lebih dari satu periode. Menurut WHO Batasan tekanan darah yang masih dianggap normal adalah 140/90 mmHg, sedangkan tekanan darah > 160/95 mmHg dinyatakan sebagai hipertensi. Tekanan darah diatas normotensi dan hipertensi disebut tidak membedakan usia dan jenis kelamin (Udjiant 2010 dalam Adam 2019).

Hipertensi merupakan satu dari penyakit tidak menular yang menjadi masalah dibidang kesehatan dan sering ditemukan pada pelayanan kesehatan primer yaitu puskesmas. Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik dari 140 mmHg dan diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam cukup istirahat/tenang (Pramana, 2016).

Lansia merupakan bagian dari anggota keluarga dan anggota masyarakat yang semakin bertambah jumlahnya sejalan dengan peningkatan usia harapan hidup.lansia di indonesia meningkat menjadi 15,1 juta jiwa pada tahun 2000 atau 7,2% dari seluruh penduduk dengan usia harapan hidup 64,5%. Pada tahun 2006 usia harapan hidup meningkat menjadi 66,2% dan jumlah lansia menjadi 19 juta orang , dan diperkirakan pada tahun 2020 akan menjadi 29 juta orang atau 11,4%. Hal ini menunjukkan bahwa secara konsisten jumlah lansia meningkat dari waktu ke waktu (Riskesda 2013, dalam Yanti Dkk 2021).

Lanjut usia dikelompokkan menjadi tiga yaitu usia 70-75 tahun (young old); usia 75-80 tahun (old); usia lebih dari 80 tahun (very old). Kesimpulan pembagian umur menurut beberapa ahli, bahwa yang disebut lanjut usia adalah orang yang telah berumur 65 tahun keatas (Nugroho,2008 dalam Anggreani 2019). Berdasarkan pengertian lanjut usia secara umum, seseorang dikatakan lanjut usia (lansia) apabila usianya 65 tahun ke-atas (Effendi dan Makhfudi,2009 dalam Anggreani, 2019).

Prevalensi hipertensi pada usia lanjut (lansia) adalah 36-65%. Hipertensi pada lansia sangat penting untuk diketahui karena patogenesis, perjalanan penyakit dan penatalaksanaannya tidak seluruhnya sama dengan hipertensi pada dewasa usia mudah. Pada pasien lansia, aspek diagnostik yang dilakukan harus lebih mengarah kepada hipertensi dan komplikasinya, serta terhadap pengenalan berbagai penyakit komorbid pada pasien lansia.

Menurut WHO 2016 menyatakan bahwa terdapat 24,7% penduduk Asia Tenggara dan 23,3% penduduk indonesia dan diseluruh dunia berkisar satu miliar orang yang menderita hipertensi dan dua pertiga diantaranya berada di negara berkembang yang berpenghasilan rendah sampai sedang. Penderita hipertensi atau kardiovaskuler secara subjektif merasa bahwa penyakitnya akansulit disebutkan bahkan memerlukan pengobatan yang lama, sehingga menimbulkan stres dalam kehidupannya. Kemudian dapat menjadi *stressor* yang berdampak kesejahteraan subjektif individu.Kesejahteraan subjektif merupakan kemampuan individu dalam mengevaluasi kehidupannya baik secara kongnitif maupun efektif.Secara kongnitif yakni kepuasan hidup (*life satisfaction*), dan secara efektif seperti perasaan bahagia dan semangat.

Menurut Depkes RI (2017) pada tahun 2016 menyatakan terjadi peningkatan lansia yang menjadi hipertensi sekitar 50%. Hipertensi dapat dicegah dengan menghindari factor penyebab terjadinya hipertensi dengan pengaturan pola makan, gaya hidup yang benar, hindari kopi, merokok dan alcohol, mengurangi konsumsi garam yang berlebihan,dan aktivitas fisik yang cukup seperti olahraga yang teratur (Dalimartha, 2008 dalam Morika Dkk 2020).

