

ANALISIS POLA HIDUP PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS BALANGNIPA KECEMATAN SINJAI UTARA KABUPATEN SINJAI

Herlina

STIKES PERSADA NABIRE

Herlinajielina@gmail.com

ABSTRAK

Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas balangnipa kabupaten sinjai tahun 2015 angka kejadian hipertensi yaitu sebanyak 1.001 jiwa, tahun 2016 sebanyak 900 jiwa. dan untuk tahun 2017 mengalami peningkatan yaitu sebanyak 1010. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pola hidup pada pasien hipertensi di Puskesmas balangnipa kecamatan sinjai kabupaten sinjai. Bahan dan Metode: Penelitian ini menggunakan metode penelitian *deskriptif analitik* dengan pendekatan *cross sectional* untuk melakukan pengukuran variable independen (pola makan) dan dependen (pasien hipertensi), kemudian akan menganalisa data yang terkumpul untuk mencari hubungan antara variable Lokasi penelitian dilaksanakan di Puskesmas Balangnipa Kecamatan Sinjai Utara Kabupaten Sinjai, Waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan April- Mei 2018. Hasil penelitian : berdasarkan hasil penelitian dan setelah data diolah dengan uji chi-square untuk pola makan $P\text{ value} = 0,003 < \alpha = 0,05$ sehingga dapat ditarik kesimpulan ada hubungan antara pola makan dengan hipertensi, setelah data diolah dengan uji chi-square didapatkan nilai $p\text{ value} = 0,007 < \alpha = 0,05$, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan antara konsumsi alkohol dengan hipertensi, setelah data diolah dengan uji chi-square didapatkan nilai $p\text{ value} = 0,011 < \alpha = 0,05$, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan antara konsumsi merokok dengan hipertensi. Kesimpulan: Dari hasil penelitian yang dilakukan di puskesmas balangnipa ada hubungan antara konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi di puskesmas, dan ada hubungan antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi di puskesmas balangnipa

Kata kunci : pola makan, merokok dan konsumsi alkohol, Hipertensi

ABSTRACT

Base on data which is obtained from public health center balangnipa sinjai regency on 2015 hypertension incidence rate 1.001 person, in 2016, 900 person and 2017 has increased to 1010 person, This research purposes : For analysis hypertension patient lifestyle on public health center balangnipa sinjai regency. Ingredients and methods : this research use descriptive analytic research methods with approach cross sectional for do the measurement of independent variables (dietary habit) and dependent (hypertension patient). Then analyze the data who collected for collect the connection between variable research site implemented in public health center balangnipa north sinjai sub district sinjai regency, this research implemented on april – may 2018. The research result : based on this research and after the data processing with chi-square for the dietary habit $P\text{ value} = 0,003 < \alpha = 0,05$, so we can conclude there is relation between dietary habit and hypertension, after the data being process with chi-square we got $P\text{ value} = 0,007 < \alpha = 0,05$, so we can conclude there is relation between alcohol habit and hypertension, after the data being process with chi-square we got $P\text{ value} = 0,011 < \alpha = 0,05$, so we can conclude there is relation between smoking habit and hypertension, conclude from this research who do in public center balangnipa there is relation between alcohol

consumption and hypertension incident on public health center, and there is relation between smoking habit with hypertension on balangnipa public health center

Keywords : 3-5 words or phrase, that it's important, specific or representative for article

PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization (WHO) 2011,sekitar 1 milyar penduduk di seluruh Indonesisa dunia menderita hipertensi dimana dua pertiganya terdapat di Negara-negara berkembang,Hipertensi menyebabkan 8 juta penduduk di seluruh dunia meninggal setiap tahunnya,dimana hampit 1,5 juta penduduk di antaranya terdapat 839 juta kasusu penderita hipertensi dan diperkirakan akan meningkat menjadi 1,15 milyar pada tahun 2025 atau sekitar dari total penduduk dunia (Triyono,2014)

