

KEJADIAN HIPERTENSI DI PUSKESMAS PEKKABATA KABUPATEN POLEWALI MANDAR

Andi Liliandirani
Universitas Indonesia Timur
Email: andililiandiraini@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan survey melalui observasi secara langsung dengan jumlah responden sebanyak 70 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara, observasi selama penelitian, dan data sekunder dari puskesmas Pekkabata Kec Polewali. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 70 responden yang merupakan pasien penderita hipertensi di puskesmas Pekkabata, terdapat 65 (93%) responden tidak terbiasa berolahraga secara teratur, dan terdapat 39 (56%) responden memiliki kebiasaan mengomsumsi garam/makanan asin. Selain itu diperoleh hasil bahwa 61(87%) responden memiliki riwayat keluarga hipertensi. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa kebiasaan berolahraga merupakan faktor yang dapat menyebabkan penyakit hipertensi. Selain itu, kebiasaan mengomsumsi makanan asin beresiko menderita hipertensi sebanyak 3,95% laki-laki dibandingkan orang yang tidak mempunyai kebiasaan mengomsumsi yang asin. Begitupun dengan riwayat keluarga, di mana seseorang yang memiliki keturunan hipertensi lebih beresiko daripada orang yang tidak memiliki keturunan hipertensi disarankan adanya penyuluhan dari petugas puskesmas terhadap masyarakat tentang pentingnya melakukan olahraga secara rutin guna menghindari penyakit hipertensi, menghindari mengomsumsi makanan pencetus terjadinya hipertensi seperti makanan asin dan makanan mengandung lemak jenuh, lebih hati-hati bagi yang mempunyai riwayat keluarga dengan orang tua penderita penyakit hipertensi karena faktor resiko ini tidak bisa dimodifikasi, hendaknya melakukan upaya pencegahan faktor risiko lain yang bisa diubah.

Kata Kunci: Faktor Risiko Hipertensi

PENDAHULUAN

Tekanan darah adalah desakan darah terhadap dinding-dinding arteri ketika darah tersebut dipompa dari jantung ke jaringan. Tekanan darah merupakan gaya yang diberikan darah pada dinding

pembuluh darah. Tekanan ini bervariasi sesuai pembuluh darah terkait dan denyut jantung. Tekanan darah pada arteri besar bervariasi menurut denyutan jantung. Tekanan ini paling tinggi ventrikel

berkontraksi (tekanan sistolik) dan paling rendah ketika ventrikel berelaksasi (tekanan diastolik).

Menurut WHO batas normal tekanan darah adalah 120–140 mmHg tekanan sistolik dan 80 – 90 mmHg tekanan diastolik. Seseorang dinyatakan mengidap hipertensi bila tekanan darahnya > 140/90 mmHg. Sedangkan menurut C VII 2003 tekanan darah pada orang dewasa dengan usia diatas 18 tahun diklasifikasikan menderita hipertensi stadium I apabila tekanan sistoliknya 140 –159 mmHg dan tekanan diastoliknya 90 – 99 mmHg. Diklasifikasikan menderita hipertensi stadium II apabila tekanan sistoliknya lebih 160 mmHg dan diastoliknya lebih dari 100 mmHg sedangkan hipertensi stadium III apabila tekanan sistoliknya lebih dari 180 mmHg dan tekanan diastoliknya lebih dari 116 mmHg.

Data WHO tahun 2000 menunjukkan, di seluruh dunia, sekitar 972 juta orang atau 26,4% penghuni bumi mengidap hipertensi dengan perbandingan 26,6% pria dan 26,1% wanita. 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 sedang berkembang, termasuk Indonesia. Ini membalikkan teori sebelumnya bahwa hipertensi banyak menyerang kalangan ”mapan”. Faktanya, di negara maju yang sarat kemakmuran justru hipertensi bisa dikendalikan. 1

Hasil Riskesdas Nasional tahun 2007 menunjukkan bahwa hipertensi merupakan pola penyebab kematian semua umur ketiga, setelah stroke dan TB, dengan proporsi kematian sebesar 6,8%. Adapun prevalensi nasional Hipertensi pada penduduk umur >18 tahun adalah sebesar 31,7% (berdasarkan pengukuran). Menurut provinsi, prevalensi hipertensi tertinggi di Kalimantan Selatan (39,6%) dan terendah di Papua Barat (20,1%). Provinsi Jawa Timur, Bangka Belitung, Jawa Tengah, Sulawesi Tengah, Sulawesi Selatan, DI Yogyakarta, Riau, Sulawesi Barat, Kalimantan Tengah, dan Nusa Tenggara Barat, merupakan provinsi yang mempunyai prevalensi hipertensi lebih tinggi dari angka nasional. Sedangkan prevalensi hipertensi berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan adalah 7,2%, ditambah kasus yang minum obat

hipertensi prevalensi hipertensi berdasarkan wawancara ini adalah 7,6%.

