FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI PUSKESMAS BARABAI TAHUN 2021

Purwanti [1], Agus Jalpi [2], Fahrurazi [3]
[1]Program Studi Kesehatan Masyarakat, 13201, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari Banjarmasin, NPM19070516
[2] Program Studi Kesehatan Masyarakat, 13201, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari Banjarmasin, NIDN1102088502
[3] Program Studi Kesehatan Masyarakat, 13201, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari Banjarmasin, NIDN1105065801
Email: purwantiayie78@gmail.com

ABSTRAK

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, 2016). Mengidentifikasi dan menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Barabai tahun 2021. Desain penelitian ini bersifat survei analitik dengan pendekatan Cross Sectional. Populasi dalam penelitian ini berdasarkan jumlah lansia di Puskesmas Barabai dengan jumlah 2900 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode Random sampling dengan jumlah sampel 97 orang dengan menggunakan rumus Slovin. Sedangkan pengolahan dan analisis data menggunakan Uji Chi square. Hasil penelitian ini didapatkan bahwa kejadian Hipertensi pada lansia sebanyak 69 orang (71,1%), dan tidak mengalami kejadian hipertensi sebanyak 28 orang (28,9%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan (p-value = 0,000), ada hubungan antara konsumsi garam (p-value = 0,000), tidak ada hubungan antara perilaku merokok (p-value = 0,058) dan Tidak ada hubungan antara konsumsi kopi (ρ-value = 0,267) dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Barabai. Untuk para lansia Diharapkan kontrol kesehatan rutin dan mendapatkan obat hipertensi dengan resep dokter sehingga dapat meminimalkan terjadinya komplikasi akibat hipertensi.

Kata kunci : Kejadian Hipertensi, Konsumsi Garam, Pengetahuan

---

ABSTRACT

According to WHO data, worldwide about 972 million or 26.4% of people worldwide have hypertension, this figure is likely to increase to 29.2% in 2025. Of the 972 million people with hypertension, 333 million are in developed countries and 639 the rest are in developing countries, including Indonesia (Yonata, 2016). and analyze the factors related to the incidence of hypertension in the elderly at the Barabai Health Center in 2021. This design is an analytical survey with a Cross Sectional approach. The population in this study was based on the number of elderly people at the Barabai Health Center with a total of 2,900 people. The sampling technique used was random sampling with a sample size of 96 people using the Slovin formula. While the processing and data analysis using the Chi square test. The results of this study found that the incidence of hypertension in the elderly was 69 people (71.1%) and 28 people did not have hypertension (28.9%). The results of this study indicate that there is a relationship between smoking behavior (p-value = 0.000), there is a relationship between salt consumption (p-value = 0.000), there is no relationship between smoking behavior (p-value = 0.033) and there is no relationship between consumption coffee (-value = 0.267). with the incidence of hypertension in the elderly at the Barabai Health Center. For the elderly, it is expected that routine health checks and hypertension drugs can be obtained with a doctor's prescription so that complications due to hypertension can occur.

Keywords: *Hypertension Incidence, Salt Consumption, Knowledge*

PENDAHULUAN

Lansia merupakan salah satu kelompok yang rentang dalam keluarga. Berdasarkan data Riskesdes 2018, penyakit tidak menular yang terbanyak diderita oleh lansia adalah hipertensi (tekanan darah tinggi), penyakit sendi, penyakit jantung, diabetes melitus (penyakit gula), stroke, gagal ginjal, kanker.

Menurut Laporan World Population Prospect Tahun 2017 menyebutkan bahwa populasi lanjut usia (lebih dari 60 tahun) diperkirakan mengalami peningkatan dari 962 juta di seluruh dunia pada tahun 2017 menjadi 2,1 miliar pada tahun 2050 dan 3,1 miliar pada tahun 2100 (United Nations, 2017). Jumlah lansia yang besar tidak akan menjadi masalah apabila sebagian besar lansia tersebut dalam kondisi sehat. Kerugian dan beban berat bagi bangsa dan negara apabila lansia yang berjumlah besar tersebut mengalami berbagai penyakit dan gangguan kesehatan. Oleh karena itu, harus dilakukan upaya yang tepat, sistematis dan efektif (Kemenkes RI., 2018).

Menurut Pusat Data dan Informasi, Kemenkes RI, 2016 terdapat 22,6 juta jiwa penduduk lanjut usia di Indonesia dari 255,5 juta jiwa populasi penduduk. Hal ini menunjukkan bahwa Indonesia termasuk negara yang akan memasuki era penduduk menua (aging population) karena jumlah penduduknya yang berusia lanjut diperkirakan mengalami peningkatan dari

22,6 juta jiwa pada tahun 2017 menjadi 28,8 juta jiwa pada tahun 2020 (Padila, 2013).