Menurut Kemenkes RI pada tahun 2013 hipertensi merupakan 10 penyakit terbesar di Indonesia yang menempati peringkat pertama. Pada tahun 2012 sebanyak 43,2% dari total penduduk Indonesia yang menderita hipertensi,pada tahun 2013 terjadilah peningkatan penderita hipertensi menjadi 45,9% dari total seluruh penduduk Indonesia.Jika saat ini jumlah penduduk Indonesia sebanyak 252.124.458 jiwa maka terdapat 65.048.110 jiwa yang menderita hipertensi (kemenkes RI,2013)

Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran di Indonesia yang didapat terdiagnosis tenaga kesehatan sebesar 9,4% ,yang diagnosis tenaga kesehatan sedang minum obat sebesar 9,5% jadi ada 0,1% yang minum obat sendiri.Responden yang mempunyai tekanan darah normal tetapi sedang minum obat hipertensi sebesar 26,5% (25,8 + 0,7%) (Kemenkes).

Data Riskesdas 2013 menunjukkan proporsi penduduk yang melakukan aktivitas fisik yang tergolong kurang aktif di Indonesia 26,1%. Indonesia terdapat 22 Provinsi yang tergolong aktif,berada di atas rata-rata Indonesia yaitu DKI (42,2%) dan termasuk Maluku Utara (31,9).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Syakban, 2014 menunjukkan bahwa adaptasi pola hidup merupakan suata proses penyusuaian bahwa adaptasi pola hidup yang sehat pada penderita hipertensi agar tekanan darah tetap stabil (Sunaryo,2004). Dari hasil tabulasi yang ada, di dapatkan 12 Orang dari 20 penderita hipertensi yang berada di zona maladaptive. Hal ini menunjukkan bahwa setiap individu memiliki kemampuan adaptasi yang berbeda-beda, Menurut Roy dalam Suparyanto, 2011 terdapat 5 obyek utama dalam ilmu keperawatan yaitu,1) manusia (individu yang mendapatkan asuhan keperawatan), 2) Keperawatan,3) Konsep sehat, 4) Konsep lingkungan, 5) Aplikasi,dan Adaptasi pola Hidup Pada penderita Hipertensi meliputi 1) diet dan mepertahankan berat badan,2)menghindari merokok,3) penurunan stress,4) Olahraga teratur, 5) alcohol (Haryono,2013).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas balangnipa kabupaten sinjai tahun 2015 angka kejadian hipertensi yaitu sebanyak 1.001 jiwa, tahun 2016 sebanyak 900 jiwa.dan untuk tahun 2017 mengalami peningkatan yaitu sebanyak 1010.

Adapun masalah dalam penelitian ini adalah tingginya prevalensi kasus hipertensi di kabupaten sinjai. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di puskesmas balangnipa pada tanggal 27 februari dengan jumlah data penderita hipertensi 1010 jiwa.dengan hasil wawancara yang dilakukan kepada 10 orang pasien hipertensi pada 5 orang mereka mengungkapkan bahwa pola makan cenderung tidak di perhatikan meskipun mereka tau akibat dari memperhatikan pola makan pada penderita hipertensi.

Berdasarkan fenomena di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang analisis pola hidup pada pasien hipertensi di puskesmas balangnipa Kecamatan Sinjai Utara Kabupaten Sinjai.

BAHAN DAN METODE

Jenis,lokasi,Dan waktu Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian *deskriptif analitik* dengan pendekatan *cross sectional* untuk melakukan pengukuran variable independen (pola makan) dan dependen (pasien hipertensi), kemudian akan menganalisa data yang terkumpul untuk mencari hubungan antara variable Lokasi penelitian dilaksanakan di Puskesmas Balangnipa Kecamatan Sinjai Utara Kabupaten Sinjai, Waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan April- Mei 2018.