Faktor lain penyebab tingginya angka kejadian hipertensi adalah kebiasaan mengkonsumsi makanan yang mengandung banyak garam, lemak, tinggi kalori dan makanan yang sedikit mengandung serat. Garam menyebabkan penumpukan cairan dalam tubuh, karena menarik cairan di luar sel agar tidak keluar, sehingga akan meningkatkan volume dan tekanan darah. Pada manusia yang mengkonsumsi garam 3 gram atau kurang ditemukan tekanan darah rata-rata rendah, sedangkan asupan garam sekitar 7-8 gram tekanan darahnya rata-rata lebih tinggi.

Jenis penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan survey melalui observasi secara langsung untuk memperoleh gambaran kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pekkabata tahun 2016. Penelitian ini akan dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Pekkabata, meliputi seluruh pasien penderita hipertensi yang berkunjung di Wilayah Kerja Puskesmas Pekkabata.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah pasien penderita hipertensi yang berkunjung di wilayah kerja Puskesmas Pekkabata pada bulan Februari-Maret 2016 dengan jumlah populasi sebanyak 243 orang.

Pengambilan sampel pada penelitian ini dengan teknik Simple Random sampling, yaitu mengambil responden dari pasien penderita hipertensi sebagai sampel secara acak.

Cara Pengumpulan Data primer adalah Data yang diperoleh secara langsung oleh peneliti melalui wawancara terstruktur kepada responden, dan data sekunder adalah Data yang diperoleh dari instansi terkait seperti Puskesmas Pekkabata, dan instansi lainnya yang terkait.

Pengolahan data dilakukan dengan sistem komputerisasi Data hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase, tabel dan narasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Gambaran Karakteristik Responden Penelitian

a. Jenis Kelamin

Karakteristik responden penelitian berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat dalam tabel di bawah ini:

Tabel.5.1
 Distribusi Frekuensi dan Persentase Karakteristik Responden Menurut Jenis Kelamin

No.	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
1.	Laki-Laki	36	51%
2.	Perempuan	34	49%
Jumlah		70	100%

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa dari 70 orang penderita hipertensi yang menjadi responden, terdapat 51 orang (36%) responden laki-laki dan 34 orang (49%) responden perempuan

b. Kelompok Umur

Berdasarkan tabel 5.2 pada, dapat diketahui bahwa jumlah responden penderita hipertensi paling banyak berusia antara 41-50 tahun, yaitu sebanyak 27 orang (39%). Dan responden yang paling sedikit adalah responden yang berusia antara 61- 70 tahun yaitu sebanyak 5 orang (7%).

Tabel 5.2
 Distribusi Frekuensi dan Persentase Karakteristik Responden Menurut Kelompok Umur

No.	Kelompok Umur	Frekuensi	Persentase
1.	20-30 Tahun	6	8%
2.	31-40 Tahun	14	20%
3.	41-50 Tahun	27	39%
4.	51- 60 Tahun	18	26%
5.	61-70 Tahun	5	7%
Jumlah		70	100%

Sumber: Data Primer

c. Tingkat Pendidikan

Tabel 5.3 menunjukkan 70 responden penderita hipertensi di puskesmas Pekkabata Kecamatan Polewali, terdapat 27 orang (39%) responden yang tingkat pendidikannya hingga SD/SR. Jumlah ini tidak jauh berbeda dengan responden yang tingkat pendidikannya hingga SMU yaitu sebanyak 25 orang (36%). Sedangkan responden yang tingkat pendidikannya hingga Universitas/Akadaemi sebanyak 8 orang (11 %).

Tabel 5.3
 Distribusi Frekuensi dan Persentase Karakteristik Responden Menurut Tingkat Pendidikan

No.	Tingkat Pendidikan	Frekuensi	Persentase
1.	Tidak Pernah Sekolah	0	0%
2.	SD/SR	27	39%
3.	SMP	10	14%
4.	SMU	25	36%
5.	Universitas/Akademi	8	11%
Jumlah		70	100%

Sumber: Data Primer

d. Jenis Pekerjaan

Tabel 5.4
 Distribusi Frekuensi dan Persentase Karakteristik Responden Menurut Jenis Pekerjaan

No.	Jenis Pekerjaan	Frekuensi	Persentase
1.	PNS	5	7%
2.	TNI/Polri	1	2%
3.	Petani	32	46%
4.	Pedagang	10	14%
5.	Nelayan	0	0%
6.	URT/ Tidak Bekerja	22	31%
Jumlah		70	100%

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa dari 70 orang responden penderita hipertensi di puskesmas

Pekkabata Kecamatan Polewali, mayoritas bekerja sebagai petani yaitu sebanyak 32 orang (46%). Dan sisanya berturut-turut adalah tidak Bekerja 22 orang (31%), pedagang 10 orang (14%), PNS 5 orang (7%), dan TNI/Polri 1 orang (2%).

