

Hubungan Obesitas Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Mandala Medan Tembung Tahun 2023

Sri Dearmaita Purba¹, Frida Liharris Saragih²

^{1,2}Program Studi D-III Keperawatan, Fakultas Pendidikan Vokasi, Universitas Sari Mutiara Indonesia

* corresponding author

Artikel Informasi

Received : 17 November 2023

Revised : 27 November 2023

Available Online : 30 November 2023

Keyword

Hypertension, obesity

Korespondensi

Phone :

Email : psridearmaita@yahoo.com

Abstract

Hypertension is also known as "the silent killer" because hypertension sufferers often go for years without experiencing any disturbances or symptoms and thus experience complications in vital organs. Hypertension is still a public health problem today because its prevalence is increasing. The aim of this research is to analyze the relationship between obesity and the incidence of hypertension at the Medan Tembung Mandala Health Center in 2023. The type of research used is analytical descriptive with a cross sectional study approach. The sample in this study was 92 people according to the inclusion and exclusion criteria using a purposive sampling technique. Data processing in this research is processed by cleaning, editing, coding and data entry. Data processing and data analysis were carried out using univariate analysis to describe the characteristics of the frequency distribution of respondents, and bivariate analysis using the chi-square test. The research results show that the P-value is 0.002, meaning there is a significant relationship between obesity and hypertension, and it is known that OR = 3.974, which means that people who are obese are 3.9 times more likely to suffer from hypertension compared to people who are not obese. It is recommended that patients need to maintain their diet, namely by reducing junk food and consumption of high sugar and high cholesterol foods, patients also need to understand about hypertension so they can make further prevention efforts, namely preventing heart failure complications.

PENDAHULUAN

Hipertensi sering disebut sebagai "*the silent killer*" karena sering kali penderita hipertensi bertahun-tahun tanpa merasakan sesuatu gangguan atau gejala. Tanpa disadari penderita mengalami komplikasi pada organ-organ vital seperti jantung, otak ataupun ginjal. Gejala-gejala akibat hipertensi, seperti pusing, gangguan penglihatan, dan sakit kepala, sering kali terjadi pada saat hipertensi sudah lanjut

disaat tekanan darah sudah mencapai angka tertentu yang bermakna (Mathavan dan Pinatih, 2017).

Data (WHO, 2023) mengatakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah, dan sebanyak 46% orang dewasa penderita hipertensi tidak menyadari bahwa mereka mengidap

penyakit tersebut. WHO juga memperkirakan 1 di antara 5 orang dewasa (42%) dapat mengendalikan hipertensi, artinya jumlah ini lebih sedikit dibandingkan target global untuk penyakit tidak menular adalah mengurangi prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030.

Menurut (Kemenkes RI, 2021) prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%, mengalami peningkatan dibandingkan prevalensi hipertensi pada Riskesdas Tahun 2013 sebesar 25,8%. Kasus hipertensi pada kelompok umur 31-44 tahun sebanyak 31,6%, umur 45-54 tahun sebanyak 45,3%, dan umur 55-64 tahun kasus hipertensi sebanyak 55,2%. Sampai saat ini, banyak masyarakat yang tidak menyadari bahwa dirinya memiliki tekanan darah tinggi sehingga perlu dilakukan pemeriksaan tekanan darah sebagai upaya diagnosis dini apabila terkena hipertensi.

Berdasarkan hasil (Riskesdas, 2018) Prevalensi hipertensi di Provinsi Sumatera Utara berdasarkan data Badan Litbangkes Kementerian Kesehatan mencapai 5,52% dari jumlah penduduk di Sumatera Utara. Prevalensi Hipertensi pada penduduk umur ≥ 18 tahun menurut kabupaten/ kota di provinsi Sumatera Utara dengan peringkat tertinggi sebesar 8,21% pada kabupaten karo, diikuti sibolga sebesar 7,85%. Sedangkan Kota

Medan mendapatkan prevalensi sebesar 4,97% (Riskesdas, 2018). Di Kota Medan, Puskesmas Mandala menduduki posisi tertinggi untuk penderita hipertensi yaitu sebesar 4.483 jiwa pada tahun 2022 (Dinkes Provsu, 2022).

Hipertensi dapat disebabkan oleh beberapa faktor, baik yang tidak diketahui maupun yang diketahui berhubungan dengan penyakit tersebut. Hipertensi primer disebabkan oleh faktor yang tidak diketahui penyebabnya, dan ada beberapa faktor yang memicu penyebabnya seperti gen, gaya hidup yang tidak sehat, dan obesitas, sedangkan hipertensi sekunder disebabkan oleh faktor yang diketahui, seperti penggunaan estrogen, penyakit ginjal, dan hipertensi terkait kehamilan (Nurarif, 2015).