Populasi danSampel

Populasi dalam penelitian ini adalah kunjungan pasien puskesmas selama 1 bulan terakhir 96 orang dan sampel adalah sebagian dari populasi yaitu 77 orang yang menderita hipertensi

Pengumpulan Data

Instrument penelitian yang digunakan adalah kuesioner, kuesioner yang dipakai terdiri dari lembar pertama berisi tentang pertanyaan tentang data demografi responden dan lembar kedua kuesioner berisi tentang frekuensi pola makan dan lembar ketiga berisi tentang kebiasaan minum alkohol dan lembar keempat berisi pertanyaan kebiasaan merokok

Analisis data

1. Analisis Univariat

Data hasil penulisan ini dideskripsikan dalam bentuk table dan narasi untuk menggambarkan distribusi frekuensi masing-masing variable, baik variable bebas(independen).

2. Analisis bivariat

Analisis ini menggunakan untuk mengetahui besarnya hubungan antara variabel independen dan dependen. Penelitian ini menggunakan *uji Person Chi Square*. Dimana rumus tersebut adalah

$$\chi^2 = \sum_{k=0}^n \frac{(f_o - f_h)^2}{f_h}$$

Dimana

χ^2 = Chi kuadrat

F_0 = frekuensi yang diobservasi

F_h = Frekuensi yang diharapkan

Hasil Analisis

1. Analisis Univariat

Umur	Total	
	N	%
25-40 Tahun	43	55,8
41-60 Tahun	34	44,2
Total	77	100

Sumber : Data Primer 2018

Tabel 1. distribusi frekuensi responden berdasarkan umur terbanyak yang menjadi responden penelitian adalah kelompok umur 25-40 tahun sebanyak 43 responden (55,8%) dan umur 41-60 tahun sebanyak 34 responden (44,2%).

Jenis kelamin	total	
	N	%
Laki-laki	50	64,9
Perempuan	27	35,1
Total	77	100

Sumber : Data Primer 2018

Tabel 2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin terbanyak yang menjadi responden penelitian adalah sebanyak 50 responden (64,9%) dan perempuan sebanyak 27 responden (35,1%).

Pendidikan	total	
	N	%
Tidak sekolah	7	9,1
SD	18	23,4
SMP	34	44,2
SMA	13	16,9
Sarjana	5	6,5
Total	77	100

Sumber : Data Primer 2018

Tabel 3. Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan terbanyak yang menjadi responden penelitian adalah tamat SMP 34 responden (44,2%), tamat SD sebanyak 18 responden (23,4%), tamat SMA sebanyak 13 responden (16,9%), tidak sekolah 7 responden (9,1%) dan sarjana sebanyak 5 responden (6,5%).

Pekerjaan	total	
	N	%
Tidak bekerja	23	29,8
Wiraswasta	17	22,1
Nelayan	30	39
PNS	5	6,5
Kuli bangunan	2	2,6
Total	77	100

Sumber : Data Primer 2018

Table 4. Distribusi Frekuensi responden berdasarkan pekerjaan terbanyak yang menjadi responden penelitian adalah sebanyak 30 responden (39%), tidak bekerja sebanyak 23 responden (29,8%), wiraswasta sebanyak 17 responden (22,1%), PNS sebanyak 5 responden (6,5%) dan kuli bangunan sebanyak 2 responden (2,6%).

Pola makan	total	
	N	%
Seimbang	40	51,9
Tidak seimbang	37	48,1
Total	77	100

Sumber : Data Primer 2018

Table 5. Distribusi frekuensi responden berdasarkan pola makan responden terbanyak dalam penelitian adalah pola makan seimbang sebanyak 40 responden (51,9%)

Kebiasaan merokok	total	
	N	%
Merokok	35	45,5
Tidak merokok	42	54,5
Total	77	100

Sumber : Data Primer 2018

Table 6. Distribusi frekuensi respon berdasarkan kebiasaan merokok responden terbanyak dalam penelitian merokok sebanyak 35 responden (45,5%)

Minum alkohol	total	
	N	%
Ya	19	24,7
Tidak	58	75,3
Total	77	100

Sumber : Data Primer 2018

Table 7. Distribusi frekuensi responden berdasarkan kebiasaan minum alkohol responden terbanyak dalam penelitian adalah minum alkohol sebanyak 58 responden (75,3%)