2. Gambaran Kebiasaan Berolahraga Responden

Dari hasil pengolahan data yang diperoleh melalui kuesioner penelitian, maka diperoleh gambaran tentang kebiasaan berolahraga responden dalam hal ini pasien penderita hipertensi di puskesmas Pekkabata Kecamatan Polewali. Kebiasaan berolahraga responden dibagi dalam dua kategori teratur dan tidak teratur. Hasil tabulasi data dapat dilihat pada tabel 5.5 di bawah ini:

Tabel 5.5
 Distribusi Frekuensi dan Persentase Kebiasaan Berolahraga Responden

No.	Kebiasaan Berolahraga	Frekuensi	Persentase
1.	Teratur	5	7%
2.	Tidak Teratur	65	93%
Jumlah		70	100%

Sumber: Data Primer

Dari tabel di atas, dapat diketahui bahwa dari 70 orang responden penderita hipertensi di puskesmas Pekkabata Kecamatan Polewali, terdapat 65 orang (93%) yang tidak teratur berolahraga, dan responden yang memiliki kebiasaan berolahraga secara teratur hanya 5 orang (7%).

3. Kebiasaan Konsumsi Garam

Responden

Kebiasaan konsumsi garam pasien penderita hipertensi di puskesmas Pekkabata Kecamatan Polewali, dapat dilihat dalam tabel di bawah ini:

Tabel 6
Distribusi Frekuensi dan Persentase
Konsumsi Garam Responden

No.	Kebiasaan Konsumsi Garam	Frekuensi	Persentase
1.	Sering	39	56%
2.	Jarang	31	44%
Jumlah		70	100%

Sumber: Data Primer

Dari 70 orang responden penderita hipertensi di puskesmas Pekkabata Kecamatan Polewali, terdapat 39 orang (56%) responden yang sering mengkonsumsi garam/ makanan asin. Sedangkan yang memiliki kebiasaan konsumsi garam pada tingkat jarang sebanyak 31 orang (44%).

4. Riwayat Keluarga Hipertensi Responden

Riwayat keluarga responden yang menderita hipertensi, dapat dilihat dari hasil tabulasi pada tabel 9 berikut ini:

Tabel 5.7
Distribusi Frekuensi dan Persentase
Riwayat Keluarga Responden

No.	Riwayat Keluarga	Frekuensi	Persentase
1.	Ada	61	87%
2.	Tidak Ada	9	13%
Jumlah		70	100%

Sumber: Data Primer

Dari 70 orang responden penderita hipertensi di puskesmas Pekkabata

Kecamatan Polewali, terdapat 61 orang (87%) responden yang memiliki riwayat keluarga hipertensi dan 9 orang sisanya (13%) tidak memiliki riwayat keluragahipertensi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Kebiasaan berolahraga merupakan faktor yang dapat menyebabkan penyakit hipertensi. Sebagai mana hasil yang didapatkan bahwa 65 orang (93%) yang tidak berolahraga secara teratur, menderita hipertensi.

2. Kebiasaan mengkonsumsi garam yang berlebihan menyebabkan seseorang menderita hipertensi dimana penderita hipertensi di Puskesmas Pekkabata Kecamatan Polewali menunjukkan 56% penderita.

3. Responden penderita hipertensi di Puskesmas Pekkabata Kecamatan Polewali sebagian besar memiliki riwayat keluarga penderita hipertensi yaitu sebanyak 61 orang (87%).

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan kesimpulan yang ada, maka saran yang dapat disampaikan adalah sebagai berikut:

Diharapkan kepada para penyuluh kesehatan yang ada di Puskesmas Pekkabata, agar kiranya memberikan penyuluhan kepada para penderita Hipertensi tentang pentingnya berolah raga setiap hari.

Diharapkan kepada para penderita Hipertensi mengurangi mengkonsumsi garam secara berlebihan, dengan cara selalu mengkonsumsi makanan yang berserat setiap harinya dan kepada pihak petugas kesehatan yang ada di Puskesmas Pekkabata Kecamatan Polewali diharapkan memberikan perhatian khusus kepada para penderita Hipertensi yakni, memeriksa tekanan darah minimal 3 minggu sekali.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini A.D Waren A.,Situmorang E.2009. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien yang Berobat di Poliklinik Dewasa Puskesmas Bangkinang* periode Januari sampai Juni.
- Aris,2007. *Faktor Risiko Hipertensi Gradel II pada masyarakat*.Semarang.
- Arsdiani. 2006. *Skripsi Pengaruh Olahraga Terprogram terhadap tekanan darah*. Semarang. Universitas Diponegoro
- DinasKesehatanProvinsi Sulawesi Barat. *ProfilKesehatanProvinsi Sulawesi Barat tahun 2014*. 2015.
- Kementerian Kesehatan RI. *Riset Kesehatan Dasar 2013*. Jakarta: Kementerian Kesehatan. 2014.
- Rindu Dwi Malateki Solihin. *Kaitan Antara Status Gizi Perkembangan Kognitif, Dan Perkembangan*

Motorik Pada Anak Usia Prasekolah (Relationship Between Nutritional Status, Cognitive Development, And Motor Deleopment In Preschool Children. Jakarta.2013