Beberapa faktor yang dapat menyebabkan hipertensi antara kebiasaan hidup atau perilaku kebiasaan mengkonsumsi natrium yang tinggi, kegemukan, stres, merokok, dan minum alkohol (Padila,2013 dalam Lusine Adam 2019). Adapun tingginya prevalensi dikarenakan gaya hidup yang

tidak sehat seperti kurangnya olahraga/aktivitas fisik, kebiasaan merokok, dan mengonsumsi makanan yang tinggi kadar lemaknya (Ainun, Sidik, & Rismayanti 2014 dalam Adam 2019).

Prevalensi kejadian hipertensi tahun 2018 menunjukkan peningkatan yang cukup signifikan dari tahun 2013 sebesar 34,1% pada penduduk berusia 18 tahun keatas. Prevalensi hipertensi pada kelompok umur lansia mengalami peningkatan kasus yang cukup tinggi. Kelompok umur 55-64 tahun sebesar 55,2%, kelompok umur 65-74 tahun sebesar 63,2%, kelompok umur 75 tahun keatas 69,5% (riskesdes,2018). Seiring meningkatnya usia maka akan meningkatkan risiko peningkatan tekanan darah sistolik sedangkan diastolik meningkatnya hanya sampai usia 55 tahun.

Menurut hasil penelitian dari (Sari,2017) Obesitas dapat memicu terjadinya hipertensi akibat terganggunya aliran darah. Dalam hal ini orang dengan obesitas biasanya mengalami peningkatan kadar lemak dalam darah (hipertlipidemia) sehingga berpotensi menimbulkan penyempitan pembuluh darah (aterosklerosis` penyempitan terjadi akibat penumpukan plak ateromosa yang berasal dari lemak. Penyempitan tersebut memicu jantung untuk bekerja memompa darah lebih kuat agar kebutuhan oksigen dan zat lain yang dibutuhkan oleh tubuh dapat terpenuhi. Hal ini yang menyebabkan tekanan darah meningkat.

Penelitian sebelumnya yang di lakukan oleh (Buheli dan Usman, 2019) yang berjudul faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi pada lansia penderita hipertensi hanya bertuju pada pengaturan pola makan yang khusus sehingga tidak dapat menerangkan apa yang menjadi patokan untuk menentukan faktor apa yang paling menentukan kejadian hipertensi, sehingga keunggulan dari artikel penelitian terbaru ini lebih berorientasi kepada apa yang menjadi penyebab hipertensi dari pada pengaturan pola makan. Hipertensi sebenarnya merupakan penyakit yang bisa diatasi dengan perilaku hidup sehat. Seseorang dapat menghindari penyakit tersebut apabila dapat mengontrol pola makan, pola istirahat, pola aktifitas dengan baik dan juga menghindari hal-hal yang dapat merusak kesehatan semisal merokok, begadang, maupun makan makanan yang dapat memacu penyakit hipertensi.

Berdasarkan data riskesdes tahun 2018 estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang. Sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427. 218 kematian. Prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia 18 tahun sebesar 34,1% tertinggi dikalimantan selatan 44,1%, sedangkan terendah di papua sebesar 22,2%. hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), UMUR 45-54 (45,3%), umur 55-64 (55,2%). Dari prevalensi hipertensi sebesar 34,1% diketahui bahwa sebesar 8,8 terdiagnosis hipertensi dan 13,3% orang yang terdiagnosis hipertensi tidak minum obat serta 32,2% tidak rutin minum obat. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi tidak mengetahui bahwa dirinya menderita hipertensi sehingga tidak mendapatkan pengobatan.

Berdasarkan profil kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2019 terdapat 1.520.659 orang penderita hipertensi Berusia > 15 tahun dengan jumlah laki laki 731.180 dan perempuan berjumlah 789.479

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Makassar tahun 2019 terdapat 290,247 orang penderita hipertensi berusia > 15 tahun dengan jumlah laki laki 143,171 dan perempuan berjumlah 147,076.

Berdasarkan data awal yang diperoleh peneliti dari Puskesmas Pertiwi bahwa pada tahun 2018 terdapat 235 orang lansia, pada tahun 2019 terdapat 164 orang lansia dan pada bulan januari-mei tahun 2020 terdapat 102 orang lansia dan dikategorikan hipertensi terdapat 133 orang lansia diwilayah kerja puskesmas pertiwi (Puskesmas pertiwi, 2020).