Gaya hidup	total	
	N	%
Sehat	42	54,5
Tidak sehat	35	45,5
Total	77	100

Sumber : Data Primer 2018

Table 8. Distribusi frekuensi responden berdasarkan gaya hidup responden terbanyak dalam penelitian adalah gaya hidup sehat sebanyak 42 responden (54,5%)

Hipertensi	total	
	N	%
Stadium	65	84,4
Urgen	12	15,6
Total	77	100

Sumber : Data Primer 2018

Tabel.9 Distribusi frekuensi responden berdasarkan hipertensi responden terbanyak d penelitian adalah stadium sebanyak 65 responde (84,4%)

2. Analisis Bivariat

Pola makan	Hipertensi					
	Stadium		Urgen		total	
	N	%	N	%	N	%
Seimbang	39	50,6	1	1,3	40	51,9
Tidak seimbang	26	33,8	11	14,3	37	48,1
Total	65	84,4	12	15,6	77	100

Sumber : Data Primer 2018

Tabel 10. Distribusi frekuensi responden berdasarkan pola makan responden terbanyak di penelitian pola makan seimbang dengan hipertensi stadium sebanyak 39 responden (50,6%) dan pola makan seimbang dengan hipertensi urgen sebanyak 1 responden (1,3%), kemudian pola makan tidak seimbang dengan hipertensi stadium sebanyak 26 responden (33,8%) dan pola makan tidak seimbang dengan hipertensi urgen sebanyak 11 responden (14,3%)

Konsumsi alkohol	Hipertensi					
	Stadium		Urgen		total	
	N	%	N	%	N	%
Ya	12	15,6	7	9,1	19	24,7
Tidak	53	68,8	5	6,5	58	75,3
Total	65	84,4	12	15,6	77	100

Sumber : Data Primer 2018

Tabel 11. Distribusi frekuensi responden berdasarkan konsumsi alkohol dengan hipertensi stadium sebanyak 12 responden (15,6%) dan konsumsi alkohol dengan hipertensi urgen sebanyak 7 responden (9,1%), kemudian responden yang tidak konsumsi alkohol dengan hipertensi stadium sebanyak 53 responden (68,8%) dan responden yang tidak konsumsi alkohol dengan hipertensi urgen sebanyak 5 responden (6,5%)

Merokok	Hipertensi total					
	Stadium		Urgen			
	N	%	N	%	N	%
Merokok	25	32,5	10	13	35	44,5
Tidak merokok	40	51,9	2	2,6	42	54,5
Total	65	84,4	12	15,6	77	100

Sumber : Data Primer 2018

Tabel 12. Distribusi frekuensi responden berdasarkan merokok dengan hipertensi stadium sebanyak 25 responden (32,5%) dan tidak merokok dengan hipertensi urgen sebanyak 10 responden (13%), kemudian responden yang tidak merokok dengan hipertensi stadium sebanyak 40 responden (51,9%) dan responden yang tidak merokok dengan hipertensi urgen sebanyak 2 responden (2,6%).

Gaya hidup	Hipertensi total					
	Stadium		Urgen			
	N	%	N	%	N	%
Sehat	40	51,9	2	2,6	42	54,5
Tidak sehat	25	32,5	10	13	35	45,5
Total	65	84,4	12	15,6	77	100

Sumber : Data Primer 2018

Table 13. Distribusi frekuensi responden berdasarkan gaya hidup sehat dengan hipertensi stadium sebanyak 40 responden (51,9%) dan gaya hidup sehat dengan hipertensi urgen sebanyak 2 responden (2,6%), kemudian responden gaya hidup tidak sehat dengan hipertensi stadium sebanyak 25 responden (32,5%) dan responden gaya hidup tidak sehat dengan hipertensi urgen sebanyak 10 responden (13%).