Menurut (Kemenkes, 2022) Berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT), seseorang akan dikatakan terlalu gemuk atau obesitas apabila skala IMT-nya lebih dari 27,0. Makanan menjadi faktor utama penyebab terjadinya obesitas, Kemudian diikuti oleh faktor-faktor lain, seperti genetik, aktivitas fisik, pola hidup, serta kesehatan dan psikis. Obesitas dapat memicu terjadinya penyakit-penyakit kronis di antaranya adalah serangan jantung koroner, stroke, diabetes mellitus, dan darah tinggi (hipertensi).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Kartika. J & Purwaningsih, 2018)

menyatakan bahwa obesitas berhubungan dengan kejadian hipertensi 2,53 kali lebih besar dibandingkan tidak obesitas. Hal ini disebabkan karena Hal ini disebabkan karena pada Etnis Minangkabau mempunyai makanan tradisional yaitu rendang dimana bahan utama membuat rendang adalah minyak kelapa dan santan yang merupakan sumber utama kaya asam lemak jenuh dan sebanyak 95% orang kurang memakan buah dan sayur.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian Deskriptif Analitik dengan pendekatan *cross sectional study*. Penelitian ini akan dilaksanakan di Puskesmas Teladan Kota Medan Propinsi Sumatera Utara. Populasi adalah seluruh pasien yang berkunjung ke Wilayah Kerja Puskesmas Mandala, Medan Tembung, Provinsi Sumatera Utara. Jumlah populasi yang sedang berkunjung sebanyak 1975 orang, dengan jumlah sampel sebanyak sebanyak 92 orang yang diambil dengan metode pengambilan sampel yaitu *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan data primer dan data sekunder. Data primer adalah data yang dikumpulkan secara langsung yang dilakukan oleh peneliti di tempat penelitian dan diperoleh dengan cara pembagian kuesioner kepada pasien hipertensi yang berkunjung ke

Puskesmas dan wawancara langsung kepada tenaga kesehatan untuk memperoleh informasi jumlah pasien hipertensi. Data sekunder yang digunakan dalam penelitian ini adalah data yang berasal dari data Rekam Medis Puskesmas Mandala Medan. Pengolahan data dalam penelitian ini diolah dengan cara *Cleaning, Editing, Coding* dan *Entry Data*. Pengolahan data dan analisa data dilakukan dengan analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik distribusi frekuensi responden, dan analisis bivariante dengan menggunakan uji *chi-square* untuk mengetahui ada tidaknya hubungan yang bermakna antara obesitas dengan kejadian hipertensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari uji statistik untuk mengetahui hubungan antara obesitas dengan hipertensi dilakukan menggunakan uji *chi-square* dengan derajat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) dipaparkan hasil sebagai berikut :

Tabel 1. Hubungan Obesitas dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Mandala

Obesitas	Hipertensi				P-value	OR (95% CI)
	Terkontrol	%	Tidak Terkontrol	%		
Tidak obesitas	30	32,6	13	14,1	0,02	3,974 (1,6-61-

Obesitas	18	19	31	33	9,5
		,6		,7	08)
Tota	48	52	44	47	
I		,2		,8	

Berdasarkan hasil tabel 1 dapat dilihat bahwa analisis bivariat yang telah dilakukan pada variabel obesitas dengan kejadian hipertensi diperoleh nilai $p < 0,002 < \alpha 0,05$ artinya ada hubungan obesitas dengan kejadian hipertensi, dimana nilai $OR = 3,974$ yang artinya orang yang mengalami obesitas kemungkinan 3,974 kali akan menderita penyakit hipertensi dibandingkan dengan orang yang tidak obesitas.

Obesitas berisiko meningkatkan tekanan darah karena terjadi peningkatan massa tubuh. Semakin besar massa tubuh semakin banyak volume darah yang dibutuhkan untuk memasok oksigen dan zat makanan kedalam jaringan tubuh. Darah yang beredar melalui pembuluh darah ini menyebabkan peningkatan tekanan arteri sehingga tekanan darah meningkat. Telah banyak penelitian yang membuktikan bahwa peningkatan tekanan

darah banyak disebabkan kelebihan berat badan (Rohkuswara. T & Syafrizal, 2017).