Berdasarkan data yang diperoleh peneliti dari puskesmas pertiwi pada tahun 2020 terdapat 133 orang lansia yang menderita hipertensi. Penderita hipertensi hanya bertuju pada pengaturan pola makan yang khusus sehingga tidak dapat menerangkan apa yang menjadi patokan untuk menentukan factor apa yang paling menentukan kejadian hipertensi, sehingga pada penelitian ini lebih berorientasi kepada apa yang menjadi penyebab hipertensi. Hipertensi sebenarnya adalah penyakit yang bisa diatasi

dengan perilaku hidup sehat. Seseorang dapat menghindari penyakit tersebut apabila dapat mengontrol pola makan, pola istirahat, pola aktifitas dengan baik, dan juga menghindari hal-hal yang dapat merusak kesehatan misalnya merokok, begadang maupun makan makanan yang memicu penyakit hipertensi tersebut.

Aktivitas fisik yang kurang dapat meningkatkan risiko hipertensi karena dapat meningkatkan kelebihan berat badan. Orang yang tidak aktif juga cenderung mempunyai frekuensi denyut jantung yang lebih tinggi sehingga otot jantungnya harus bekerja lebih keras pada setiap kontraksi, semakin keras dan semakin sering otot jantung memompa, maka semakin besar tekanan yang dibebankan pada arteri (Gunawan, 2007). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Raihan LN (2014) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi dengan nilai $OR=2,67$ (dalam Morika Dkk 2020).

Penelitian yang dilakukan (masmani 2016 dalam Sembiring 2019) mengatakan terdapat hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia. Penderita yang sudah mengatur pola makan dengan baik tetapi masih terkena hipertensi dikarenakan adanya beban pikiran (stres). Memperhatikan pola makan serta mengurangi konsumsi natrium atau garam pada makanan.

Hubungan antara tekanan darah dan berat badan nyata untuk tekanan sistolik dari pada tekanan diastolik. Juga hubungan tersebut lebih menonjol pada wanita daripada laki-laki. Kenyataannya bahwa orang gemuk dengan tekanan darah normal cenderung untuk menjadi hipertensi menunjukkan adanya hubungan antara hipertensi esensial dengan obesitas (Sukatoni 1998).

Penelitian yang dilakukan di Kota Padang pada tahun 2015 menunjukkan adanya hubungan bermakna antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi. Terdapat adanya peningkatan tekanan darah dari $140\pm 7 / 99\pm 3$ mmHg menjadi $151\pm 5 / 108\pm 2$ mmHg setelah merokok 10 menit. Nikotin yang ada di dalam rokok dapat mempengaruhi tekanan darah seseorang, bisa melalui pembentukan plak aterosklerosis, efek langsung nikotin terhadap pelepasan hormon epinefrin dan norepinefrin, ataupun melalui efek CO dalam peningkatan sel darah merah (Setyanda Dkk 2015 dalam Rahmatika 2021).

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain study *cross sectional*. Pengumpulan data informasi serta pengukuran antar variabel independen dan dependen dilakukan pada waktu yang sama. Desain study *cross sectional* ini cocok digunakan untuk menganalisis subjek penelitian dalam jumlah besar karena mudah dilaksanakan, sederhana, ekonomis dalam hal waktu dan hasilnya dapat diperoleh dengan cepat. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Pertiwi pada Bulan Agustus 2021. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah semua lansia yang berobat di Puskesmas Pertiwi berjumlah 102 orang dengan jumlah sampel 51 sampel. Teknik pengambilan sampel dilakukan menggunakan *Acidental Sampling*, yaitu peneliti memilih responden berdasarkan pertimbangan subyektif dan praktis bahwa responden dapat memberikan informasi untuk menjawab pertanyaan penelitian. Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini antara lain: Lembar Kuesioner, Alat tulis dan Hand phone. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan komputer melalui program SPSS *for window* dan disajikan dalam bentuk tabel distribusi dan tabel analisis serta narasi

