

[ISSN 2597- 6052](#)

MPPKI

Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia

The Indonesian Journal of Health Promotion

Research Articles

Open Access

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kubur Jawa Kabupaten Hulu Sungai Tengah

Factors Affecting the Event of Hypertension in the Elderly In the Working Area of Health Center Kubur Jawa District Hulu Sungai Tengah

Melda Azizah^{1*}, Siska Dhewi², Ahmad Zacky Anwary³^{1,2,3}Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari Banjarmasin*Korespondensi Penulis : meldaazizah23@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Kejadian Hipertensi Puskesmas Kubur Jawa tertinggi nomor satu di Kabupaten Hulu Sungai Tengah sebesar 91,3%. Faktor risiko merupakan suatu penyebab terjadinya hipertensi, terdapat 2 kelompok faktor risiko yaitu faktor risiko yang tidak dapat diubah (usia, jenis kelamin, genetika dan suku) dan yang dapat diubah (obesitas, merokok, aktivitas fisik, pola makan dan konsumsi alkohol).

Tujuan: Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian hipertensi dan faktor paling dominan mempengaruhi kejadian hipertensi.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dan jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan menggunakan pendekatan cross sectional.

Hasil: Hasil analisis menunjukkan ada pengaruh jenis kelamin terhadap kejadian hipertensi ($p=0,004$) $OR=3,182$. Tidak adanya pengaruh obesitas terhadap kejadian hipertensi ($p=0,131$). Adanya pengaruh pola makan terhadap kejadian Hipertensi ($p=0,001$) $OR= 5,146$.

Kesimpulan: Faktor yang paling mempengaruhi terhadap kejadian hipertensi pada lansia adalah pola makan.

Kata Kunci: Hipertensi; Lansia; Jenis Kelamin; Obesitas; Pola Makan

Abstract

Background: The highest incidence of hypertension in Kubur Jawa Health Center is 91.3% in Hulu Sungai Tengah Regency. Risk factors are a cause of hypertension, there are 2 groups of risk factors, namely risk factors that cannot be changed (age, gender, genetics and ethnicity) and those that can be changed (obesity, smoking, physical activity, diet and alcohol consumption).

Objective: To determine the factors that influence the incidence of hypertension and the most dominant factors affecting the incidence of hypertension.

Methods: This research is a quantitative research and the type of this research is analytic observational using a cross sectional approach.

Results: The results of the analysis showed that there was an effect of gender on the incidence of hypertension ($p=0.004$) $OR=3.182$. There was no effect of obesity on the incidence of hypertension ($p = 0.131$). The influence of diet on the incidence of hypertension ($p = 0.001$) $OR = 5.146$.

Conclusion: The factor that most influences the incidence of hypertension in the elderly is diet.

Keywords: Hypertension; Elderly; Gender; Obesity; Diet

PENDAHULUAN

Penuaan adalah proses menua sejak usia 45 tahun. Lansia mengalami kemunduran fisik, mental dan sosial. Contoh penurunan fisik pada lansia adalah rentangnya lansia untuk sakit, terutama penyakit degeneratif. Salah satu penyakit degeneratif yang banyak terjadi pada lansia adalah hipertensi (1).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang paling umum dan banyak diderita oleh masyarakat. Hipertensi merupakan masalah utama saat ini, tidak hanya di Indonesia, tetapi di seluruh dunia, karena merupakan salah satu pintu gerbang atau faktor risiko penyakit seperti gagal ginjal, diabetes, stroke dan jantung (2).

Menurut data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), tekanan darah tinggi membunuh sekitar 18 juta orang di seluruh dunia setiap tahun. Hal ini sesuai dengan *Global Status Report on NCDs*, yang menyatakan bahwa 80% kematian di seluruh dunia disebabkan oleh PTM. Penyebab utama kematian, penyakit tidak menular, adalah penyakit kardiovaskular, yang penyebab utamanya adalah hipertensi (3).