Pada penelitian ini ditemukan bahwa responden yang obesitas sebanyak 49 responden, dimana obesitas dengan hipertensi terkontrol sebanyak 18 responden, sedangkan obesitas dengan hipertensi tidak terkontrol sebanyak 31 responden. Dari penelitian ini menunjukkan bahwa banyak responden obesitas akan tetapi tidak terkontrol dengan baik dan tanpa disadari. Sebagian responden juga tidak tau dan tidak merasakan sesuatu gangguan atau gejala.

Seseorang yang mengalami obesitas atau memiliki berat badan berlebih akan membutuhkan lebih banyak darah untuk bekerja menyuplai makanan dan oksigen ke jaringan tubuh. Hal tersebut akan membuat volume darah yang beredar melalui pembuluh darah akan meningkat, kerja jantung meningkat dan ini yang menyebabkan tekanan darah juga akan ikut meningkat, Secara langsung obesitas dapat mengakibatkan

meningkatnya cardiac output (Sheps, 2005).

Obesitas berkaitan erat dengan pola makan dan aktivitas yang kurang. Perubahan gaya hidup yang menjurus ke westernisasi dan pola hidup yang kurang gerak (*sedentary life styles*) sering ditemukan di kota-kota besar di Indonesia. Hal ini mengakibatkan pada pola makan tinggi kalori, lemak, dan kolestrol terutama makanan siap saji (*fast food*) yang berdampak meningkatnya kejadian obesitas (Hidayati & Irawan, 2006). Pada penelitian ini ditemukan bahwa sebagian responden di Wilayah Kerja Puskesmas Mandala suka mengonsumsi makanan yang tinggi kolestrol seperti daging, dan sebagian besar responden pria suka mengonsumsi kopi dan hampir setiap hari mengkonsumsinya dengan jumlah yang banyak.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Maulidina F., dkk, 2018) menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara status

gizi dengan kejadian hipertensi ($p\text{ value} = 0,003$). Hasil perhitungan *Prevalensi Rasio* (PR) menunjukkan responden dengan status gizi kelebihan berat badan atau obesitas berpeluang 1,820 kali mengalami hipertensi daripada responden dengan status gizi tidak kelebihan berat badan atau obesitas. Akan tetapi penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Te'ne C. A & Idawati K., 2020) didapatkan hubungan yang bermakna antara *overweight* dan obesitas dengan hipertensi ($p\text{ value } 0.28$).

KESIMPULAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan obesitas dengan hipertensi yaitu ada hubungan antara obesitas dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Mandala Medan Tembung dengan P-Value 0.002. dengan nilai OR = 3,974 yang artinya orang yang mengalami obesitas kemungkinan 3,9 kali akan menderita penyakit hipertensi dibandingkan dengan orang yang tidak obesitas.

SARAN

Disarankan bagi pasien perlu untuk menjaga pola makan yaitu dengan mengurangi makanan *junk food* dan konsumsi yang tinggi gula dan makanan tinggi kolesterol, pasien juga perlu memahami tentang hipertensi agar dapat melakukan upaya pencegahan lanjut yaitu tidak terjadinya komplikasi gagal jantung.

DAFTAR PUSTAKA

- Hidayati S, Irawan R HB. (2006). *Obesitas Pada Anak*. Surabaya : Divisi Nutrisi Dan Penyakit Metabolic. Bagian/SMF Ilmu Kesehatan Anak FK Unair.
- Kemenkes RI. (2022). *Obesitas*. Kemenkes : Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. <https://yankes.kemkes.go.id>
- Maulidina, F., Harmani N., Suraya S. (2018). Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Luhur Bekasi Tahun 2018. *ARKESMAS*. 4(1).
- Nurarif, A H & Hardhi Kusuma. (2015). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis dan Nanda Nic-Noc Edisi Revisi Jilid.2*. Jogyakarta: Mediaction.
- Riskesdas. (2018). *Potret Sehat Indonesia dari Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Jakarta: Riskesdas RI.
- Rohkuswara, T. D & Syafrizal S. (2017). Hubungan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi Derajat 1 di Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu PTM) Kantor Kesehatan Pelabuhan Bandung Tahun 2016. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*. 1 (2).
- Sheps. (2005). *Mayo clinic hipertensi, mengatasi tekanan darah tinggi*. Intisari Mediatama: Jakarta.
- Te'ne C. A. & Idawati K. (2020). Hubungan overweight dan obesitas terhadap hipertensi pada pengemudi bus antar kota PT GM Jakarta. *Tarumanagara Medical Journal*. 2 (1).
- WHO (2023). *Hipertensi*. World Health Organization. <https://www-who-int.translate.goog>