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden

| | Karakteristik | n | % |
|-----------------|-------------------------|-----------|------------|
| Umur | 60-65 | 15 | 29.4 |
| | 66-70 | 1 | 2.0 |
| | 71-75 | 3 | 5.9 |
| | 76-80 | 15 | 29.4 |
| | 81-85 | 11 | 21.6 |
| | > 86 | 6 | 11.8 |
| Jenis kelamin | Laki-Laki | 21 | 41,2 |
| | Perempuan | 30 | 58,8 |
| Pendidikan | SD | 10 | 19,6 |
| | SMP | 24 | 47,1 |
| | SMA | 11 | 21,6 |
| | Sarjana | 6 | 11,8 |
| Jenis pekerjaan | Tidak Bekerja/Pensiunan | 35 | 68.6 |
| | Wiraswasta | 11 | 21.6 |
| | Petani | 5 | 9.8 |
| Total | | 51 | 100 |

Sumber: Data Primer, 2021

Tabel 1. karakteristik responden menunjukkan bahwa berdasarkan kelompok umur responden paling banyak dengan kelompok umur 60-65 tahun dengan kelompok umur 76-80 tahun, yaitu sebanyak 15 (29,4%) responden dan paling sedikit berada pada kelompok umur 66-77 tahun, yaitu sebanyak 1 (2,0%) responden. Responden berjenis kelamin perempuan berjenis kelamin perempuan, yaitu terdapat 30 (58,8%) responden, dan sisanya berjenis kelamin laki-laki, yaitu terdapat 21 (41,2%) responden. tingkat pendidikan responden paling banyak adalah tamatan SMP yaitu terdapat 24 (47,1%) responden dan paling sedikit dengan tingkat pendidikan Sarjana yaitu terdapat 6 (11,8%) responden. dan jenis pekerjaan responden paling banyak adalah responden yang tidak bekerja, yaitu terdapat 35 (68,6%) responden dan paling sedikit bekerja sebagai petani, yaitu terdapat 5 (9,8%) responden.

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa dari 9 (17,6%) responden dengan pola makan kategori baik, terdapat 7 (13,7%) responden menderita hipertensi dan terdapat 2 (3,9%) tidak menderita hipertensi. Sedangkan dari 42 (82,4%) responden dengan pola makan kategori tidak baik, terdapat 13 (25,5%) responden menderita hipertensi dan terdapat 29 (56,9%) responden tidak menderita hipertensi. Hasil uji statistic menggunakan *Uji-square* menunjukkan nilai *P-Value* = 0,020 < 0,05 yang berarti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Pertiwi Kota Makassar tahun 2021. Diketahui bahwa dari 40 (78,4%) responden dengan aktivitas fisik kategori cukup, terdapat 12 (23,5%) responden menderita hipertensi dan terdapat 28 (54,9%) tidak menderita hipertensi. Sedangkan dari 11 (21,6%) responden dengan aktivitas kurang, terdapat 8 (15,7%) responden menderita hipertensi dan terdapat 3 (5,9%) responden tidak menderita hipertensi. Hasil uji statistic menggunakan *Uji-square* menunjukkan nilai *P-Value* = 0,015 < 0,05 yang

berarti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Pertiwi Kota Makassar Tahun 2021.

Tabel 2. Analisis Hubungan Antar Variabel penelitian

| Variabel penelitian | Hipertensi | | | | Total | | <i>P-value</i> |
|--------------------------|------------|-------------|-----------|-------------|-----------|--------------|----------------|
| | Ya | | Tidak | | n | % | |
| | n | % | n | % | | | |
| Pola Makan | | | | | | | |
| Ya | 7 | 13.7 | 2 | 3.9 | 9 | 17.6 | 0,020 |
| Tidak | 13 | 25.5 | 29 | 56.9 | 42 | 82.4 | |
| Aktifitas Fisik | | | | | | | |
| Cukup | 12 | 23.5 | 28 | 54.9 | 40 | 78.4 | 0,015 |
| Kurang | 8 | 15.7 | 3 | 5.9 | 11 | 21.6 | |
| Kejadian Obesitas | | | | | | | |
| Obesitas | 0 | 0,0 | 1 | 2.0 | 1 | 2.0 | 1,000 |
| Tidak Obesitas | 19 | 37,3 | 29 | 56,9 | 48 | 94,1 | |
| Kebiasaan Merokok | | | | | | | |
| Merokok | 1 | 2.0 | 12 | 23.5 | 13 | 25.5 | 0,18 |
| Tidak Merokok | 19 | 37,3 | 19 | 37.3 | 38 | 74.5 | |
| Total | 20 | 39,2 | 31 | 60,8 | 51 | 100,0 | 100,0 |