Prevalensi hipertensi berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 adalah 34,1%. Angka tersebut lebih tinggi dibandingkan tahun 2013 yang menyentuh angka prevalensi 25,8%. Dengan prevalensi teratas pada Bangka Belitung (30,9%), Kalimantan Selatan (30,8%), Kalimantan Timur (29,6%), Jawa Barat (29,4%) mencatat prevalensi tertinggi. (Badan Litbangkes, kementerian Kesehatan RI 2019). Kalimantan Selatan memiliki prevalensi hipertensi tertinggi kedua (30,8%) setelah Bangka Belitung (30,9%) (4).

Hipertensi mempunyai beberapa faktor risiko yang dapat mempengaruhi kejadian hipertensi, antara lain usia, jenis kelamin, riwayat keluarga, genetik (perubahan/faktor risiko yang tidak terkontrol), kebiasaan merokok, asupan garam, konsumsi lemak jenuh, penggunaan minyak jelantah, dan gaya hidup seperti minum-minuman keras, Obesitas, Kurang Olahraga (aktivitas fisik), Stres, Penggunaan Estrogen (5).

Berdasarkan data yang dari Dinas Kesehatan Kabupaten Hulu Sungai Tengah tahun 2019-2021. Puskesmas Kubur Jawa pada tahun 2019 sebesar 869 dengan prevalensi 23,8%. Pada tahun 2020 penyakit hipertensi mengalami penurunan dengan jumlah 595 dengan prevalensi sebesar 16,0%. Pada tahun 2021 di puskesmas Kubur Jawa mengalami kenaikan secara signifikan dengan jumlah 3.404 dengan prevalensi 91,3%.

Puskesmas Kubur Jawa merupakan puskesmas kedua tertinggi di Kabupaten Hulu Sungai Tengah untuk penyakit hipertensi dalam 1 tahun terakhir dengan jumlah sebesar 3.404 dan prevalensi sebesar 91,3% pada tahun 2021.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui apa faktor-faktor mempengaruhi terjadinya Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Kubur Jawa Tahun 2022.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah Observasional Analitik. Observasional Analitik atau Survei Analitik adalah survei atau penelitian yang menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan ini terjadi. Dengan Rancangan penelitian menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi yang digunakan oleh penelitian adalah jumlah data lansia di puskesmas Kubur Jawa Kabupaten Hulu Sungai Tengah tahun 2021 sebanyak 987 dengan sampel 91 orang, teknik atau cara pengambilan sampel menggunakan *insidental sampling*.

HASIL

Karakteristik responden lansia di wilayah kerja puskesmas Kubur Jawa

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan Responden

Variabel	f	(%)
Pendidikan		
Tidak Sekolah	27	29,7
Tamat SD	54	59,3
Tamat SMP	8	8,8
Tamat SMA	2	2,2
Total	91	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar pendidikan responden yang paling banyak yaitu tamat SD sebanyak 54 orang (59,3%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pekerjaan Responden

Variabel	f	(%)
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	49	53,8

Bekerja	42	46,2
Total	91	100

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa sebagian besar pekerjaan responden yang tertinggi adalah tidak bekerja sebanyak 49 orang (53,8%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Responden

Variabel	f	(%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	38	41,8
Perempuan	53	58,2
Total	91	100

Berdasarkan 3 diketahui bahwa berdasarkan jenis kelamin responden terbanyak adalah berjenis kelamin perempuan sebanyak 53 orang (58,2%).

Analisis Univariat

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian Hipertensi

Variabel	f	(%)
Hipertensi		
Tidak Hipertensi	37	40,7
Hipertensi	54	59,3
Total	91	100

Berdasarkan tabel 4, berdasarkan distribusi frekuensi kejadian hipertensi lebih banyak pada lansia yang hipertensi 54 orang (59,3%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian Obesitas

Variabel	f	(%)
Obesitas		
Tidak Obesitas	73	80,2
Obesitas	18	19,8
Total	91	100

Berdasarkan tabel 5, berdasarkan distribusi frekuensi kejadian obesitas diketahui responden terbanyak pada lansia yang tidak obesitas sebanyak 73 orang (80,2%).