Usia Harapan Hidup (UHH) di Indonesia mengalami peningkatan dari 68,6 tahun menjadi 70,8 tahun dan diproyeksi tahun 2030-2035 mencapai 72,2 tahun (Kemenkes RI., 2016). Menurut Tamher (2011), Peningkatan Usia Harapan Hidup (UHH) penduduk lansia di Indonesia berdampak pada meningkatnya gangguan kesehatan yang dialami lanjut usia. Berbagai kondisi penyakit yang sering menyertai lanjut usia, salah satunya adalah hipertensi. Pada usia lanjut tekanan darah akan cenderung tinggi sehingga lansia lebih besar beresiko terjadinya hipertensi. Hipertensi merupakan tekanan darah melebihi batas normal. Tekanan darah yang normal adalah 120/80 mmHg (Nurrahmani, 2012).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2013, penyakit yang banyak ditemukan pada lansia adalah hipertensi (57,6%), artritis (51,9%), stroke (46,1%), masalah gigi dan mulut (19.1%), penyakit paru obstruktif menahun (8,6%), dan diabetes mellitus (4,8%).Prevalensi hipertensi menurut Pinson (2009) semakin meningkat sesuai peningkatan usia. Hipertensi lebih banyak menyerang setengah baya pada usia 55-64 tahun. Prevalensi hipertensi meningkat sampai 50% setelah umur 69 tahun. Menurut Depkes (2013) prevalensi lansia yang menderita hipertensi di Indonesia tahun 2011 pada kelompok usia 45-64 tahun mencapai 4,02% dan pada kelompok usia >65 tahun mencapai angka 5,17%. Hipertensi pada lansia mempunyai prevalensi yang tinggi, pada usia diatas 65 tahun didapatkan antara 60-80%. Sekitar 60% hipertensi pada usia lanjut adalah hipertensi sistolik terisolasi (Isolated Systolic Hypertension) dimana terdapat kenaikan tekanan darah sistolik disertai penurunan tekanan darah diastolik. Peningkatan tekanan darah sistolik disebabkan terutama oleh kekakuan arteri atau berkurangnya elastisitas aorta (Manurung, 2018).

Salah satu penyebab kejadian hipertensi adalah gaya hidup yang kurang sehat. Gaya hidup dapat diklasifikasikan menjadi beberapa komponen yang berkaitan dengan kejadian hipertensi yaitu terdiri dari minum kopi, merokok, merawat berat badan tetap ideal, aktif beraktivitas dan minum alkohol. Hal-hal tersebut dapat menyebabkan terjadinya hipertensi dimana merokok dapat merusak jantung dan sirkulasi darah dan meningkatkan resiko penyakit jantung dan stroke, merawat badan tetap ideal yaitu aktif beraktivitas dapat melindungi dari penyakit hipertensi, selain itu aktif beraktivitas secara teratur dapat membantu menurunkan tekanan darah dan memperbesar penurunan berat badan dan batasi minum alkohol karena apabila seseorang minum alkohol berlebihan tidak hanya meningkatkan tekanan darah tetapi juga menaikkan berat badan. Selain itu, mengkonsumsi alkohol berlebih dapat menyebabkan resistensi pada terapi antihipertensi dan berisiko terjadinya beberapa penyakit lain seperti stroke dan jantung (Yusuf, 2008). Gaya hidup merupakan faktor terpenting yang sangat mempengaruhi kehidupan masyarakat. Gaya hidup yang tidak sehat, dapat menyebabkan terjadinya penyakit hipertensi, misalnya makanan, aktifitas fisik, stres, dan merokok (Puspitorini, 2009).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif yang perlu diwaspadai bagi kesehatan karena tidak terdapat tanda-tanda atau gejala yang dapat dilihat dari luar, akan tetapi dapat menyebabkan komplikasi pada organ tertentu (WHO, 2011).Tekanan darah yang tinggi tidak dapat diabaikan begitu saja kerena dapat menimbulkan komplikasi. Semakin tinggi tekanan dalam pembuluh darah, maka semakin keras jantung harus bekerja untuk memompa darah. Apabila dibiarkan tidak terkendali, hipertensi dapat menyebabkan serangan jantung, pembesaran jantung dan gagal jantung. Dalam pembuluh darah dapat terbentuk tonjolan (aneurisma) dan dapat membentuk thrombus yang dapat menyumbat aliran darah. Tekanan di dalam pembuluh darah juga dapat menyebabkan darah bocor keluar ke otak yang menyebabkan 4 terjadinya stroke. Hipertensi dapat juga menyebabkan gagal ginjal, kebutaan, pecahnya pembuluh darah dan gangguan kognitif (WHO, 2013). WHO (2013) menyebutkan bahwa satu dari tiga orang dewasa di seluruh dunia memiliki tekanan darah tinggi dan peningkatan tersebut terjadi seiring dengan bertambahnya usia, yaitu satu dari sepuluh orang berusia 20-an dan 30-an sampai lima dari sepuluh orang berusia 50-an. Penyakit terbanyak pada usia lanjut berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 adalah hipertensi. Dengan prevalensi 45,9% pada usia 55-64 tahun, 57,6% pada usia 65 tahun, 74% dan 63,8% pada usia ≥ 75 tahun (Infodatin Kemenkes RI, 2016).