Sumber: Data Primer, 2021

Pada variable obesitas, diketahui bahwa 1 (2,0%) responden dengan obesitas, terdapat 0 (0,0%) responden menderita hipertensi dan terdapat 1 (2,0%) responden tidak menderita hipertensi. Responden normal, dari 48 (94,1%) responden normal, terdapat 19 (37,3%) responden menderita hipertensi dan terdapat 29 (56,9%) responden tidak menderita hipertensi. Sedangkan dari 2 (3,9%) responden kurang, terdapat 1 (2,0%) responden menderita hipertensi dan terdapat, 1 (2,0%) responden tidak menderita hipertensi. Hasil uji statistic menggunakan *Uji-square* dengan uji Fisher's exact test menunjukkan nilai *P- Value* = 1,000 < 0,05 yang berarti bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara obesitas dengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Pertiwi Kota Makassar Tahun 2021. diketahui bahwa 13 (25,5%) responden dengan kebiasaan merokok, terdapat 1 (2,0%) responden menderita hipertensi dan terdapat 12 (23,5%) responden tidak menderita hipertensi.. Sedangkan dari 38 (74,5%) responden, terdapat 19 (37,3%) responden menderita hipertensi dan terdapat, 19 (37,3%) responden tidak menderita hipertensi. Hasil uji statistic menggunakan *Uji-square* dengan uji Fisher's exact test menunjukkan nilai *P- Value* = 0,18 < 0,05 yang berarti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Pertiwi Kota Makassar Tahun 2021 (Tabel 2).

PEMBAHASAN

Hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia

Pola makan adalah perilaku dapat mempengaruhi keadaan gizi seseorang. Hal ini disebabkan oleh kuantitas dan kualitas makanan dan minuman yang di konsumsi akan mempengaruhi asupan gizi sehingga akan mempengaruhi kesehatan individu dan masyarakat.

Gizi yang optimal sangat penting untuk pertumbuhan normal serta perkembangan fisik dan kecerdasan bayi, anak-anak, serta seluruh kelompok umur (dalam Hamzah Dkk 2021).

Pola makan yang salah merupakan salah satu factor resiko yang dapat menyebabkan meningkatnya penyakit hipertensi. Factor makanan modern merupakan penyumbang utama terjadinya hipertensi, contoh makanan modern adalah seperti makanan dan minuman dalam kemasan (buah-buahan kalengan, ikan-ikan kaleng, soda dan lain sebagainya) (AS,2010 dalam Wahdah Dkk 2021).

Hasil penelitian di wilayah kerja Puskesmas Pertiwi Kota Makassar menunjukkan bahwa 9 (17,6%) responden dengan pola makan kategori baik, namun masih banyak responden yang menderita hipertensi yaitu terdapat 7 (13,7%) responden. Hal ini disebabkan karena responden memiliki kebiasaan mengkonsumsi makanan yang tidak dianjurkan diantaranya sering makan daging, ikan asin, kecap asin, dan asupan garam yang berlebihan yang tidak sesuai dengan anjuran. Sedangkan dari 42 (82,4%) responden dengan pola makan kategori tidak baik terdapat 29 (56,9%) responden tidak menderita hipertensi hal ini disebabkan karena responden tidak memiliki kebiasaan mengkonsumsi makan yang sesuai anjuran diantaranya mengkonsumsi daging, ikan asin, kecap asin, dan asupan garam yang sesuai anjuran sehingga responden di wilayah kerja puskesmas pertiwi tidak menderita hipertensi.