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian Pola Makan

Variabel	f	(%)
Pola Makan		
Baik	40	44,0
Kurang Baik	51	56,0
Total	91	100

Berdasarkan tabel 6, berdasarkan distribusi pola makan, terbanyak pada pola makan yang kurang baik sebanyak 51 orang (56%).

Analisis Bivariat

Tabel 7. Hubungan Jenis Kelamin dengan Kejadian Hipertensi

Variabel	Hipertensi						p-value	OR
	Tidak Hipertensi		Hipertensi		Total			
	n	%	n	%	n	%		
Jenis Kelamin								
Laki-laki	22	57,9	16	42,1	38	100		
Perempuan	15	28,3	38	71,7	53	100	0,009	3,483
Total	37	40,7	54	59,3	91	100		

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa pada variabel jenis kelamin, paling banyak yang mengalami kejadian hipertensi adalah berjenis kelamin perempuan sebanyak 54 orang (59,3%), dan Berdasarkan statistik dengan menggunakan uji *chi square* diperoleh $p\text{-value} = 0,009$ ($p < \alpha$) maka H_0 ditolak H_a diterima, artinya ada hubungan jenis kelamin dengan kejadian Hipertensi pada lansia, dan nilai *Odds Rasio* yang diperoleh dari uji bivariat menggunakan uji *chi square* adalah $OR = 3,483$, yang artinya jenis kelamin perempuan lebih berisiko 3,483 kali terkena hipertensi dibandingkan laki-laki.

Tabel 8. Hubungan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi

Variabel	Hipertensi						<i>p-value</i>
	Tidak Hipertensi		Hipertensi		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Obesitas							
Tidak Obesitas	33	45,2	40	54,8	38	100	
Obesitas	4	22,2	14	77,8	53	100	0,131
Total	37	40,7	54	59,3	91	100	

Menurut tabel 8 variabel obesitas didapatkan bahwa, paling banyak responden yang mengalami hipertensi adalah yang tidak obesitas sebanyak 40 orang (54,8%), dan untuk hasil uji *chi square* didapatkan bahwa nilai *p-value* sebesar 0,131 yang berarti tidak ada hubungan antara obesitas dengan kejadian hipertensi.

Tabel 9. Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi

Variabel	Hipertensi						<i>p-value</i>	OR
	Tidak Hipertensi		Hipertensi		Total			
	n	%	n	%	n	%		
Pola Makan								
Baik	24	60,0	16	40,0	38	100		
Kurang Baik	13	25,5	38	74,5	53	100	0,002	
Total	37	40,7	54	59,3	91	100		

Berdasarkan tabel 9 variabel pola makan, didapatkan bahwa paling banyak responden yang mengalami hipertensi adalah yang pola makannya kurang baik sebanyak 38 orang (74,5%), dan didapat hasil *p-value* sebesar 0,002 yang artinya ada hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi, diperoleh nilai *Odds Rasio* = 4,385, yang artinya pola makan yang kurang baik dapat berisiko 4 kali terkena penyakit hipertensi dibandingkan pola makan yang baik.

Analisis Multivariat

Tabel 10. Analisis Multivariat variabel Jenis Kelamin, Obesitas, dan Pola Makan terhadap Kejadian Hipertensi

Variabel	OR	95% CI	P
Jenis Kelamin	3,438	1,447-8,386	0,009
Obesitas	2,888	0,867-9,616	0,131
Pola Makan	4,385	1,796-10,705	0,002

Tabel 11. Variabel yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kubur Jawa Kabupaten Hulu Sungai Tengah Tahun 2022

Variabel	Nilai B	OR	95%CI	P
Pola Makan	1,638	5,146	1,581-11,063	0,001
Jenis Kelamin	1,431	4,182	1,952-13,568	0,004
Konstan	-1,287			

Berdasarkan tabel 10 dan 11 di atas dapat diketahui bahwa setelah menganalisis multivariat menggunakan uji *regresi logistik* menggunakan metode *Backward LR* didapatkan hasil bahwa faktor yang paling mempengaruhi kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kubur Jawa Kabupaten Hulu Sungai Tengah adalah pola makan dan jenis kelamin

Pada variabel pola makan dengan nilai $p = 0,001$ dan nilai $OR = 5,146$ merupakan faktor paling dominan mempengaruhi kejadian hipertensi pada lansia, pola makan yang kurang baik 5 kali lebih mempengaruhi terhadap kejadian hipertensi dibandingkan pola makan yang baik.