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, 2016). Berdasarkan Global Status Report on Noncommunicable Disease tahun 2010 dari WHO menunjukkan bahwa sebesar 40% negara berkembang mengalami hipertensi. Afrika merupakan kawasan dengan penderita hipertensi paling tinggi dengan persentase sebanyak 46%, kemudian Asia Tenggara dengan persentase sebanyak 36% dan kawasan Amerika dengan persentase kejadian hipertensi sebanyak 35%. Di kawasan Asia Tenggara prevalensi hipertensi menyentuh angka sebesar 37% dengan kontribusi di antaranya adalah Thaiand 34,2%, Singapura 34,6%, Malaysia 38% dan Brunei Darussalam sebesar 34,4% (Estiningsih, 2012). World Health Organization (WHO) memperkirakan jumlah hipertensi di seluruh dunia sekitar 1 milyar dan terus meningkat setiap tahunnya. Dari jumlah tersebut, 2/3 diantaranya berada di negara berkembang. Indonesia berada di urutan ke 5 negara dengan penderita hipertensi terbanyak.

Prevalensi hipertensi di Indonesia terus mengalami peningkatan. Pada tahun 2013 prevalensi hipertensi sebesar 25,8%. Menurut data provinsi, prevalensi hipertensi tertinggi terdapat di Bangka Belitung sebesar 30,9%, lalu diikuti Kalimantan Selatan yaitu sebesar 30,8%, Kalimantan Timur (29,6%) dan Jawa Barat (29,4%). Kalimantan Selatan menduduki peringkat kedua untuk penyakit Hipertensi dan Hanya mempunyai selisih (0,1%) dari peringkat tertinggi hipertensi (Riskesdas, 2013). Data penderita hipertensi lansia pada bulan Januari – Juni tahun 2021 Puskesmas Pandawan 187 orang, Puskesmas Kubur Jawa 253 orang, Puskesmas Durian Gantang 202 orang, sedangkan Puskesmas Barabai 429 orang.

Berdasarkan studi pendahuluan di Poli lansia Puskesmas Barabai diketahui dari 10 responden yang hipertensi sejumlah 8 orang (80%) dan yang tidak hipertensi sejumlah 2 orang (20%). Di Puskesmas Barabai juga dilakukan pemantauan kesehatan lanjut usia serta pelayanan pengobatan rawat jalan para lansia yang melakukan pengobatan banyak yang menderita hipertensi.

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Barabai Tahun 2021".

METODE

Penelitian ini menggunakan metode analitik yaitu survey penelitian yang menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan itu terjadi dengan pendekatan cross sectional yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor risiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (point time approach) artinya tiap subjek penelitian hanya diobservasi sekali saja (Notoatmodjo, 2013).

Populasi dalam penelitian ini adalah semua penduduk lanjut usia yang berusia 60 tahun keatas yang tercatat di poli lansia Puskesmas Barabai sebanyak 2900 orang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah Random Sampling yaitu pengambilan sampel secara random atau acak, teknik random sampling ini digunakan apabila setiap unit atau anggota populasi itu bersifat homogen atau diasumsikan homogen, hal ini berarti setiap anggota populasi itu mempunyai kesempatan yang sama untuk diambil sebagai sampel. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner. Cara pengolahan data meliputi *editing, coding, scoring, entry, tabulating, cleaning*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Gambaran Karakteristik Responden

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia di Puskesmas Barabai tahun 2021

No.	Usia	N	%
1.	≤ 65 tahun	54	55,7
2.	66 - 75 tahun	35	36,1
3.	76 - 90 tahun	8	8,2
4.	> 90 tahun	0	4,7
	Jumlah	97	100

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa Usia mayoritas adalah berusia ≤ 65 tahun sebanyak 54 orang (55,7%).

Analisis Univariat

Tabel 2 Distribusi frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian Hipertensi pada lansia di Puskesmas Barabai tahun 2021

No.	Kejadian Hipertensi	N	%
1.	Hipertensi	64	71,1
2.	Tidak Hipertensi	28	28,9
	Jumlah	97	100

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa mayoritas responden lansia mengalami hipertensi sebanyak 69 orang (71,1%).

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan pada lansia di Puskesmas Barabai tahun 2021

No.	Pengetahuan	n	%
1.	Kurang	56	67,0
2.	Cukup	26	26,8
3.	Baik	6	6,2
	Jumlah	97	100

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa mayoritas responden pengetahuan kurang sebanyak 65 orang (67,0%).

