

**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN HIPERTESI
PADA LANSIA DI DUSUN TAMBAK REJO DESA GAYAMAN
KABUPATEN MOJOKERTO**

Dhonna Anggreni¹⁾, Erfiani Mail²⁾Farida Yuliani³⁾

^{1,2,3} Prodi D3 Kebidanan, Stikes Majapahit

dhonnaanggreni@gmail.com

erfianimail@yahoo.co.id

farida.yuliani@yahoo.co.id

ABSTRACT

Hypertension is one of the most common cardiovascular diseases and the most widely carried by the community. Many factors affect of hypertension in the elderly. The purpose of this study was to analyze the factors that influence the incidence of hypertension in the elderly. The study was conducted with a cross-sectional design with a sample of 20 people. The results showed there was a relationship between age, physical activity and weight of the elderly with the incidence of hypertension. The higher the age of the elderly, the less physical activity undertaken and the more overweight the elderly, the greater will increase due to hypertension. Therefore the role of health workers is needed to help the elderly to avoid hypertension and secure their blood pressure

Keywords: *hypertension, age, weight, physical activity, elderly*

1. PENDAHULUAN

Penyakit jantung dan pembuluh darah (kardiovaskuler) merupakan masalah kesehatan utama di negara maju maupun negara berkembang dan menjadi penyebab kematian nomor satu di dunia setiap tahunnya. Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang paling umum dan paling banyak disandang masyarakat (Kemenkes RI, 2019).

Data World Health Organization (WHO) tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Kemenkes RI, 2019).

Riskesdas 2018 menyatakan prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun sebesar 34,1%. Data tertinggi terdapat di Kalimantan Selatan (44,1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%). Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian (Rikesdas, 2018)

Hipertensi ini merupakan salah satu pintu masuk atau faktor risiko penyakit seperti jantung, gagal ginjal, diabetes, stroke. Sampai saat ini penyebab hipertensi secara pasti belum diketahui secara jelas. Namun para ahli telah mengungkapkan penyebab seseorang mengalami hipertensi, bisa dikarenakan faktor keturunan, jenis kelamin, obesitas, stress dan ketegangan jiwa, dan pola hidup yang tidak sehat.

2. KAJIAN LITERATUR

Hipertensi didefinisikan sebagai peningkatan tekanan darah sistolik dan atau diastolik yang tidak normal. Umumnya dikatakan hipertensi jika tekanan darah sistolik melebihi 160 mmHg dan tekanan diastolik melebihi 95 mmHg (Sylvia. Anderson, 1995).

Secara etiologi, penyebab hipertensi belum dapat diketahui. Namun para ahli telah mengungkapkan ada dua faktor yang menyebabkan seseorang mengalami hipertensi, yaitu faktor yang dapat dikontrol dan faktor yang tidak dapat dikontrol. Faktor yang tidak dapat dikontrol antara lain adalah faktor keturunan, jenis kelamin, dan usia. Sedangkan faktor yang dapat dikontrol adalah faktor obesitas, stress dan ketegangan jiwa, serta pola hidup yang tidak sehat (Nurhidayat S, 2012)

Klasifikasi hipertensi sebagai berikut:

Tekanan Darah	Sistole	Diastole
Normal	< 130	< dari 85
Perbatasan (High normal)	130-139	85-89
Hipertensi Ringan	140-159	90-99
Hipertensi Sedang	160-179	100-109
Hipertensi Berat	180-209	110-119
Hipertensi Sangat Berat	≥ 210	≥ 120

Sumber : Fundamental Keperawatan (Perry & Potter, 1995)

Tekanan darah tinggi merupakan penyakit yang tidak menimbulkan tanda dan gejala yang spesifik (*Silent diseases*) sebelum menimbulkan komplikasi pada organ tubuh yang lain. Gejala yang muncul pertama kali setelah terjadi komplikasi adalah sakit kepala, mata merah, tengkuk terasa berat, mata berkunang – kunang dan pusing (Purwati dkk,1998 : 4).

Beberapa komplikasi dan efek samping dari hipertensi dapat terjadi seperti, penyakit jantung koroner, gagal jantung,

kerusakan pembuluh darah otak dan gagal ginjal (Purwati dkk, 1998 : 14)

3. METODE PELAKSANAAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian analitik dengan pendekatan cross sectional. Penelitian ini meneliti faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian hipertensi pada lansia di Dusun Tambak Rejo Desa Gayaman Kabupaten Mojokerto. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia hipertensi di Dusun Tambak Rejo Desa Gayaman Kabupaten Mojokerto sebanyak 40 orang. Sampel penelitian diambil dengan menggunakan rumus sehingga didapat jumlah sampel sebanyak 20 orang

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Usia lansia

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Usia Lansia Hipertensi

Usia lansia	Jumlah	Persentase
Lansia awal	2	10
Lansia akhir	8	40
Manula	10	50
Total	20	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 50% lansia yang hipertensi berusia manula (> 65 tahun).

b. Aktifitas Fisik

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Aktifitas Fisik Lansia Hipertensi

Aktifitas fisik	Jumlah	Persentase
Kurang aktif	12	60
Aktif	8	40
Total	20	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 60% dari lansia yang hipertensi memiliki aktifitas fisik yang kurang.

c. Berat Badan

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Berat Badan Lansia Hipertensi

Usia Lansia	Jumlah	Persentase
Kurang	4	20
Normal	6	30
Lebih	10	50
Total	20	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia yang mempunyai berat badan lebih sebesar 50%

d. Kejadian Hipertensi pada lansia

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Kejadian Hipertensi Pada lansia

Kejadian hipertensi	Jumlah	Persentase
Hipertensi ringan	6	30
Hipertensi sedang	11	55
Hipertensi berat	3	15
Hipertensi sangat berat	0	0
Total	20	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 55% lansia mengalami hipertensi sedang.