Jenis kelamin merupakan salah satu variabel yang mempengaruhi kejadian hipertensi pada lansia. Hasil dari analisis multivariat menunjukkan bahwa jenis kelamin mempengaruhi terhadap kejadian hipertensi pada lansia dengan nilai $p = 0,004$ dan $OR = 4,182$, itu artinya faktor yang mempengaruhi selanjutnya adalah jenis kelamin dimana lansia yang perempuan 4,182 kali lebih berpeluang mengalami kejadian hipertensi dibandingkan laki-laki.

PEMBAHASAN

Kejadian Hipertensi

Dari penelitian yang dilakukan melalui wawancara menggunakan kuesioner dan pemeriksaan tekanan darah secara langsung kepada 91 responden, didapatkan hasil 54 (59,3%) yang mengalami hipertensi dan terdapat 37 (40,7%) yang tidak hipertensi.

Faktor yang mempengaruhi tingginya hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kubur Jawa adalah kurangnya pemeriksaan diri secara rutin dan kurang peduli akan kesehatannya. Penderita hipertensi pada lansia banyak mengeluhkan sakit kepala, dan memiliki pola tidur yang kurang baik. Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Pada dua kali pemeriksaan dengan jarak waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat. Peningkatan tekanan darah dengan periode waktu yang lama bisa menyebabkan kerusakan pada ginjal, jantung dan otak apabila tidak dilakukan pengobatan secara dini (6).

Penelitian ini sejalan dengan Hafni, dkk (2022) yang mengemukakan bahwa pada lansia banyak terkena hipertensi dibandingkan yang tidak. Dari 57 orang responden ditemukan 38 orang (66,7%) yang hipertensi dan ada 19 orang (33,3%) yang tidak hipertensi (7).

Jenis Kelamin

Berdasarkan tabel 4 diatas menunjukkan bahwa karakteristik jenis kelamin pada responden lansia lebih besar pada perempuan sebanyak 53 orang (58,2%) dan laki-laki sebanyak 38 orang (41,8%).

Hasil penelitian yang didapat dilapangan bahwa yang mempengaruhi jenis kelamin terhadap kejadian hipertensi adalah usia, karena pada usia muda laki-laki cenderung lebih berisiko terkena hipertensi dibandingkan perempuan. Hal ini disebabkan saat perempuan memasuki usia 59 keatas banyak ditemukan hipertensi. Hal ini disebabkan saat perempuan sebelum *menopause* mempunyai estrogen, hormon pelindung yang berperan dalam meningkatkan kadar *high-density lipoprotein* (HDL).

Faktor lainnya yaitu kebanyakan lansia yang berobat di puskesmas, posbindu atau posyandu lansia adalah perempuan. Hal tersebut disebabkan sebagian besar lansia perempuan memiliki keluhan dibandingkan laki-laki.

Obesitas

Menurut penelitian yang didapatkan di lapangan diketahui responden lansia yang mengalami tidak obesitas sebanyak 73 orang (80,2%) dan lansia yang obesitas ada 18 orang (19,8%).

Hasil yang diperoleh dari penelitian tersebut adalah sangat banyak ditemukan lansia yang tidak obesitas terkena hipertensi dari pada yang obesitas. Hal ini terjadi karena ada faktor lain yang mempengaruhi terjadinya hipertensi yaitu usia. Usia yang mengalami obesitas banyak terjadi pada usia *middle age* (setengah baya) 45-59 tahun dari pada usia *elderly*(tua) 60-74 tahun.