Tabel 4 Distribusi frekuensi Responden Berdasarkan Konsumsi Garam pada lansia di Puskesmas Barabai tahun 2021

No.	Konsumsi Garam	n	%
1.	Tinggi	68	70,1
2.	Normal	29	29,9
	Jumlah	97	100

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa konsumsi garam pada lansia mayoritas adalah responden yang konsumsi garam tinggi sebanyak 68 orang (70,1%).

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Perilaku Merokok pada lansia di Puskesmas Barabai tahun 2021

No.	Perilaku Merokok	n	%
1.	Merokok	10	10,3
2.	Tidak Merokok	87	89,7
	Jumlah	97	100

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa Perilaku merokok pada lansia mayoritas adalah tidak merokok sebanyak 87 orang (89,7%).

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Konsumsi Kopi pada lansia di Puskesmas Barabai tahun 2021

No	Konsumsi Kopi	N	%
1	Sedang	1	1,0
2	Ringan	24	24,7
3	Tidak Minum Kopi	72	74,2
	Jumlah	97	100

Berdasarkan tabel 4.7 diketahui bahwa mayoritas responden yang tidak minum kopi sebanyak 72 orang (74,2%).

Analisis Bivariat

Tabel 12 Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Barabai tahun 2021

Pengetahuan	Kejadian Hipertensi pada Lansia					
	Hipertensi		Tidak Hipertensi		Jumlah	
	n	%	N	%	N	%
Kurang	58	89,2	7	10,8	65	100
Cukup	11	42,3	15	57,7	26	100
Baik	0	0,0	6	100	6	100
Total	69	71,1	28	28,9	97	100
p-value = 0,000						

Berdasarkan tabel diatas diperoleh hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan lansia kurang dan mengalami hipertensi sebanyak 58 orang (89,2%), pengetahuan lansia cukup dan mengalami hipertensi sebanyak 11 orang (42,3%).

Berdasarkan statistik dengan menggunakan uji chi square diperoleh ρ-value = 0,000 (ρ < a) maka Ho ditolak, artinya ada hubungan pengetahuan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Barabai tahun 2021.

Tabel 13 Hubungan Konsumsi Garam dengan kejadian Hipertensi pada lansia di Puskesmas Barabai tahun 2021

Konsumsi Garam	Kejadian Hipertensi pada Lansia					
	Hipertensi		Hipertensi		Hipertensi	
	N	n	N	n	n	n
Tinggi	66	97,1	2	2,9	68	100
Normal	7	10,3	26	89,7	29	100
Total	30	71,1	28	28,9	97	100
p-value = 0,000						

Berdasarkan tabel diatas diperoleh hasil penelitian menunjukkan bahwa konsumsi garam lansia tinggi dan mengalami hipertensi sebanyak 66 orang (97,1%), sedangkan komsumsi garam lansia normal dan mengalami hipertensi sebanyak 3 orang (10,3%).

Berdasarkan statistik dengan menggunakan uji chi square diperoleh ρ-value = 0,000 (ρ < a) maka Ho ditolak, artinya ada hubungan konsumsi garam dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Barabai tahun 2021.

Tabel 14 Hubungan Perilaku Merokok dengan kejadian Hipertensi pada lansia di Puskesmas Barabai tahun 2021

Perilaku Merokok	Kejadian Hipertensi pada Lansia					
	Hipertensi		Hipertensi		Hipertensi	
	N	n	N	n	n	n
Merokok	10	100	0	0	10	100
Tidak Merokok	59	67,8	28	32,2	87	100
Total	69	71,1	28	28,9	97	100
p-value = 0,058						

Berdasarkan tabel diatas diperoleh hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku merokok pada lansia dan mengalami hipertensi sebanyak 10 orang (100%) sedangkan lansia yang tidak merokok dan mengalami hipertensi sebanyak 59 orang (67,8%).

Berdasarkan statistik dengan menggunakan uji chi square diperoleh ρ-value = 0,058 (ρ > a) maka Ho diterima, artinya tidak ada hubungan perilaku merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Barabai tahun 2021.

Tabel 15 Hubungan antara Konsumsi Kopi dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Barabai tahun 2021

Konsumsi Kopi	Kejadian Hipertensi pada Lansia					
	Hipertensi		Tidak Hipertensi		Jumlah	
	n	%	N	%	N	%
Sedang	0	0	1	100	1	100
Ringan	18	75,0	6	25,0	24	100
Tidak Minum kopi	51	70,8	21	29,2	72	100
Total	69	71,1	28	28,9	97	100
p-value = 0,267						

Berdasarkan tabel diatas diperoleh hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia dengan konsumsi kopi ringan dan mengalami hipertensi sebanyak 18 orang (75,0%), sedangkan konsumsi kopi lansia yang tidak minum kopi dan hipertensi sebanyak 51 orang (70,8%).

Berdasarkan statistik dengan menggunakan uji chi square diperoleh ρ-value = 0,267 (ρ > a) maka Ho diterima, artinya tidak ada hubungan konsumsi kopi dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Barabai tahun 2021.