e. Hubungan Usia lansia dengan Kejadian Hipertensi

Tabel 5 Tabulasi Silang Hubungan Usia lansia dengan Kejadian Hipertensi

Usia lansia	Hipertensi ringan	Hipertensi sedang	Hipertensi berat
Lansia awal	0(0%)	1 (50%)	1(50%)
Lansia akhir	2(25%)	5 (62,5%)	1(12,5%)
Manula	4 (40%)	5 (50%)	1(10%)
Total	6 (30%)	11 (55%)	3 (15%)

Hasil uji korelasi spearman didapatkan nilai koefisien korelasi Spearman (rs) sebesar 0,404 dengan p value (0,078) sehingga disimpulkan ada

hubungan antara usia lansia dengan kejadian hipertensi

f. Hubungan Aktifitas fisik dengan Kejadian Hipertensi pada lansia

Tabel 6 Tabulasi Silang Hubungan aktifitas fisik dengan Kejadian Hipertensi pada lansia

Aktifitas fisik	Hipertensi ringan	Hipertensi sedang	Hipertensi berat
Kurang aktif	1(8,3%)	9 (75%)	2 (16,7%)
Aktif	5(62,5%)	2 (25%)	1 (12,5%)
Total	6 (30%)	11 (55%)	3 (15%)

Hasil dari uji korelasi rank spearman didapatkan nilai koefisien korelasi spearman sebesar -0,590 (pvalue= 0,006) maka disimpulkan bahwa ada hubungan antara aktifitas fisik dengan kejadian hipertensi pada lansia.

g. Hubungan Status berat badan dengan Kejadian Hipertensi

Tabel 7 Tabulasi Silang Hubungan berat badan dengan Kejadian Hipertensi

Berat badan	Hipertensi ringan	Hipertensi sedang	Hipertensi berat
Kurang	2 (50%)	2 (50%)	0 (0%)
Normal	4 (66,7%)	2 (33,3%)	0 (0%)
lebih	0 (0%)	7 (60%)	3 (40%)
Total	6 (30%)	11 (50%)	3 (20%)

Hasil uji korelasi rank spearman mendapatkan nilai koefisien rank spearman (rs) sebesar 0,616 dengan p value 0,003 sehingga disimpulkan bahwa ada korelasi yang positif antara berat badan dengan kejadian hipertensi. Semakin tinggi berlebih berat badan seseorang maka semakin tinggi resiko lansia untuk mengalami hipertensi. Lansia merupakan periode usia yang rawan untuk mengalami hipertensi. Tekanan darah akan meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Semakin bertambah usia

maka akan semakin tinggi resiko hipertensi, hal ini disebabkan oleh penuaan pada sistem kardiovaskuler (Donlon, 2007).

Kurang melakukan aktivitas fisik dapat meningkatkan resiko seseorang terserang penyakit hipertensi. Aktifitas fisik yang cukup dapat membantu menguatkan jantung. Jantung yang lebih kuat tentu dapat memompa lebih banyak darah. Semakin ringan kerja jantung, semakin sedikit tekanan pada pembuluh darah arteri sehingga tekanan darah akan menurun (Harmili, 2019)

Status gizi juga berpengaruh terhadap kejadian hipertensi. Kelebihan berat badan meningkatkan resiko seseorang terserang penyakit hipertensi. Semakin besar massa tubuh, semakin banyak darah yang dibutuhkan untuk memasok oksigen dan makanan ke jaringan tubuh. Berarti, volume darah yang beredar melalui pembuluh darah meningkat sehingga akan memberi tekanan lebih besar ke dinding arteri (Nurhidayat, S, 2012.)

5. KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagian besar lansia yang hipertensi berusia manula, dan memiliki aktifitas tubuh yang kurang. Hasil uji statistik menjelaskan bahwa ada hubungan antara usia lansia dengan kejadian hipertensi, ada hubungan antara aktifitas tubuh lansia dengan kejadian hipertensi, dan ada hubungan antara berat badan lansia dengan kejadian hipertensi

6. REFERENSI

- a. Donlon, Barbara Cole. 2007. *Teori Penuaan*, dalam Stanley, Mickey RN, PhD, Cs dan Patricia Gauntlett RN, PhD. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik Edisi 2*. (hlm. 11-17) EGC. Jakarta
- b. Potter, P. 2005. *Fundamental Keperawatan. Edisi IV. Volume II*. Jakarta : EGC
- c. Kemenkes RI. 2019. *Hari hipertensi dunia 2019 kendalikan tekanan darahmu dengan cerdas*. <http://www.p2ptm.kemkes.go.id/kegiatan-p2ptm/pusat-/hari-hipertensi-dunia-2019-know-your-number-kendalikan-tekanan-darahmu-dengan-cerdik> (September 2019)
- d. Rikesdas. 2018. *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Jakarta. Kemenkes RI.
- e. Sylvia. Anderson. 1995. *Patofisiologi: Konsep Klinis Proses-proses Penyakit*. Jakarta. EGC
- f. Nurhidayat S. 2012. *Efektivitas Jus Mentimun Terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi Pada Penderita Hipertensi*. Ponorogo. Universitas Muhammadiyah Ponorogo
- g. Purwati, Ir. Dkk. 2000. *Perencanaan Menu Untuk Penderita Hipertensi*. Jakarta : Penebar Sutajaya.
- h. Harmili *Pentingnya Aktivitas Fisik Untuk Pencegahan, Pengobatan, Dan Pengendalian Hipertensi* <https://www.kabarsumbawa.com/2019/01/07/pentingnya-aktivitas-fisik-untuk-pencegahan-pengobatan-dan-pengendalian-hipertensi/> (September 2019)