

**ANALISIS KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DITINJAU DARI  
ASPEK RIWAYAT KELUARGA DAN STATUS GIZI DI PUSKESMAS  
KUIN RAYA BANJARMASIN TAHUN 2019**

**ANALYSIS OF HYPERTENSION EVENTS IN ELDERLY ASSESSED  
FROM THE ASPECT OF FAMILY HISTORY AND NUTRITIONAL  
STATUS IN PUSKESMAS KUIN RAYA BANJARMASIN 2019**

**Zuhrupal Hadi, Mahmudah**  
Email : [zuhrupalhadi@gmail.com](mailto:zuhrupalhadi@gmail.com)

**ABSTRAK**

Hipertensi merupakan masalah besar tidak hanya di negara barat akan tetapi juga di Indonesia. Bila tidak diatasi, tekanan darah tinggi akan mengakibatkan jantung bekerja keras hingga pada suatu saat akan terjadi kerusakan yang serius. Pada jantung otot jantung akan menebal (*hipertrofi*) dan mengakibatkan fungsinya sebagai pompa menjadi terganggu, selanjutnya jantung akan mengalami dilatasi dan kemampuan kontraksinya berkurang (Muhammadun, 2010). Penelitian ini bertujuan untuk Menganalisis kejadian Hipertensi yang di tinjau daripada Aspek Riwayat Keluarga Dan Status Gizi Pada Lansia Di Puskesmas Kuin Raya Banjarmasin Tahun 2019. Jenis penelitian bersifat survei analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel sebanyak 84 responden. Hasil pengumpulan data dianalisis dengan menggunakan statistik univariat, bivariat, dengan uji *chi square* dengan dibantu perangkat komputer. Hasil analisis diperoleh Distribusi Frekuensi Kejadian Hipertensi didapatkan sebagian besar responden mengalami Hipertensi (64,3%). Variabel yang mempunyai hubungan dengan hipertensi pada lansia adalah riwayat keluarga (*p value* = 0,000) dan status gizi (*p value* = 0,000). Dalam mencegah kejadian hipertensi pada lansia diperlukan usaha atau kegiatan yang mengarah kepada penurunan berat badan. Riwayat keluarga salah satu faktor risiko hipertensi yang tidak dapat dirubah akan tetapi kita bisa mengontrol tekanan darah dengan melakukan kebiasaan olahraga seminggu 3 kali dalam 30 menit sehingga dapat menurunkan berat badan pada lansia dan dapat membuat aliran darah berjalan secara normal.

Kata kunci : Lansia, Hipertensi, riwayat keluarga.

**ABSTRACT**

Hypertension is a big problem not only in western countries but also in Indonesia. If not addressed, high blood pressure will cause the heart to work hard until one day there will be serious damage. At the heart of the heart muscle will thicken (hypertrophy) and cause its function as a pump to be disrupted, then the heart will experience dilation and contraction ability is reduced (Muhammadun, 2010). his study aims to analyze the incidence of hypertension, which is reviewed rather than the aspect of family history and nutritional status in the elderly at the Banjarmasin

Quin Raya Health Center in 2019. This type of research is analytical survey with cross sectional approach. The number of samples is 84 respondents. The results of data collection were analyzed using univariate, bivariate statistics, with the chi square test assisted by computer devices. The results of the analysis obtained Frequency Hypertension Distribution found that most respondents experienced Hypertension (64.3). Variables related to elderly in elderly are family history (p value = 0,000) and nutritional status (p value = 0,000). In preventing the occurrence of hypertension in the elderly it takes effort or activity that leads to weight loss. Family history is one of the risk factors for hypertension that cannot be changed but we can control blood pressure by exercising 3 times a week in 30 minutes so that we can lose weight in the elderly and can make blood flow run in the normal

Keywords: Elderly, Hypertension, family history

## **PENDAHULUAN**

Hipertensi sering kali disebut pembunuh gelap (silent killer) karena penderita tidak mengetahui dirinya mengidap hipertensi sebelum memeriksa tekanan darahnya. Padahal jika terjadi hipertensi terus menerus bias memicu stroke, serangan jantung, gagal jantung dan merupakan penyebab utama gagal ginjal kronik. Siapapun bias menderita hipertensi dari berbagai kelompok umur dan kelompok social ekonomi (Wahdah, 2011).

