

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI  
PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS ULEE KARENG BANDA ACEH**  
*Factors That Are Related To The Hypertension Events In Elderly In The Working  
Area Of Ulee Kareng Banda Aceh*

<sup>1</sup>Rury Widyasari, <sup>2</sup>Raodah  
<sup>1,2</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ubudiyah Indonesia, Banda Aceh

Email: [ruri@uui.ac.id](mailto:ruri@uui.ac.id)

**ABSTRAK**

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang sering terjadi dikalangan usia lanjut. Orang yang berusia lanjut akan mengalami penurunan beberapa fungsi organ tubuh yang dapat menyebabkan penyerapan zat gizi menurun. Beberapa faktor penyebab hipertensi pada usia lanjut antara lain adalah genetik (riwayat keluarga), aktifitas fisik yang rendah dan konsumsi natrium berlebih. Untuk mengetahui hubungan riwayat keluarga, aktivitas fisik, obesitas dan konsumsi natrium dengan hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Ulee Kareng Banda Aceh. penelitian bersifat *analitik* dengan desain *cross sectional*. Pengambilan sampel menggunakan tehnik *simple random sampling* dengan jumlah 72 responden. Penelitian dilakukan pada tanggal 02 Februari- 20 Maret 2016 pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Ulee Kareng Banda Aceh. Cara pengumpulan data dengan membagikan kuesioner, selanjutnya dilakukan uji *chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95 % dan batas kemaknaan ( $\alpha=0,05$ ) *Ha* diterima *p value*  $<0,05$ . sebagian besar lansia yang memiliki riwayat keluarga hipertensi mengalami hipertensi grade II sebanyak 66%, lansia dengan aktivitas fisik ringan menderita hipertensi grade II sebanyak 68,3%, lansia yang mengalami obesitas mengidap hipertensi grade II sebanyak 67,5% dan lansia yang mengkonsumsi natrium tinggi mengidap hipertensi grade II sebanyak 63,3%. ada hubungan riwayat keluarga dengan kejadian hipertensi ( $p=0,005$ ), ada hubungan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi ( $p=0,017$ ), ada hubungan obesitas dengan kejadian hipertensi ( $p=0,0021$ ) dan ada hubungan konsumsi natrium dengan kejadian hipertensi ( $p=0,002$ ) pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Ulee Kareng Banda Aceh Tahun 2018. Diharapkan bagi lansia untuk mampu mengontrol konsumsi makanan yang dibatasi bagi penderita hipertensi misalnya makanan yang mengandung natrium, melakukan aktivitas fisik (olahraga ringan seperti jalan santai setiap hari dan bersepeda) dan rutin mengontrol tekanan darah.

**Kata kunci** : riwayat keluarga, aktivitas fisik, obesitas, konsumsi natrium, hipertensi

**ABSTRACT**

*Hypertension is a health problem that often occurs among the elderly. Older people will experience a decrease in some organ functions that can cause decreased nutrient absorption. Some of the factors causing hypertension in old age include genetic (family history), low physical activity and excessive sodium consumption. to determine the relationship of family history, physical activity, obesity and sodium consumption with hypertension in the elderly in the work area of the Ulee Kareng Health Center in Banda Aceh. analytical research with cross sectional design. Sampling using simple random sampling technique with 72 respondents. The study was conducted on February 2-March 20, 2016 in elderly patients with hypertension in the working area of the Ulee Kareng Health Center in Banda Aceh. Data collection methods by distributing questionnaires, then performed chi-square test with a confidence level of 95% and the significance*

*limit (  $\alpha = 0.05$ ) Ha accepted p value  $< 0.05$ . most of the elderly who have a family history of hypertension have grade II hypertension as much as 66%, elderly with mild physical activity suffer from grade II hypertension as much as 68.3%, elderly people who are obese suffer from grade II hypertension as much as 67.5% and elderly who consume high sodium suffer from grade II hypertension as much as 63.3%. there is a relationship of family history with the incidence of hypertension ( $p = 0.005$ ), there is a relationship of physical activity with the incidence of hypertension ( $p = 0.017$ ), there is a relationship of obesity with the incidence of hypertension ( $p = 0.0021$ ) and there is a relationship of sodium consumption with the incidence of hypertension ( $p = 0.002$ ) for the elderly in the work area of the Ulee Kareng Health Center in Banda Aceh in 2018. It is hoped that the elderly will be able to control the consumption of foods that are restricted for people with hypertension, for example foods containing sodium, physical activity (light exercise such as relaxing walking every day and cycling) and routine control blood pressure.*