3. Analisis Multivariat

Variabel	B	S.E	Wald	Df	Sig	Exp(B)
Pola makan	2.324	1.113	4.36	1	0.037	10.216
Merokok	-839	1.018	0.68	1	0.41	0.432
Minum alkohol	-943	0.836	1.266	1	0.26	0.39

Tabel 14. Distribusi frekuensi berdasarkan hasil pengolahan data dengan menggunakan Uji Regresi Logistik berganda di dapatkan OR Exp(B) Pola Makan = 10,216, OR Exp(B) Kebiasaan Merokok = 0,432, dan OR Exp(B) Kebiasaan Konsumsi Alkohol = 0,39

HASIL

Data primer diambil melalui pembagian kuesioner, wawancara dan pemeriksaan tekanan darah yang dilakukan kepada masyarakat yang menjadi responden dalam penelitian ini. Dari hasil pengolahan data yang dilakukan, maka hasil penelitian dapat disajikan sebagai berikut

1. Analisa univariat
2. Analisa Bivariat.
3. Analisa Multivariat

PEMBAHASAN

Faktor resiko yang dapat diubah salah satunya adalah gaya hidup (pola makan). Dari hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Balangnipa beberapa responden menjelaskan bahwa makanan yang sering dikonsumsi seperti udang, cumi, ikan asin merupakan pemicu kejadian hipertensi, sehingga sebagian besar responden yang diteliti mengalami hipertensi. Berdasarkan hasil penelitian yang dan setelah diolah dengan uji Chi-square dan didapat hasil untuk pola makan $p \text{ Value} = 0,003 < \alpha = 0,05$, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan penyakit hipertensi, hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu oleh Alif, K. (2015) yang menyatakan bahwa ada kaitannya kejadian hipertensi dengan pola makan yang tidak sehat di puskesmas Bato Kecamatan Lueng Bata kota Banda Aceh.

Untuk gaya hidup berdasarkan hasil pengolahan data menggunakan *Uji Chi-square* di dapatkan nilai $p \text{ value} = 0,001 < \alpha = 0,05$, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan antara gaya hidup dengan penyakit hipertensi. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Mahmudah, S. (2015)

Untuk konsumsi alkohol berdasarkan hasil pengolahan data menggunakan uji chi-square di dapatkan nilai $p \text{ value} = 0,007 < \alpha = 0,05$ sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan antara konsumsi alkohol dengan penyakit hipertensi. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dikemukakan oleh Ainun, A.S. (2012) bahwa ada hubungan yang konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi pada mahasiswa Universitas Hasanuddin.

Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Balangnipa Kecamatan Sinjai Utara kabupaten Sinjai pada tanggal 09 April sampai tanggal 09 Mei 2018 dapat disimpulkan bahwa:

1. Ada hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi di Puskesmas balangnipa
2. Ada hubungan antara konsumsi alkohol dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Balangnipa
3. Ada hubungan antara kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Balangnipa