Jika seseorang telah divonis menderita hipertensi, sebaiknya lebih berhati-hati dengan pola makan dan gaya hidup, seperti mengurangi garam, berhenti merokok, rajin olahraga, dan sebagainya. Bisa dikatakan besar kemungkinan

hipertensi yang diderita akan memicu penyakit lainnya, seperti stroke, serangan jantung, gagal jantung, dan gagal ginjal. Patut diketahui bahwa semakin usia bertambah, semakin tinggi pula tekanan darah (Adib, 2009).

Prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat melalui pengukuran pada umur  $\geq 18$  tahun sebesar 25 persen, tertinggi di Bangka Belitung (30,9%) ,diikuti Kalimantan Selatan (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 (Risksdas tahun 2013).

Menurut data Dinas Kesehatan Kota Banjarmasin (2015), menunjukkan bahwa penyakit Hipertensi menjadi urutan pertama dari 20 penyakit terbanyak di Kota Banjarmasin sedangkan Hipertensi yang ada di puskesmas Kuin Raya berada di urutan ke 2 tertinggi dari 26 puskesmas di kota Banjarmasin dengan jumlah penduduk yang mencapai 38.758 jiwa (Dinkes, 2015).

Dari laporan di Puskesmas Kuin Raya diketahui penyakit hipertensi menempati urutan pertama pada sepuluh penyakit terbanyak. Pada tahun 2018 dari Januari - April didapatkan penderita hipertensi pada lansia sebesar 518, dimana pada bulan tersebut terdapat kenaikan yaitu, pada bulan Januari ada 95 orang, Februari 99 orang, Maret 134 orang dan April 190 orang.

Meningkatnya risiko hipertensi karena faktor keturunan tidak dapat dihindari lagi, jika kedua orang tua mengidap hipertensi. Oleh sebab itu, untuk mengurangi risiko hipertensi, anda harus dapat mengontrol faktor – faktor risiko lainnya. Faktor – faktor lain yang mendorong terjadinya hipertensi

antara lain stress, kegemukan (obesitas), pola makan, merokok dan olahraga (Indriyani, 2009).

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian survei analitik dengan desain penelitian *cross sectional* yaitu desain penelitian yang meneliti suatu titik waktu dimana variabel independen (hipertensi), variabel dependen (riwayat keluarga dan status gizi) diteliti sekaligus pada waktu yang sama.

Populasi penelitian ini adalah pasien yang berobat di poli lansia ( $\geq 60$  tahun) di Puskesmas Kuin Raya Banjarmasin pada bulan Januari – April berjumlah 518 orang.

Sampel adalah sebagian dari populasi yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili keseluruhan populasi. Besar sampel penelitian ini adalah ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin dalam (Nursalam, 2007) yaitu sebanyak 84 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *Accidental Sampling* yaitu dengan

mengambil kasus atau responden yang kebetulan ada atau tersedia

disuatu tempat sesuai dengan konteks penelitian (Notoatmodjo, 2010)

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisis Univariat

#### Distribusi frekuensi berdasarkan Kejadian Hipertensi, Riwayat Keluarga dan Status Gizi pada lansia

Variabel yang diteliti	Frekuensi	Persentase
<b>Kejadian Hipertensi</b>		
Tidak Hipertensi	30	35,7
Hipertensi	54	64,3
<b>Riwayat Keluarga</b>		
Tidak Ada	33	39,3
Ada	51	60,7
<b>Status Gizi</b>		
Tidak Obesitas	38	45,2
Obesitas	46	54,8

Distribusi Frekuensi Kejadian Hipertensi didapatkan sebagian besar responden mengalami Hipertensi (64,3%), Riwayat Keluarga didapatkan

sebagian besar responden mempunyai riwayat keluarga (60,7%), Status Gizi didapatkan sebagian besar responden mengalami obesitas (54,8%).