Faktor lain yang mempengaruhi kenapa banyak lansia yang tidak obesitas karena berkurang nafsu makan sehingga banyak lansia yang tidak obesitas. Penyebab berkurangnya nafsu makan pada lansia adalah perubahan indra perasa.

Pola Makan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada lansia dengan pola makan kurang baik sebanyak 51 orang (56,0%), serta pola makan yang baik sebanyak 40 orang (40,0%).

Hasil dari penelitian dilapangan, yang menyebabkan pola makan kurang baik adalah, tidak makan teratur, tidak sarapan sebelum beraktivitas, jarang memakan buah dan sayur, telalu sering mengonsumsi minuman yang mengandung kafein, mengonsumsi makan yang lemak, tidak membatasi makanan yang asin, jarang membatasi penggunaan penyedap rasa yang berlebih dan memakan makanan yang mengandung pengawet.

Pola makan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi terhadap kejadian hipertensi. Pola makan adalah salah satu faktor risiko penyakit hipertensi yang akan meningkat jika pola makan yang salah. Faktor makanan modern sebagai penyebab utama terjadinya hipertensi (8).

Pengaruh Jenis Kelamin dengan Kejadia Hipertensi

Berdasarkan statistik dengan menggunakan uji *chi square* diperoleh $p\text{-value} = 0,009$ ($p < \alpha$) maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya ada hubungan signifikan antara jenis kelamin dengan kejadian Hipertensi pada

lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kubur Jawa Kabupaten Hulu Sungai Tengah. Adapun nilai *Odds Ratio* didapatkan sebesar 3,483, sehingga dapat dimaknai bahwa lansia yang jenis kelamin perempuan mempunyai risiko 3 kali lebih besar kemungkinannya untuk mengalami kejadian hipertensi. Berdasarkan hasil analisis multivariat, variabel yang berpengaruh terhadap kejadian hipertensi setelah dilakukan uji *regresi logistik* yaitu variabel jenis kelamin nilai $p = 0,004$, nilai $OR = 4,182$, 95% $CI = 1,952-13,568$.

Dimana yang artinya jenis kelamin perempuan lansia 4 kali lebih berisiko menderita penyakit hipertensi dibandingkan lansia berjenis kelamin laki-laki. Dimana dapat diartikan bahwa lansia yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak terkena hipertensi dibandingkan lansia berjenis kelamin laki-laki. Hal ini dikarenakan pada lansia perempuan lebih rentan terkena hipertensi dibandingkan laki-laki saat memasuki usia *menopause*.

Penelitian ini sejalan dengan Irawan, dkk (2020) yang mengemukakan bahwa Jenis kelamin sangat erat kaitannya terhadap terjadinya hipertensi dimana pada perempuan lebih tinggi (9).

Hal ini sejalan dengan penelitian Risa (2018) Dimana hasil dari analisis: Faktor jenis kelamin pada lansia perempuan berisiko 28,3 kali untuk mengalami kejadian hipertensi dibandingkan dengan lansia yang berjenis kelamin laki-laki ($CI\ 95\%: POR = 3,3-298,1$).

Penelitian ini serupa dengan Pitriani (2017) yang mengatakan bahwa seseorang yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak menderita hipertensi dibandingkan laki-laki terutama pada penderita hipertensi dewasa tua dan lansia. Sebelum memasuki masa *menopause*, perempuan mulai kehilangan hormon estrogen sedikit demi sedikit dan sampai masanya hormon estrogen harus mengalami perubahan sesuai dengan umur perempuan, yaitu dimulai sekitar umur 45-55 tahun (10).