PEMBAHASAN

Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Barabai tahun 2021

Hasil penelitian yang dilakukan dengan menggunakan kuesioner tentang apakah ada hipertensi pada lansia di Puskesmas Barabai tahun 2021.

Responden Lansia mengalami kejadian hipertensi sebanyak 69 orang (71,1%) dan tidak mengelami kejadian hipertensi sebanyak 28 orang (28,9%).

Hipertensi suatu penyakit tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan kronis yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah pada dinding pembuluh darah atreri. Keadaan tersebut mengakibatkan jantung bekerja lebih keras untuk mengedarkan darah ke seluruh tubuh melalui pembuluh darah (Yanita, 2017).

Resiko yang tidak dapat dimodifikasi umur yaitu dengan bertambahnya umur, risiko mengalami hipertensi menjadi lebih besar. Riwayat keluarga (genetik) risiko yang dapat dimodifikasi

yaitu kegemukan (obesitas), merokok, kurang aktivitas fisik, diet tinggi lemak, konsumsi garam berlebih, dislipidemia, konsumsi alkohol berlebih, psikososial dan stres (Kemenkes RI, 2016).

Dalam variabel kejadian hipertensi pertanyaan yang diajukan kepada responden untuk mengetahui kejadian hipertensi. Dari 97 Dapat diasumsikan bahwa tidak semua lansia mengalami hipertensi. Ada responden yang tidak mengalami kejadian hipertensi sebanyak 28 responden dan lansia mengalami kejadian hipertensi sebanyak 69 responden.

Pengetahuan

Hasil penelitian dari 97 responden, didapat bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 6 orang (6,2%), pengetahuan cukup sebanyak 26 orang (26,8%), dan pengetahuan kurang sebanyak 65 orang (67,0%). Terlihat bahwa pengetahuan lansia yang kurang hal ini disebabkan karena responden hanya berada pada tingkat tahu dan belum sampai memahami terhadap suatu materi yang berkaitan dengan kejadian hipertensi (Notoatmodjo, 2003).

Dalam variabel penelitian pengetahuan ini terdapat 10 pertanyaan yang diajukan penulis kepada responden untuk mengetahui pengetahuan responden tentang hipertensi. Dari 10 pertanyaan yang yang paling banyak salah dari seluruh responden yang menjawab adalah pada pertanyaan nomor 4 tentang usia yang berisiko tinggi terkena penyakit hipertensi yaitu dari 97 responden yang menjawab benar 24 responden. Dapat disimpulkan bahwa responden banyak yang belum memahami usia resiko tinggi terkena penyakit hipertensi dapat menyebabkan kematian. Dan dari 10 pernyataan tesebut pernyataan yang paling banyak benar dijawab oleh responden adalah pernyataan nomor 1 tentang pengertian hipertensi yaitu dari 97 responden yang menjawab benar 97 responden.

Pengetahuan dipengaruhi oleh multifaktor seperti tingkat pendidikan, peran penyuluh kesehatan, akses informasi yang tersedia dan keinginan untuk mencari informasi dari berbagai media. Kejadian Hipertensi sangat dipengaruhi oleh pengetahuan lansia terhadap kejadian hipertensi. Penilaian terhadap pengetahuan responden didasarkan pada pemahaman lansia terhadap pengertian. Penyebab, pencegahan, gejala dan kebiasaan pada lansia.

Disarankan untuk pihak puskesmas untuk meningkatkan program pelaksanaan kesehatan, khususnya deteksi dini penyakit hipertensi sehingga dapat dilakukan program penanggulangan secara cepat untuk menghindari hipertensi yang lebih parah. Diharapkan masyarakat mengikuti program Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS), yang berfokus pada tiga kegiatan, yaitu: melakukan olahraga 30 menit perhari, mengonsumsi

buah dan sayur dan memeriksakan kesehatan secara rutin.

Konsumsi Garam

Hasil penelitian diketahui bahwa responden yang konsomsi garam normal sebanyak 29 orang (29,9%), dan responden yang konsumsi garam tinggi sebanyak 68 orang (70,1%).

Garam dapur mengandung natrium sekitar 40% sehingga dapat menaikkan tekanan darah. Pada kondisi garam berlebihan (normal tubuh manusia mengkonsumsi tidak boleh lebih dari 2400 mg/hari) garam tersebut dapat tubuh menahan terlalu banyak air sehingga volume cairan darah akan meningkat tanpa disertai penambahan ruang pada pembuluh darah, yang akibatnya akan menambah tekanan darah dalam pembuluh darah (Berita Kesehatan PT. Asuransi jiwa Bakrie, 2006).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian dari Sulistiyowati dalam penelitian yang berjudul "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Kampung Botton Kelurahan Magelang Kecamatan Magelang Tengah Kota Magelang 2009 " dengan variabel konsumsi garam didapat yang menyatakan ada hubungan antara konsumsi garam dengan kejadian hipertensi.