### Analisis Bivariat

Variabel	Kejadian Hipertensi				Total	p value	
	Tidak Hipertensi		Hipertensi				
	n	%	n	%			n
<b>Riwayat Keluarga</b>							
Tidak Ada	20	60,6	13	39,4	33	100	0,000
Ada	10	19,6	41	80,4	51	100	
<b>Status Gizi</b>							
Tidak Obesitas	27	71,1	11	28,9	38	100	0,009
Obesitas	3	6,5	43	93,5	51	100	

Hasil analisis hubungan Menurut Riwayat Keluarga Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Kuin Raya Banjarmasin Tahun 2019

didapatkan bahwa proporsi responden mempunyai riwayat keluarga yang mengalami Hipertensi (80,4 %), persentase lebih besar

dibandingkan yang tidak mempunyai riwayat keluarga (39,4 %). Hasil analisis uji statistik diperoleh *p value* = 0,000 yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara Riwayat Keluarga Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Kuin Raya Banjarmasin Tahun 2019.

Riwayat keluarga dekat yang menderita hipertensi (faktor keturunan) juga mempertinggi risiko terkena hipertensi, terutama pada hipertensi primer (*esensial*). Tentunya faktor genetik ini juga dipengaruhi faktor-faktor lingkungan lain, yang kemudian menyebabkan seorang menderita hipertensi. faktor genetik juga berkaitan dengan metabolisme pengaturan garam dan renin membran sel. Menurut Davidson bila kedua orang tua menderita hipertensi maka sekitar 45% akan turun ke anak-anaknya dan bila salah satu orang tuanya yang menderita hipertensi maka sekitar

30% akan turun ke anak – anaknya (Depkes, 2006).

Hasil analisis hubungan Menurut Status Gizi Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Kuin Raya Banjarmasin Tahun 2019 didapatkan bahwa proporsi responden obesitas yang mengalami Hipertensi (93,5 %), persentase lebih besar dibandingkan yang tidak obesitas (28,9 %). Hasil analisis uji statistik diperoleh *p value* = 0,000 yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara Status Gizi Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Kuin Raya Banjarmasin Tahun 2019

Orang yang memiliki kelebihan berat badan, kegemukan atau obesitas sangat berpotensi terkena hipertensi apabila tidak segera dilakukan upaya penurunan berat badan. Bahkan kegemukan dikatakan sebagai faktor yang merupakan ciri khas terjadinya populasi hipertensi (Rusdi & Isnawati, 2009).

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Distribusi Frekuensi Kejadian Hipertensi didapatkan sebagian besar responden mengalami Hipertensi

(64,3%). Variabel yang mempunyai hubungan dengan hipertensi pada lansia adalah riwayat keluarga (*p*

*value* = 0,000) dan status gizi (*p value* = 0,000).

Dalam mencegah kejadian hipertensi pada lansia diperlukan usaha atau kegiatan yang mengarah kepada penurunan berat badan. Riwayat keluarga salah satu faktor risiko hipertensi yang tidak dapat dirubah akan tetapi kita bisa mengontrol tekanan darah dengan melakukan kebiasaan olahraga

#### DAFTAR PUSTAKA

Adib, M. *Cara Mudah Memahami dan Menghindari Hipertensi, Jantung, dan Stroke*. Yogyakarta : Dianloka Pustak, 2009.

Departemen Kesehatan RI. 2006. *Pedoman Teknis Penemuan Dan Tatalaksana Penyakit Hipertensi*. Jakarta: Ditjen PP dan PL,

Indriyani, Widian Nur. *Deteksi Dini Kolestrol, Hipertensi, dan Stroke*. Jakarta : Milestone, 2009.

Muhammadun AS.2010. *Hidup Bersama Hipertensi Seringai Darah Tinggi Sang*

seminggu 3 kali dalam 30 menit sehingga dapat menurunkan berat badan pada lansia dan dapat membuat aliran darah berjalan secara normal. Hasil ini juga dapat menjadi referensi untuk mencegah terjadinya hipertensi yang disebabkan karena obesitas.

*Pembunuh Sekejap*.  
Jogjakarta: In-Books.

(RISKESDAS) Riset Kesehatan Dasar. 2013. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Departemen Kesehatan, Republik Indonesia

Rusdi, Isnawati Nurlaela.2009.*Awas Anda Bisa Mati Cepat Akibat Hipertensi dan Diabetes*.Yogjakarta: Power Books.

Wahdah Nurul. Menaklukan Hipertensi dan Diabetes. Yogyakarta : Multi Press, 2011.