

Hubungan Antara Status Gizi dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di RSD Kota Tidore Kepulauan

The Relationship Between Nutritional Status With Hypertension Incidence in Elderly in RSD Kota Tidore Islands

Vaya Gaby Guraci¹

Asrini Safitri^{2*}

Pratiwi Nasir Hamzah³

Ida Royani⁴

Farah Ekawati Mulyadi⁵

¹ Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran, Universitas Muslim Indonesia Indonesia

² Departemen Ilmu Gizi Klinik, Fakultas Kedokteran, Universitas Muslim Indonesia, RSP Ibnu Sina YW UMI

³ Departemen Ilmu Penyakit Dalam, Fakultas Kedokteran, Universitas Muslim Indonesia, RSP Ibnu Sina YW UMI

⁴ Departemen Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia, RSP Ibnu Sina YW UMI

⁵ Departemen Ilmu Fisiologi Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia, RSP Ibnu Sina YW UMI

*email: Asrini.safitri@umi.ac.id

Abstrak

Latar belakang: Hipertensi adalah kondisi peningkatan tekanan darah yang dapat mengganggu pasokan oksigen dan nutrisi ke jaringan tubuh. Prevalensinya meningkat seiring bertambahnya usia, dengan lansia menjadi kelompok yang paling berisiko. Faktor-faktor seperti usia, jenis kelamin, pola makan, merokok, dan obesitas berperan dalam terjadinya hipertensi. Indeks massa tubuh (IMT) sering digunakan untuk menilai status gizi dan berhubungan erat dengan risiko hipertensi. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui prevalensi hipertensi pada lansia di RSD kota Tidore Kepulauan, untuk mengetahui status gizi pada lansia di RSD kota Tidore Kepulauan, serta untuk mengetahui hubungan status gizi dengan kejadian hipertensi pada lansia di RSD kota Tidore Kepulauan. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional. Penelitian ini menggunakan data rekam medis. **Hasil:** Penelitian ini menunjukkan bahwa dari 91 sampel didapatkan prevalensi hipertensi pada lansia lebih banyak pada perempuan, yaitu 69,2%. Kelompok usia terbanyak adalah lanjut usia (elderly) yaitu 70,3%. Status gizi terbanyak adalah obesitas yaitu 52,7%. Jenis hipertensi terbanyak adalah hipertensi tingkat I yaitu 64,8%. Hasil analisis dengan *chi square* menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian hipertensi pada lansia ($p = 0,023$). **Kesimpulan:** Berdasarkan jenis kelamin, prevalensi hipertensi pada lansia didapatkan lebih banyak pada perempuan dibandingkan dengan laki-laki. Berdasarkan status gizi, didapatkan indeks massa tubuh berlebih dan obesitas lebih banyak pada lansia dibandingkan dengan indeks massa tubuh normal dan kurang. Terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian hipertensi pada lansia di RSD Kota Tidore Kepulauan.

Kata Kunci:

Status gizi, hipertensi, lansia

Keywords:

Nutritional Status, Hypertension, Elderly

Abstract

Background: Hypertension is a condition of increased blood pressure that can interfere with the supply of oxygen and nutrients to body tissues. Its prevalence increases with age, with the elderly being most at risk. Factors such as age, gender, diet, smoking, and obesity play a role in the occurrence of hypertension. Body mass index (BMI) is often used to assess nutritional status and is closely associated with the risk of hypertension. **Objective:** This study aims to determine the prevalence of hypertension in the elderly in the Tidore Islands city hospital, to determine the nutritional status of the elderly in the Tidore Islands city hospital, and to determine the relationship between nutritional status and the incidence of hypertension in the elderly in the Tidore Islands city hospital. **Methods:** This study is an analytical observational study with a cross-sectional approach. This research uses medical record data. **Results:** This study shows that out of 91 samples, the prevalence of hypertension in the elderly is higher in women, at 69.2%. The largest age group is the elderly, which is 70.3%. The most common nutritional status is obesity, which is 52.7%. The most common type of hypertension is stage I hypertension, which is 64.8%. The results of the chi-square analysis indicate a significant relationship between nutritional status and the incidence of hypertension in the elderly ($p = 0.023$). **Conclusion:** Based on nutritional status, excess body mass index and obesity were found to be more in the elderly compared to normal and less body mass index. There is a relationship between nutritional status and the incidence of hypertension in the elderly at the Tidore Islands City Hospital.