Pengaruh Obesitas dengan Kejadian Hipertensi

Berdasarkan statistik dengan menggunakan uji *chi square* diperoleh $p\text{-value} = 0,131$ ($p > \alpha$) maka H_0 diterima dan H_a ditolak, artinya tidak ada hubungan signifikan antara obesitas dengan kejadian Hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kubur Jawa Kabupaten Hulu Sungai Tengah. Berdasarkan hasil analisis multivariat, variabel yang berpengaruh terhadap kejadian hipertensi setelah dilakukan uji *regresi logistik* yaitu variabel obesitas dengan $p = 0,004$, dan $OR = 4,182$, 95% $CI = 1,952-13,568$.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Imelda, dkk dengan judul "Faktor- Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Air Dingin Lubuk Minturun". Tidak ada hubungan antara obesitas dengan kejadian hipertensi pada lansia ($p = 0,980$). Berdasarkan penelitian tersebut duhasilkan bahwa lansia yang mengalami obesitas tetapi memiliki tekanan darah normal berjumlah 51,3% dan lansia dengan obesitas yang mengalami pra hipertensi lebih. Sedikit yaitu sebesar 48,7%. Hasil uji statistik menggunakan *chi-square*, diperoleh $p\text{-value}$ sebesar 0,980 ($p > 0,05$) artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara obesitas dengan kejadian hipertensi pada lansia.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Hafni, dkk (2022) dengan judul Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Pijorkoling Kecamatan Padangsidempuan Tenggara Kota Padangsidempuan Tahun 2020. Terdapat 18 responden obesitas dan 20 responden yang tidak obesitas pada lansia yang hipertensi. Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh p (sig) = 0,393 ($p > 0,05$) sehingga H_0 diterima dan H_a ditolak, hal ini berarti bahwa tidak ada hubungan/pengaruh antara kelebihan berat badan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Pijorkoling Kecamatan Padangsidempuan Tenggara Kota Padangsidempuan tahun 2020 (7).

Pengaruh Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi

Berdasarkan statistik dengan menggunakan uji *chi square* diperoleh $p\text{-value} = 0,002$ ($p < \alpha$) maka H_0 ditolak dan H_a di terima, artinya ada hubungan pola makan dengan kejadian Hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kubur Jawa Kabupaten Hulu Sungai Tengah. Berdasarkan hasil analisis multivariat, variabel yang paling berpengaruh terhadap kejadian hipertensi setelah dilakukan uji regresi logistik yaitu variabel pola makan dimana $p = 0,001$, nilai $OR = 5,146$, yang artinya pola makan lansia yang kurang baik lebih berisiko terkena hipertensi 5 kali lebih besar di bandingkan lansia yang memiliki pola makan yang baik.

Berdasarkan hasil penelitian ini bahwa pola makan merupakan variabel yang paling dominan yang mempengaruhi terhadap kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kubur Jawa Kabupaten Hulu Sungai Tengah Tahun 2022. Pola makan masyarakat menunjukkan lebih sering mengkonsumsi makanan tinggi, natrium yang pada dasarnya lansia-lansia tersebut tidak mengetahui makanan apa saja yang memicu meningkatnya tekanan darah, yang juga sangat rentan terjadi pada lansia karena pada usia lansia sistem kekebalan tubuh akan mengalami penurunan fungsi dan gangguan pada pembuluh darah.

Selain itu pola makan masyarakat jarang memakan buah dan sayur padahal sayur dan buah baik untuk memenuhi nutrisi kebutuhan tubuh apalagi lansia yang rentan terkena penyakit. Kebanyakan mengkonsumsi

minuman berkafein juga memicu terjadinya hipertensi, masyarakat disana memang jarang mengkonsumsi kopi secara rutin, akan tetapi kebanyakan dari mereka mengkonsumsi teh yang juga ada kandungan kafeinnya.

Kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kubur Jawa dipengaruhi oleh mayoritas masyarakat dipedesaan sehingga masyarakat kebiasaan mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung natrium seperti ikan asin, kulit cempedak yang di asinkan dan budaya konsumsi masyarakat ketika ada acara pasti menyiapkan makanan yang berlemak, oleh karena itu kemungkinan lansia banyak yang mengkonsumsi makanan yang berlemak.