Saran

1. Untuk penderita hipertensi tetap memperhatikan pola makan sehingga dapat terhindar dari berbagai penyakit yang dapat mengganggu kesehatan penyakit hipertensi
2. Jadilah seseorang yang bijak dalam memilih makanan agar bias terhindar dari penyakit khususnya hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Firmansyah M.R & Rustam,2017.*Hubungan Merokok dan konsumsi kopi dengan tekanan darah pada pasien hipertensi. Volume VIII, Nomor 2,agustus 2017,halaman 263-268*
2. Fauziah Nur Yunaida,Bintara SUfiati & Kusum Hapsari Sulistya.2013. *Hubungan Asupan bahan Makanan Sumber serat,Asupan natrium,Asupan lemak dan IMT dengan Tekanan darah pada pasien Hipertensi rawat jalan di Rumah Sakit Tugurejo Semarang.*
3. Kamarullah Baidhawi, Kepel ,B.J & kondau Grece D.2017. *Analisis hubungan Antara Aktivitas fisik,obesitas dan prilaku dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Labuha kabupaten Halmahera Selatan provinsi Maluku Utara*
4. Kementrian kesehatan Republik Indonesia ,2015
5. Kowalsaki Robert.E.2010.*Terapi Hipertensi : Program 8 minggu menurunkan tekanan darah tigggi dan mengurangi risiko serangan jantung dan stroke secara alami.bandung.PT Mizan pustaka*
6. Malonda N.S.henriette Lucia Kris & Pangastuti Retno.2012.*Pola makan dan konsumsi alcohol sebagai factor risiko hipertensi pada lansia. Volume VIII,No.4,April 2012,Hlm 202-212*
7. Malonda Nancy S.H & kapantow Gene,2014.*Hubungan Antara Konsumsi Alkohol Dengan kejadian Hipertensi pada laki-laki 25 – 65 tahun di Desa Kapoyo kecamatan Tareran Sulun Kabupaten Minahasa Selatan*
8. Masriadi.2012 *Model system survailans TB paru kepaluan. Yokyakarta.Pustaka Timur*
9. Masriadi .2016.*Epdemiologi Penyakit Tidak Menular,Jakarta,Cv.Trans Info Media.*
10. Casey,A.,Benson, Herbert, & O'Neil,Brian,Panduan Harvard Medical School.2012: PT.Bhuana Ilmu populer.
11. Saputri,D.E,Tesis : *Hubungan Stres Dengan Hipertensi Pada Penduduk Di Indonesia Tahun 2007 (Analisis Data Riskesdas 2007).*2010,Universitas Indonesia: Depok
12. Insan,A.N.M.,*Pengaruh Kopi Terhadap Hipertensi.* Majorty,2016.5(2)
13. Nizar Syarif Hamid.2014.*Hubungan Pola Makan Dengan kejadian Penyakit Hipertensi Di Puskesmas Kuok Vol 5,ed 2*
14. Mboi , N, Pedoman Gizi Seimbang. Peraturan menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor 41 Tahun 2014.
15. Notoatmodjo,2012.*Metodologi penelitian kesehatan- Ed.rev-Jakarta: Rineka Cipta*
16. Nuraini Bianti. 2015. *Risk Factor Of Hypertension. Faculty of medicine,universitas of lampung.*
17. Pancasari Ratna,Ratnaningsih Endang & Suparyanto. 2013.*Gambar Pola Makan Lansia Yang Menderita Hipertensi Di Desa Bendet kecamatan Diwek Kabupaten Jombang*
18. Pusat Data Dan Informasi kementrian Kesehatan Republik Indonesia 2014
19. Ramadhan A.J 2010. *Mencermati Berbagai Gangguan Pada Darah Dan Pembuluh Darah.* Jokyakarta.Diva Press
20. Sani Aulia.2008 *Hypertension.jakarta.Medya Crea*
21. Sriani K.L.Fakhriadi Rudi & Rosadi Dian.2014.*Hubungan Antara Prilaku Merokok Dan Kebiasaan Olahraga Dengan kejadian Hipertensi Pada Laki-laki Usia 18-44 tahun.*
22. Sujati,Hariyanto Tanto & rahayu Wahidyanti.2016.*Hubungan Asupan Nutrisi Dengan*

Tekanan darah Pada Pasien Hipertensi primer Dipoliklinik Rumah sakit Panti Waluya samahan Malang. Volume 1, Nomor 1, 2016.

23. Susilo Yekti & Wulandari. 2011. *Cara Jitu Mengatasi Hipertensi*. Yogyakarta C.v Andi Ofeset.
24. Rawasiah, A.B (2012). *Hubungan Faktor konsumsi Makanan Dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia Di Puskesmas Pattingalloang. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin, Makassar*
25. Yunita, D (2013). *Hubungan Gaya Hidup Terhadap Kejadian Hipertensi Di Ruang Inap Di RSUD labuang Baji Makassar. Stikes Nani Hasanuddin, Makassar*. <http://ejournal.Stkesnh.ac/index.php/jikd/srtila/download/205/91>.