PENDAHULUAN

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah meningkat melebihi batas normal. Batas tekanan darah normal bervariasi sesuai dengan usia. Berbagai faktor dapat memicu terjadinya hipertensi, walaupun Sebagian besar (90%) penyebab hipertensi tidak diketahui (hipertensi essential) (Utami *et al.*, 2017). Hipertensi atau penyakit darah tinggi sebenarnya adalah suatu gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkan. Hipertensi sering kali disebut pembunuh gelap (*silent killer*). Karena termasuk penyakit yang mematikan tanpa disertai dengan gejala lebih dahulu (Suharti, 2024).

Pada umumnya semakin bertambahnya usia maka semakin besar pula risiko terjadinya hipertensi. Hal ini disebabkan oleh perubahan struktur pembuluh darah seperti penyempitan lumen, serta dinding pembuluh darah menjadi kaku dan elastisitasnya berkurang sehingga meningkatkan tekanan darah (Adam, 2019).

Organisasi Kesehatan dunia *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2019 mengestimasi prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia. Asia Tenggara menjadi posisi ke-3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% dari total penduduk (Ridho, Frethernety and Widodo, 2021).

Kasus hipertensi diperkirakan meningkat sebanding dengan peningkatan pertumbuhan penduduk di negara berkembang, seperti Indonesia. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 tentang penyakit tidak menular menunjukkan peningkatan di Indonesia sebesar 34,1% dibandingkan pada tahun 2013 sebesar 25,8% sehingga secara nasional terdapat 65.048.110 jiwa. Hipertensi juga merupakan penyebab kematian ketiga di Indonesia pada semua umur dengan proporsi kematian 6,8% (Muttaqien *et al.*, 2021).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2013 mengungkapkan bahwa hipertensi merupakan penyakit yang paling banyak diderita oleh lansia.

Prevalensi hipertensi pada lansia meningkat seiring dengan peningkatan kelompok umur. Pada usia 55-64 tahun didapatkan prevalensi hipertensi sebesar 45,9%, sedangkan pada kelompok usia 65-74 tahun dan diatas 74 tahun di dapatkan prevalensi berturut-turut sebesar 57,6% dan 63,8% (Kusuma, Satyarsa and Aryani, 2020).

Faktor risiko hipertensi hingga saat ini secara pasti belum diketahui, tetapi gaya hidup berpengaruh besar terhadap kasus ini. Terdapat beberapa faktor yang menjadi risiko terjadinya hipertensi, seperti usia, jenis kelamin, merokok, serta kurang aktivitas yang dapat mengarah ke obesitas (Suangga, 2017). Kelebihan Indeks Massa Tubuh sangat berpotensi mengalami obesitas, karena proses metabolisme yang menurun dan tidak diimbangi dengan peningkatan aktivitas fisik atau penurunan jumlah makanan, maka kalori yang berlebih akan diubah menjadi lemak yang menimbulkan kegemukan. Obesitas sangat berkaitan dengan kegemaran mengonsumsi makanan tinggi lemak yang meningkatkan risiko terjadinya peningkatan tekanan darah (Azzubaidi *et al.*, 2023).

Salah satu faktor pemicu peningkatan tekanan darah ialah indeks massa tubuh. Indeks massa tubuh (IMT) merupakan alat sederhana untuk memantau status gizi orang dewasa khususnya berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan. Indeks massa tubuh adalah hasil dari berat badan (kg) dibagi dengan tinggi badan (m) yang dikuadratkan, indeks massa tubuh (IMT) sering dikaitkan dengan obesitas (Niswatin, Cahyawati and Rosida, 2021).