Adanya hubungan antara konsumsi garam dengan hipertensi dikampung Botton Kelurahan Magelang Tengah Kota Magelang (OR = 0,438).

Perilaku Merokok

Dari hasil penelitian diketahui bahwa responden yang tidak merokok sebanyak 87 orang (89,7%) dan responden yang merokok sebanyak 10 orang (10,3%).

Merokok merupakan kebiasaan yang memiliki daya merusak cukup besar terhadap kesehatan. Hubungan antara merokok dengan berbagai macam penyakit seperti kanker paru, penyakit kardiovaskuler, risiko terjadinya neoplasma laryng, esophagus. Banyak pengetahuan tentang bahaya rokok, meskipun semua orang tahu bahaya merokok, perilaku merokok tampaknya merupakan perilaku yang masih ditoleransi oleh masyarakat (Depkes, 2008).

Dalam variabel perilaku merokok terdapat 1 pertanyaan yang diajukan kepada responden. Dari 97 responden yang menjawab merokok sebanyak 10 responden dan yang tidak merokok 87 responden. Dapat disimpulkan bahwa banyaknya responden yang tidak merokok dengan jenis kelamin perempuan 48 orang (49,5%).

Konsumsi Kopi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsumsi kopi lansia ringan dan mengalami hipertensi sebanyak 18 orang (75,0%). sedangkan yang tidak minum kopi dan hipertensi sebanyak 51 orang (70,8%). Dapat disimpulkan banyaknya responden yang tidak minum kopi dan hipertensi karena responden sudah mulai sadar akan penyebab dari minum kopi terhadap kejadian hipertensi tetapi tidak hanya disebabkan oleh kebiasaan minum kopi namun dapat disebabkan oleh faktor lain dan paling sering adalah faktor genetik atau hereditas serta usia.

Kafein dapat menyebabkan peningkatan dalam tekanan darah bahkan jika tidak memiliki tekanan darah tinggi. Tidak jelas apa yang menyebabkan lonjakan tekanan darah ini. Beberapa peneliti percaya bahwa kafein dapat memblokir hormon yang membantu menjaga pembuluh darah melebar. Peneliti lain beranggapan bahwa kafein menyebabkan kelenjar adrenalin melepaskan lebih banyak adrenalin, yang menyebabkan tekanan darah meningkat. Bagi beberapa orang yang mengkonsumsi secara teratur minuman berkafein memiliki tekanan darah rata-rata lebih tinggi dibandingkan dengan yang tidak mengkonsumsi. Orang yang secara teratur mengkonsumsi kafein dapat mengembangkan toleransi terhadap kafein. Akibatnya, kafein tidak memiliki efek jangka panjang pada tekanan darah (Sheldon, 2019).

Seiring berjalannya waktu tubuh menjadi toleran terhadap efek stimulan kafein dalam kopi sehingga tidak menimbulkan peningkatan tekanan darah. Jadi, meskipun banyak penelitian yang mengatakan bahwa ada hubungan antara kebiasaan minum kopi dengan tekanan darah perlu ditinjau kembali secara secara spesifik seperti dosis atau takaran kopi yang adanya riwayat hipertensi yang mengakibatkan peningkatan tekanan darah.

Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian Hipertensi pada lansia di Puskesmas Barabai tahun 2021

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 97 responden yang memiliki pengetahuan kurang dan mengalami hipertensi sebanyak 58 orang (89,2%), pengetahuan cukup dan mengalami hipertensi sebanyak 11 orang (42,3%).

Menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan kurang dan yang tidak mengalami hipertensi sebanyak 7 orang (10,8%), pengetahuan cukup dan tidak mengalami hipertesi sebanyak 15 orang (57,7%), sedangkan pengetahuan baik dan tidak mengalami hipertensi sebanyak 6 orang (100%).

Berdasarkan statistik dengan menggunakan uji chi square diperoleh ρ-value = 0,000 ($\rho < a$) maka Ho ditolak, artinya ada hubungan pengetahuan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Barabai tahun 2021.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian dari Fynce Sonifati Daeli 2017 dalam penelitian yang berjudul "Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Pasien Hipertensi Dengan Kejadian Hipertensi Di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Selatan Kota Gunungsitoli Tahun 2017" dengan variabel pengetahuan

didapat yang menyatakan menunjukkan variabel yang berhubungan dengan kejadian hipertensi adalah pengetahuan.

Hubungan Konsumsi Garam dengan Kejadian Hipertensi pada lansia di Puskesmas Barabai tahun 2021

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 97 responden yang memiliki konsumsi garam tinggi dan mengalami hipertensi sebanyak 66 orang (97,1%), sedangkan yang konsumsi garam normal dan mengalami hipertensi sebanyak 3 orang (10,3%).