Hasil uji statistic menggunakan *Uji-square* menunjukkan nilai P - Value = 0,020. Nilai $\alpha < 0,05$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak yang artinya bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia diwilayah kerja Puskesmas Pertiwi Kota Makassar tahun 2021.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Hamzah dkk (2021) yang menunjukkan hasil uji statistik dengan uji Fisher's exact test didapatkan nilai p -value = 0,0014 < 0,05 yang berarti bahwa terdapat hubungan antara pola makan dengan tingkat hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Wahdah dan Rosalina (2021) yang menunjukkan hasil uji statistik dengan uji Fisher's exact test didapatkan nilai p -value = 0,000 < 0,05 yang berarti bahwa terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi di daerah sekitar pesisir di daerah kecamatan cipiring di Desa Korowelang Anyar dan Margorejo.

Hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada

Aktivitas fisik adalah pergerakan anggota tubuh yang dapat menyebabkan pengeluaran tenaga untuk pemeliharaan kesehatan fisik dan mental, serta mempertahankan kualitas hidup agar tetap sehat dan bugar sepanjang hari. Aktivitas fisik sangat penting peranannya terutama bagi orang dengan lanjut usia (lansia). Dengan melakukan aktivitas fisik, maka lansia dapat meningkatkan derajat kesehatan (Fatmah,2010 dalam Jalal Dkk 2021).

Berdasarkan tabel 10 diketahui bahwa dari 40 (78,4%) responden dengan aktivitas fisik kategori cukup, terdapat 12 (23,5%) responden menderita hipertensi dan terdapat 28 (54,9%) tidak menderita hipertensi. Sedangkan dari 11 (21,6%) responden dengan aktivitas fisik kurang, terdapat 8 (15,7%) responden menderita hipertensi dan terdapat 3 (5,9%) responden tidak menderita hipertensi.

Hasil penelitian di wilayah kerja Puskesmas Pertiwi Kota Makassar menunjukkan bahwa 40 (78,4%) responden dengan aktivitas fisik kategori cukup, namun masih banyak

responden yang menderita hipertensi yaitu terdapat 12 (23,5%) responden, hal ini disebabkan karena kebanyakan dari mereka kurang melakukan aktivitas fisik <30 menit perhari dan <3 kali dalam seminggu seperti jogging, aerobic, lari pagi, jalan pagi. Sedangkan dari 11 (21,6%) responden dengan aktivitas fisik yang kurang, terdapat 8 (15,7%) responden tidak menderita hipertensi hal ini disebabkan karena kebanyakan dari mereka menjaga aktivitas fisik > 30 menit perhari dan >3 kali dalam seminggu dengan melakukan aktivitas fisik seperti jogging, aerobic, lari pagi, jalan pagi.

Hasil uji statistic menggunakan *Uji-square* menunjukkan nilai *P- Value* = 0,015 < 0,05 maka H_a diterima dan H_0 di tolak yang berarti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Pertiwi Kota Makassar Tahun 2021.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Jalal Dkk (2021) yang menunjukkan uji statistik dengan menggunakan uji Chi-Square bahwa nilai *p-value* = 0,018 < 0,05 yang artinya bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Pertiwi Kota Makassar Tahun 2021.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Clarisa Dkk (2021) yang menunjukkan bahwa dari hasil uji Spearman Rho didapatkan nilai korelasi *p-value* < 0,009 yang artinya bahwa nilai *p* < 0,05 maka H_a diterima yang mana hasilnya menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan derajat hipertensi pada lansia di Puskesmas Ubud I.

Hubungan Antara Obesitas Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia

Obesitas adalah suatu keadaan dimana terjadi penumpukan lemak berlebih di dalam tubuh. Obesitas diketahui menjadi salah satu factor risiko munculnya berbagai penyakit degenerative seperti penyakit jantung dan stroke. Penyakit-penyakit tersebut merupakan penyebab kematian terbesar penduduk dunia terutama pada kelompok usia lanjut. Selain penyakit tersebut, obesitas pada lansia juga dapat meningkatkan risiko terjadinya kerusakan pada tulang tulang dan sendi sehingga dapat meningkatkan risiko terjadinya jatuh atau kecelakaan (Sofa 2018).