**Keywords:** *family history, physical activity, obesity, sodium consumption, hypertension*

## **Pendahuluan**

Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif yang mempunyai tingkat morbiditas dan mortalitas tinggi. Hipertensi adalah masalah kesehatan yang terjadi pada kalangan usia lanjut (Wilujeng dan Rochman, 2013). Hipertensi merupakan kondisi yang sering ditemukan pada pelayanan kesehatan. Hal ini merupakan masalah kesehatan dengan prevalensi yang tinggi, yaitu sebesar 25,8% sesuai dengan data Riskesdas 2013. Disamping itu, pengontrolan hipertensi belum adekuat meskipun obat-obatan yang efektif banyak tersedia (Kemenkes RI, 2014).

Prevalensi hipertensi atau tekanan darah di Indonesia cukup tinggi. Selain itu, akibat ditimbulkannya menjadi masalah kesehatan masyarakat. Hipertensi sering tidak menunjukkan gejala, sehingga baru disadari setelah menyebabkan gangguan organ seperti gangguan fungsi jantung atau stroke. Tidak jarang hipertensi ditemukan secara tidak sengaja pada waktu pemeriksaan kesehatan rutin atau datang dengan keluhan lain (Salman, 2014).

Di Provinsi Aceh, berdasarkan data dari Dinas Kesehatan kota Banda Aceh pada tahun 2017, diketahui bahwa prevalensi hipertensi pada lansia menurut jenis kelamin laki-laki 2768 dan pada jenis kelamin perempuan 3739 (Dinkes, 2017). Hipertensi saat ini masih merupakan penyakit yang tertinggi di Aceh. Pada pengambilan data awal di wilayah kerja Puskesmas Ulee Kareng, didapatkan bahwa penderita hipertensi pada usia lanjut sebanyak  $\pm 199$  orang pada bulan Oktober - Desember 2017.

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang sering terjadi dikalangan usia lanjut. Orang yang berusia lanjut akan mengalami penurunan beberapa fungsi organ tubuh yang dapat menyebabkan penyerapan zat gizi menurun. Keadaan ini tentunya akan mempengaruhi status gizi

lansia. Hipertensi pada usia lanjut menjadi lebih penting lagi mengingat bahwa patogenesis, perjalanan penyakit, dan penatalaksanaannya tidak seluruhnya sama dengan hipertensi pada usia dewasa muda (Wilujeng dan Rochman 2013).

Faktor-faktor yang berhubungan dengan hipertensi adalah faktor genetik atau riwayat keluarga. Individu dengan riwayat keluarga hipertensi mempunyai resiko 2 kali lebih besar untuk menderita hipertensi daripada orang yang tidak mempunyai keluarga dengan riwayat hipertensi. Faktor keturunan menunjukkan, jika kedua orang tua kita menderita hipertensi, kemungkinan terkena penyakit ini sebesar 60%. Peneliti ini menunjukkan ada faktor gen keturunan yang berperan (Armilawati, 2009).

Pada asupan natrium (Na) dalam jumlah yang berlebih dan dalam waktu yang tertentu juga akan mengakibatkan hipertensi karena ketidak seimbangan asupan mineral. Asupan natrium yang meningkat menyebabkan tubuh meretensi cairan, yang meningkatkan volume darah. Jantung harus memompa keras untuk mendorong volume darah yang meningkat melalui ruang yang semakin sempit yang akibatnya adalah hipertensi (Mulyati dan Sirajuddin, 2011).

## **Metode Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah penelitian yang bersifat analitik dengan menggunakan desain *cross sectional* yaitu variabel dependen dan variabel independen dilakukan pada waktu yang sama (Notoatmodjo, 2010).]Dalam penelitian ini peneliti ingin melihat Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Ulee Kareng, Banda Aceh.