Adapun penelitian ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Rihiantoro dan Widodo (2017) dimana hasil penelitiannya adalah terdapat 29 responden yang pola makannya buruk terdapat 25 responden (86,2%) menderita hipertensi dan 4 responden (13,8%) tidak menderita hipertensi (11). Sedangkan dari 35 responden yang pola makannya baik terdapat 7 responden (20%) menderita hipertensi dan 28 responden (80%) tidak menderita hipertensi. Hasil uji statistik diperoleh nilai $p\text{-value}=0,000$. Hal ini menunjukkan adanya hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi. Hasil analisis juga menggambarkan nilai $OR=4.31$ (2,187- 8,494) yang berarti orang yang pola makannya buruk berisiko untuk menderita hipertensi 4,31 kali dibandingkan dengan yang pola makannya baik.

Hal ini didukung oleh penelitian Yulia, dkk (2020) yang menyebutkan adanya pengaruh pola makan terhadap kejadian hipertensi (12). Dengan hasil uji $Chi\text{-Square}$ diperoleh nilai $p\text{ value} = 0,000$ ($p\text{ value} < 0,05$), dan dengan nilai $OR = 0,115$ artinya responden yang memiliki pola makan yang kurang baik mempunyai risiko terkena hipertensi 0,115 kali lebih besar dibandingkan responden yang memiliki pola makan baik.

KESIMPULAN

Studi ini menyimpulkan bahwa Adanya pengaruh jenis kelamin terhadap kejadian Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kubur Jawa Kabupaten Hulu Sungai Tengah Tahun 2022 dengan nilai $p= 0,004$ dan nilai $Odds\ Rasio= 4,182$. Selanjutnya tidak adanya pengaruh Obesitas terhadap kejadian Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kubur Jawa Kabupaten Hulu Sungai Tengah Tahun 2022 hasil dari analisis diperoleh nilai $p= 0,131$ dan nilai $Odds\ Rasio$ tidak disebutkan, selanjutnya adanya pengaruh pola makan terhadap kejadian Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kubur Jawa Kabupaten Hulu Sungai Tengah Tahun 2022 dengan $p= 0,001$ dan nilai $Odds\ Rasio= 5,146$. Dan Berdasarkan hasil analisis multivariat faktor yang paling dominan terhadap kejadian Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kubur Jawa Kabupaten Hulu Sungai Tengah Tahun 2022 adalah faktor pola makan dengan nilai $p= 0,001$ dan nilai $Odds\ Rasio= 5,146$.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes RI. Profil kesehatan indonesia 2015. Jakarta; 2017.
2. Kemenkes RI. Profil kesehatan Indonesia 2018 [Indonesia health profile 2018]. 2019.
3. WHO G. Global status report on noncommunicable diseases 2010. 2011;
4. Kemenkes RI. Hasil utama RISKESDAS 2018. Jakarta Kemenkes RI. 2018;
5. Kemenkes RI. Pedoman gizi seimbang. Jakarta Kemenkes RI. 2014;
6. Indonesia PR. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta; 2017.
7. Hafni S, Suroyo RB, Sibero JT, Nasution Z, Wulan M. Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Pijorkoling Kecamatan Padangsidempuan Tenggara kota Padangsidempuan tahun 2020. J Healthc Technol Med. 2022;7(2):1206–20.
8. Mahmudah S, Maryusman T, Arini FA, Malkan I. Hubungan gaya hidup dan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Kelurahan Sawangan Baru Kota Depok tahun 2015. Biomedika. 2015;7(2).
9. Siwi AS, Irawan D, Susanto A. Analisis faktor-faktor yang memengaruhi kejadian hipertensi. J Bionursing. 2020;2(3):164–6.
10. Pitriani R, Yanti JS, Afni R. Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Rumbai Pesisir. J Penelit Kesehatan" SUARA FORIKES"(Journal Heal Res Forikes Voice"). 2017;9(1):74–7.
11. Rihiantoro T, Widodo M. Hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi di kabupaten tulang bawang. J Ilm Keperawatan Sai Betik. 2018;13(2):159–67.
12. Yulia A, Wahyuni LT. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi. J Amanah Kesehat. 2020;2(1):1–11.