Hasil penelitian di wilayah kerja Puskesmas Pertiwi Kota Makassar menunjukkan bahwa 1 (2,0%) responden dengan kategori obesitas, terdapat 0 (0,0%) responden yang menderita hipertensi, terdapat 1 (2,0%) responden yang tidak menderita hipertensi. hal ini dikarenakan responden memiliki tinggi badan dan berat badan yang normal sehingga tidak dapat menyebabkan hipertensi. Indeks massa tubuh yang lebih dari batas normal dapat menyebabkan responden menderita hipertensi. Sedangkan dari 48 (94,1%) responden dengan kategori normal, terdapat 19 (37,3%) responden tidak menderita hipertensi, hal ini disebabkan karena responden memiliki kebiasaan untuk menjaga berat badan normal agar tidak menderita hipertensi.

Hasil uji statistic menggunakan *Uji-square* dengan uji Fisher's exact test menunjukkan nilai *P- Value* = 1,000 < 0,05 maka H_0 diterima dan H_a di tolak yang berarti bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara obesitas dengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Pertiwi Kota Makassar Tahun 2021.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan hasil penelitian Asri Dkk (2021) dengan judul hubungan obesitas dengan kejadian hipertensi pada lansia nilai *p* = 0,001 < 0,05 yang

menyatakan bahwa ada hubungan antara obesitas dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja puskesmas PB Selayang II kecamatan medan Selayang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Nurleni Dkk (2021) yang menunjukkan bahwa dari hasil uji Chi squer didapatkan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) maka H_a diterima yang mana hasilnya menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara obesitas dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Andalas Padang.

Hubungan antara merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia

Merokok merupakan faktor resiko yang potensial untuk di tiadakan dalam upaya melawan arus peningkatan hipertensi khususnya dan penyakit kardiovaskuler secara umum di indonesia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nikotin yang terdapat dapat rokok menyebabkan ketagihan dan merusak jantung dan aliran darah, dan dapat menyebabkan kerusakan sel paru-paru dan kanker.

Rokok mengandung berbagai zat kimia berbahaya seperti nikotin dan karbonmonoksida. Zat tersebut akan terisap melalui rokok sehingga masuk kealiran darah dan menyebabkan kerusakan lapisan endotel pembuluh darah arteri sehingga mempercepat aterosklerosis. Bagi penderita yang memiliki aterosklerosis atau penumoukan lemak pada pembuluh darah, merokok dapat memperparah kejadian hipertensi (Sari, 2017).

Hasil penelitian di wilayah kerja Puskesmas Pertiwi Kota Makassar menunjukkan bahwa 13 (25,5%) responden dengan kategori merokok, terdapat 1(2,0%) responden yang menderita hipertensi, terdapat 12 (23,5%) responden yang tidak menderita hipertensi. Hal ini disebabkan karena responden tidak memiliki kebiasaan merokok dan telah berhenti merokok >6 bulan yang lalu. Sedangkan dari 38 (74,5%) responden, terdapat 19 (37,3%) responden menderita hipertensi, terdapat 19 (37,3%) responden tidak menderita hipertensi, hal ini disebabkan karena responden memiliki kebiasaan merokok 10-19 batang perhari dan telah berhenti merokok <6 bulan yang lalu.

Hasil uji statistic menggunakan *Uji-square* dengan uji Fisher's exact test menunjukkan nilai P - Value = 0,18 < 0,05 maka H_a di terima dan H_o di tolak yang berarti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Pertiwi Kota Makassar Tahun 2021.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan hasil penelitian Retnaningsih Dkk (2017) yang menunjukkan Hasil uji statistic menggunakan *Uji-square* menunjukkan nilai P - Value = 0,000 < 0,05 yang berarti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia laki-laki di desa muktiharjo.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Darwis Dkk (2021) yang menunjukkan bahwa dari hasil uji Chi squer didapatkan nilai $p=0,01= <\alpha=0,05$) maka H_a diterima yang mana hasilnya menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia laki-laki Desa Bekku Kecamatan Awangpone.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Pertiwi Kota Makassar, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia . Terdapat hubungan yang bermakna antara

aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada lansia. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara obesitas dengan kejadian hipertensi pada lansia di dan terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah kerja Puskesmas Pertiwi Kota Makassar tahun 2021 Berdasarkan kesimpulan penelitian ini, disarankan kepada masyarakat agar lebih memperhatikan asupan makanan meliputi makanan yang di anjurkan dan makanan yang di konsumsi, agar kadar lemak dalam tubuh dapat terkontrol dengan baik sehingga tidak menyebabkan kejadian hipertensi. Dan diharapkan kepada peneliti lain untuk mengadakan penelitian lebih lanjut mengenai hipertensi pada lansia dengan mempertimbangkan variabel lain seperti obesitas dan lain-lain agar dapat memberikan informasi lebih lengkap terhadap faktor-faktor yang dapat menyebabkan seseorang mengalami hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, L. (2019). Determinan Hipertensi Pada Lanjut Usia. *Jambura Health And Sport Journal*, 1(2), 82-89.
- Ainun, A. S., Sidik, D., & Rismayanti. (2014). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Mahasiswa Di Lingkup Kesehatan Universitas Hasanuddin. Unhas Repository.
- Anggreani, N. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Lansia Dengan Riwayat Hipertensi Dalam Pengendalian Tekanan Darah Pada Lansia Di Puskesmas Sibolangit Kabupaten Deli Serdang Tahun 2019.
- Buheli, K. L., & Usman, L. (2019). Faktor Determinan Kepatuhan Diet Penderita Hipertensi. *Jambura Health And Sport Journal*, 1(1), 15-19.
- Dalimartha, S., Purnama, B. T., Spgk, M. S., Nora Sutarina, S., Mahendra, B., Akp, I., & Darmawan, R. (2008). *Care Your Self, Hipertensi*. Penebar Plus+.
- Hamzah, B., Akbar, H., & Langingi, A. R. C. (2021). Analisis Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Journal Health & Science: Gorontalo Journal Health And Science Community*, 5(1), 194-201.
- Pramana, L. D. Y. (2016). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Demak Ll (Doctoral Dissertation, Unismus).
- Riskedes, 2018. Data Jumlah Kasus Hipertensi Di Indonesia
- Sari (2017). *Berdamai Dengan Hipertensi*. Jakarta: Bumi Medika.
- Sari, E. P., Sitorus, R. J., & Utama, F. (2017). Studi Prevalensi Kejadian Hipertensi Pada Posbindu Di Wilayah Kerja Btklpp Kelas 1 Palembang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(2).
- Sembiring, F. (2020). Hubungan Antara Pola Makan Dengan Kebiasaan Berolahraga Dengan Tingkat Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Kutalimbaru 2019.
- Yanti, M., Alkafi, A., & Yulita, D. (2021). Senam Lansia Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi. *Jik (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 5(1), 44-52.
- Jalal, K. A., Mahmuda, I. N. N., & Nursanto, D. (2021). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dan Imt Dengan Hipertensi. *Proceeding Book National Symposium And Workshop Continuing Medical Education Xiv*.
- Wahdah, L., & Rosalina, R. (2021). Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Di Daerah Sekitar Pesisir Kecamatan Cepiring (Doctoral Dissertation, Universitas Ngudi Waluyo).

- Hamzah, B., Akbar, H., & Langingi, A. R. C. (2021). Analisis Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Journal Health & Science: Gorontalo Journal Health And Science Community*, 5(1), 194-201.
- Asari, H. R. V., & Helda, H. (2021). Hubungan Obesitas Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Pb Selayang Ii Kecamatan Medan Selayang, Medan. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*, 5(1).
- Sofa, I. M. (2018). Kejadian Obesitas, Obesitas Sentral, Dan Kelebihan Lemak Viseral Pada Lansia Wanita. *Amerta Nutrition*, 2(3), 228-236.
- Retnaningsih, D., Kustriyani, M., & Sanjaya, B. T. (2017). Perilaku Merokok Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. In *Prosiding Seminar Nasional & Internasional* (Vol. 1, No. 1).