Populasi adalah keseluruhan objek peneliti atau objek yang diteliti (Notoadmodjo, 2010). Populasi dalam penelitian ini adalah semua penderita hipertensi yang ada di wilayah kerja puskesmas Ulee Karen, berjumlah 263 responden.

Sampel merupakan sebagian populasi yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmodjo,2010). Pengambilan sampel ini dilakukan dengan cara *Sample Random Sampling* jumlah sampel mencukupi perhitungan besar sampel dan waktu penelitian memungkinkan untuk diambil semua. Jumlah sampel penelitian ini sebanyak 72 responden.

### **a. Kriteria inklusi**

- 1) Menderita hipertensi menurut diagnosa dokter dan sedang minum obat

- 2) Tinggal di wilayah kerja Puskesmas Ulee Kareng
- 3) Bisa baca tulis
- 4) Bersedia menjadi responden
- 5) Lanjut usia muda 45-59 tahun
- 6) Lanjut usia tengah 60-74 tahun

b. Kriteria eksklusi

- 1) Tidak ada ditempat penelitian
- 2) Tidak bersedia menjadi responden
- 3) Tidak bisa baca tulis
- 4) Tidak bisa berdiri

Data primer yaitu data yang langsung diperoleh dari responden, Data primer pada penelitian ini meliputi :

Status Gizi, dilakukan dengan cara mengukur berat badan dan tinggi badan.

Tekanan darah, dilakukan dengan cara mengukur tekanan darah

riwayat keluarga, aktivitas fisik , prilaku merokok, asupan natrium dilakukan dengan cara membagi kuisisioner dan melakukan wawancara.

Data sekunder yaitu data yang diperoleh secara tidak langsung, data diperoleh dari buku laporan lansia yang mengalami hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Ulee Kareng, Banda Aceh. Data sekunder dalam penelitian ini adalah Jumlah penderita hipertensi pada lansia wanita dan laki-laki. Jumlah total penderita hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Ulee Kareng, Banda Aceh.

### **Hasil dan pembahasan**

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Ulee Kareng Kota Banda Aceh pada tanggal 14 Maret - 19 April 2018, dengan jumlah responden 72 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan cara membagikan kuesioner, maka diperoleh hasil sebagai berikut :

**Tabel 1**  
**Distribusi Frekuensi Variabel Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Ulee**  
**Kareng Kota Banda Aceh Tahun 2018**

No	Variabel Penelitian	Frekuensi	%
1	<b>Hipertensi</b>		
	Grade I	33	45,8
	Grade II	39	54,2
	Total	72	100
2	<b>Riwayat Keluarga</b>		
	Tidak Ada	22	30,6
	Ada	30	69,4
	Total	72	100
3	<b>Aktivitas Fisik</b>		
	Ringan	41	56,9
	Sedang	20	27,8
	Berat	11	15,3
	Total	72	100
4	<b>Obesitas</b>		
	Tidak Obesitas	32	44,4
	Obesitas	40	55,6
	Total	72	100
5	<b>Konsumsi Natrium</b>		
	Rendah	12	16,7
	Tinggi	60	83,3
	Total	72	100

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 72 responden sebagian besar mengalami hipertensi grade II yaitu sebanyak 39 responden (54,2%), memiliki riwayat keluarga mengidap hipertensi yaitu sebanyak 30 responden (69,4%), aktivitas fisik ringan yaitu sebanyak 41 responden (56,9%), mengalami obesitas yaitu sebanyak 40 responden (55,6%) dan konsumsi natrium tinggi sebanyak 60 responden (83,3%).