Menunjukkan bahwa responden yang konsumsi garam tinggi dan yang tidak mengalami hipertensi sebanyak 2 orang (2,9%), sedangkan yang konsumsi garam normal dan tidak mengalami hipertensi sebanyak 26 orang (89,7%).

Berdasarkan statistik dengan menggunakan uji chi square diperoleh ρ-value = 0,000 (ρ < a) maka Ho ditolak, artinya ada hubungan konsumsi garam dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Barabai tahun 2021.

Hubungan Perilaku Merokok dengan Kejadian Hipertensi pada lansia di Puskesmas Barabai tahun 2021

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 97 responden yang memiliki perilaku merokok dan mengalami hipertensi sebanyak 10 orang (100%), sedangkan yang tidak merokok dan mengalami hipertensi sebanyak 59 orang (67,8%).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku merokok pada lansia dan mengalami hipertensi sebanyak 10 orang (100,0%), sedangkan perilaku lansia yang tidak merokok dan mengalami hipertensi sebanyak 59 orang (67,8%).

Berdasarkan statistik dengan menggunakan uji chi square diperoleh ρ-value = 0,058 (ρ > a) maka Ho diterima, artinya tidak ada hubungan perilaku merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Barabai tahun 2021.

Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian dari dalam Tomy Pradigdo 2019 penelitian Yang Berjudul "Hubungan Perilaku Merokok Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Laki-Laki Usia 60-70 Tahun di desa jenangan kecamatan jenangan" didapat variabel merokok yang menyatakan Tidak ada hubungan antara perilaku merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia umur 60-70 tahun di desa jenangan kecamatan jenangan.

Hubungan Konsumsi Kopi dengan Kejadian Hipertensi pada lansia di Puskesmas Barabai tahun 2021

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 97 responden yang memiliki konsumsi kopi ringan mengalami hipertensi sebanyak 18 orang (75,0%), sedangkan yang tidak minum kopi dan hipertensi sebanyak 51 orang (70,8%).

Menunjukkan bahwa responden yang memiliki konsumsi kopi sedang dan tidak terkena hipertensi sebanyak 1 orang (100,0%), yang memilik konsumsi kopi ringan dan tidak terkena hipertensi sebanyak 6 orang (25,0%), sedangkan yang tidak minum kopi dan tidak terkena hipertensi sebanyak 21 orang (29,2%).

Berdasarkan statistik dengan menggunakan uji chi square diperoleh ρ-value = 0,282 (ρ > a) maka Ho diterima, artinya tidak ada hubungan konsumsi kopi dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Barabai tahun 2021.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Barabai dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut : 1. Kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Barabai sebanyak 69 orang (71,1%), dan tidak mengalami kejadian hipertensi sebanyak 28 orang (28,9%); 2. Pengetahuan responden tentang hipertensi pada lansia di Puskesmas Barabai, responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 6 orang (6,7%), pengetahuan cukup sebanyak 26 orang (26,8%), dan pengetahuan kurang sebanyak 65 orang (67,0%); 3. Konsumsi garam responden pada lansia di Puskesmas Barabai, responden yang memiliki konsumsi garam tinggi sebanyak 68 orang (70,1%), dan yang konsumsi garam normal sebanyak 29 orang (29,9%); 4. Perilaku merokok responden pada lansia di Puskesmas Barabai, responden yang memiliki perilaku merokok sebanyak 10 orang (10,3%), yang memiliki perilaku tidak merokok sebanyak 87 orang (89,7%); 5. Konsumsi kopi responden pada lansia di Puskesmas Barabai, responden dengan konsumsi kopi sedang sebanyak 1 orang (1,0%), dengan konsumsi kopi ringan sebanyak 24 orang (24,7%), dan yang tidak minum kopi sebanyak 72 orang (74,2%); Ada hubungan pengetahuan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Barabai ρ-value = 0,000; Ada hubungan konsumsi garam dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Barabai ρ-value = 0,000; Tidak ada hubungan perilaku merokok dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Barabai ρ-value = 0,058; Tidak ada hubungan konsumsi kopi dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Barabai ρ-value = 0,267.

Saran : Bagi Lansia Diharapkan responden kontrol kesehatan rutin dan mendapatkan obat hipertensi dengan resep dokter sehingga dapat meminimalkan terjadinya komplikasi akibat hipertensi. Selain itu, diharapkan lansia dapat menghindari rokok dan asap rokok, dan dapat mengurangi makanan yang berminyak, makanan bersantan dan makanan yang asin yang dapat memicu kejadian hipertensi; Bagi Puskesmas, Hendaknya melakukan kegiatan atau hal-hal yang dapat mendukung lansia hipertensi memiliki penatalaksanaan hipertensi yang lebih baik, seperti dengan penyuluhan tentang penatalaksanaan hipertensi terutama untuk kontrol rutin dan mendapatkan obat antihipertensi sesuai dengan resep dokter, penyuluhan tentang hipertensi seperti diet hipertensi,

dll. Selain itu, puskesmas hendaknya melakukan home care dikarenakan beberapa lansia hipertensi tidak dapat periksa kesehatan di puskesmas dengan alasan adanya keterbatasan seperti stroke dan tidak ada keluarga yang mengantar ke pelayanan kesehatan; Bagi Peneliti Selanjutnya, Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai rujukan penelitian selanjutnya dan diganti dengan variabel yang lain seperti tentang tingkat stres dengan kejadian hipertensi, aktifitas fisik, tingkat kepatuhan minum obat hipertensi, perilaku diet hipertensi.