**Tabel 2**  
**Hubungan Riwayat Keluarga Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Ulee Kareng Tahun 2018**

Riwayat Keluarga	Hipertensi				Total		<i>p value</i>
	Grade I		Grade II		f	%	
	f	%	f	%			
Ada	17	34	33	66	50	100	0,005
Tidak ada	16	72,7	6	66	22	100	

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa riwayat keluarga pada sampel yang mengidap hipertensi grade II sebanyak 33 responden (66%) dan sampel yang tidak memiliki riwayat keluarga mengidap hipertensi grade I sebanyak 16 responden (72,7%)

Hasil uji statistik diperoleh *p value* = 0,005 < 0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan riwayat keluarga dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Ulee Kareng Tahun 2018

**Tabel 3**  
**Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Ulee Kareng Tahun 2018**

Aktivitas Fisik	Hipertensi				Total		<i>p value</i>
	Grade I		Grade II		f	%	
	f	%	f	%			
Ringan	13	31,7	28	68,3	41	100	0,017
Sedang	12	60	8	40	20	100	
Berat	8	72,7	3	27,3	11	100	

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa pada sampel dengan aktivitas fisik ringan yang mengidap hipertensi grade II sebanyak 28 responden (68,3%), sampel dengan aktivitas fisik sedang yang mengidap hipertensi grade I sebanyak 12 responden (60%) dan sampel dengan aktivitas fisik berat yang mengidap hipertensi grade I sebanyak 8 responden (72,7%)

Hasil uji statistik diperoleh *p value* = 0,017 < 0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Ulee Kareng Tahun 2018.

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Siringoringo (2013) menunjukkan bahwa ada hubungan bermakna antara riwayat keluarga yang mengalami hipertensi

dengan kejadian hipertensi pada lansia di Desa Sigaol Tumbolon Kabupaten Samosir ( $p=0,000$ ).

Ratio prevalensi hipertensi pada kelompok ada riwayat dan tidak ada riwayat keluarga adalah 1,570 artinya kemungkinan risiko kejadian hipertensi yang memiliki riwayat keluarga lebih besar dibandingkan yang tidak memiliki riwayat keluarga.

Tekanan darah seorang anak akan lebih mendekati tekanan darah orang tuanya karena mereka memang memiliki hubungan darah, dimana faktor genetik mempunyai peran dalam terjadinya hipertensi.. Hal ini berhubungan dengan peningkatan kadar sodium intraseluler dan rendahnya rasio antara potasium terhadap sodium individu dengan orang tua dengan hipertensi mempunyai risiko dua kali lebih besar untuk menderita hipertensi dari pada orang yang tidak mempunyai keluarga dengan riwayat hipertensi. Selain itu didapatkan 70-80% kasus hipertensi esensial dengan riwayat hipertensi dalam keluarga (Kaplan, 2008)

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti di lapangan, juga menunjukkan hal yang sama dimana riwayat keluarga yang hipertensi lebih besar prevalensinya yaitu sebesar 69,4%. Sampel yang memiliki riwayat keluarga menderita hipertensi cenderung lebih banyak yang menderita hipertensi grade II yaitu sebanyak 66%. Sebagian besar sampel yang menderita hipertensi ini juga memiliki keluarga terdekat mengalami hipertensi, bahkan sebagian besar juga dengan hipertensi grade II. Jadi, jelas bahwa resiko hipertensi akan menjadi lebih besar bila memiliki keluarga dengan riwayat hipertensi pula.

## **Kesimpulan**

hubungan riwayat keluarga mengidap hipertensi dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Ulee Kareng Kota Banda Aceh Tahun 2018 (  $p\ value=0,005$ ), Ada hubungan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Ulee Kareng Kota Banda Aceh Tahun 2018 (  $p\ value=0,017$ ).

## **Daftar Pustaka**

Alamsyah, D. 2013. *Pemberdayaan Gizi Teori Dan Aplikasi*. Yogyakarta: Nuha

Amaliah. 2012. Status Tinggi Badan Pendek Beresiko Terhadap Keterlambatan Usia Menarche Pada Perempuan Remaja Usia 10-15 Tahun Dalam Situs <http://ejournal.litbang.depkes.go.id/index.php/pgm/article/view/3383> di akses pada Februari 2016

Ariani, P. 2014. *Aplikasi Metode Penelitian Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Aryani. 2010. *Kesehatan Remaja*. Jakarta: Salemba Medika.

Dahlan, S. 2010. *Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.

Eva, E, S.2012. *Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: Trans Info Media.