.

REFERENSI

Abdul Muhith dan Sandu Siyoto. 2016. Pendidikan Keperawatan Gerontik. Yogyakarta: Andi Offset.

Arikunto, S. 2012. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta : PT. Rineka Cipta.

Beevers, 2002. Tekanan Darah, Seri Kesehatan. Jakarta: Dian Rakyat.

Budiman, Hendra. 1999. Peranan Gizi Pada Pencegahan Dan Penanggulangan Hipertensi. Jakarta: Medika No. 12 XXV.

Bustan M.N., 1997. Epidemiologi Penyakit Tidak Menular. Jakarta: Rineka Cipta.

Depkes RI. 2002. Pedoman Pengelolaan Kegiatan Kesehatan di Kelompok Usia Lanjut, Jakarta.

_____. 2006. Pedoman Pelaksanaan Pemantauan Garam Beryodium. Direktorat Bina Gizi Masyarakat. Jakarta

Gunawan, Lany. 2001. Hipertensi Tekanan Darah Tinggi. Penerbit Kanisius

Irianto, et al. 2014. Penyakit Hipertensi dan Pencegahannya. Jakarta: EG.

Kemenkes RI. 2013. Riset Kesehatan Dasar 2013. Laporan Nasional 2013, 1–384. http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2013/Laporan_riskesdas_2013_final.pdf (diakses 15 Oktober 2021).

_____. 2016. Buku Kesehatan Lanjut Usia. Jakarta: Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat.

_____. 2018. Pedoman Untuk Puskesmas Dalam Pemberdayaan Lanjut Usia. Jakarta: Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat.

_____. 2018. Manurung. (2018). Keperawatan Medikal Bedah Konsep Mind Mapping dan NANDA NIC NOC Jilid 1. Jakarta Puspitorini, 2009.

_____. 2019. Buku Untuk Kader Seri Kesehatan Lanjut Usia. Jakarta: Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat.

_____. 2019. Materi Komunikasi, Informasi, dan Edukasi Pedoman Untuk Puskesmas Dalam Pemberdayaan Lanjut Usia. Jakarta: Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat.

Laili, Agustina. 2016. Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Merokok Anggota Keluarga Terhadap Kejadian Ispa Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Beruntung Raya Kota Banjarmasin Tahun 2020. Skripsi-FKM Universitas Islam Kalimantan MAB Banjarmasin. (diakses 20 November 2021).

Merryana, dkk. 2012. Peranan Gizi Dalam Siklus Kehidupan. Jakarta : Kencana Prenada Media Group

Mesi, Susistri. 2012. Hubungan Konsumsi Kopi Dan Makanan Bersantan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Tanjung Kemuning Kabupaten Kaur Tahun 2016. Skripsi-STIKES Dehasen Bengkulu.(diakses 12 Oktober 2021).

Munandar, As. 2001. Psikologi Industri dan Organisasi. Jakarta: Penerbit UI.

Notoatmodjo, S. 2005. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.

_____. 2007. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta : Rineka Cipta

_____. 2011. Kesehatan Masyarakat : Ilmu dan Seni. Jakarta: Rineka Cipta.

_____. 2013. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.

_____. 2018. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.

Nurrahmani. 2012. Stop Hipertensi. Jogjakarta: Familia.

Padila. 2013. Buku Ajar Keperawatan Gerontik. Yogyakarta: Nuha Medika.

R. Siti Mariam, dkk. Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya. Jakarta: Salemba Medika.

Slamet, Juli Soemirat. 2002. Kesehatan Lingkungan. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press

Sunaryo. 2015. Asuhan Keperawatan Gerontik. Yogyakarta: Andi Offset.

Sugiyono. 2013. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta.CV.

Uniska, Fkm. 2017 . Pedoman Penulisan Skripsi E(disi 4. Banjarmasin : Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari

United Nations. World Population Prospects : The 2017 Revisions.

Wildan, Setyanto. 2013. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Desa Plandi Kabupaten Jombang Tahun 2017. Skripsi-STIKES Insan Cendikia Medika Jombang. (diakses 7 Oktober 2021).

Wiratakusumah, Emma S. 2001. Menu Sehat Untuk Lansia. Jakarta: Puspaswara.