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti ingin mengetahui hubungan antara status gizi dengan kejadian hipertensi pada lansia di RSD Kota Tidore Kepulauan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan status gizi

dengan kejadian hipertensi pada lansia. Penelitian ini dilakukan dengan melihat data rekamedik pasien yang menderita hipertensi di RSD kota Tidore Kepulauan. Penelitian ini dilakukan pada bulan September sampai Oktober 2024. Penelitian ini dilakukan di RSD kota Tidore Kepulauan.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien lansia yang terdiagnosis hipertensi di RSD Kota Tidore Kepulauan. Pada periode tahun 2023 diketahui jumlah populasi yang terdiagnosis hipertensi mulai dari bulan Januari sampai Desember sebanyak 117 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah pasien lansia yang telah terdiagnosis hipertensi yang memenuhi syarat sampel penelitian di RSD Kota Tidore Kepulauan. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *Purposive Sampling*. Jumlah sampel di hitung dengan rumus slovin sebanyak 91 orang.

Jenis data penelitian yang digunakan adalah data sekunder yang diperoleh dari bagian rekam medik RSD Kota Tidore Kepulauan. Instrument penelitian adalah alat-alat yang akan digunakan untuk pengumpulan data. Pada tahap pengumpulan data dilakukan dengan menyalin rekam medis pasien ke dalam buku catatan, lalu data tersebut dipindahkan ke dalam bentuk excel di komputer. Sedangkan analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dan bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	28	30,8
Perempuan	63	69,2
Total	91	100

Tabel 1 Menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin, dari 91 responden di

dapatkan mayoritas responden adalah perempuan dengan jumlah 63 (69,2%) dan laki laki dengan jumlah 28 (30,8%).

Distribusi Responden Berdasarkan Usia

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
Lanjut usia (<i>elderly</i>)	64	70,3
Lanjut usia tua (<i>old</i>)	27	29,7
Total	91	100

Tabel 2 Menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan usia, dari 91 responden di dapatkan jumlah responden terbanyak pada kelompok lanjut usia (*elderly*) yaitu 64 (70,3%) dan pada kelompok lanjut usia tua (*old*) dengan jumlah 27 (29,7%).

Distribusi Responden Berdasarkan Status Gizi

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Indeks Massa Tubuh

Status Gizi	Frekuensi	Persentase (%)
Kurang	4	4,4
Normal	16	17,6
Berlebih	23	25,3
Obesitas	48	52,7
Total	91	100

Tabel 3 Menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan status gizi, dari 91 responden didapatkan bahwa 48 (52,7%) responden memiliki IMT obesitas, 23 (25,3%) responden memiliki IMT berlebih, 16 (17,6%) responden memiliki IMT normal, dan 4 (4,4%) responden memiliki IMT kurang.

Distribusi Responden Berdasarkan Kejadian Hipertensi

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kejadian Hipertensi

Hipertensi	Frekuensi	Persentase (%)
Stage 1	59	64,8
Stage 2	32	35,2

Total	91	100
--------------	----	-----

Tabel 4 Menunjukkan bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan kejadian hipertensi, dari 91

responden di dapatkan hipertensi stage 1 yaitu 59 (64,8%) dan hipertensi stage 2 yaitu 32 (35,2%).

Hasil Data Khusus Penelitian

Tabel 5. Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia.

Status Gizi	Hipertensi				Total		p Value
	Stage 1		Stage 2		(f)	%	
	(f)	%	(f)	%			
Kurang	4	100,0%	0	0,0%	4	100,0%	0,023
Normal	9	56,3%	7	43,8%	16	100,0%	
Berlebih	10	43,5%	13	56,5%	23	100,0%	
Obesitas	36	75,0%	12	25,0%	48	100,0%	
Total	59	64,8%	32	35,2%	91	100,0%	

Tabel 5 menunjukkan bahwa dari 91 responden penelitian di dapatkan hasil data responden yang memiliki indeks massa tubuh kurang serta tergolong pada hipertensi stage 1 sebanyak 4 responden (100%), 16 responden yang memiliki indeks massa tubuh normal dimana 9 responden (56,3%) tergolong pada hipertensi stage 1 dan 7 responden (43,8%) tergolong hipertensi stage 2. Ada 23 responden yang memiliki indeks massa tubuh berlebih (*overweight*) dimana 10 responden (43,5%) diantaranya tergolong pada hipertensi stage 1 dan 13 responden (56,5%) tergolong pada hipertensi stage 2. Adapun 48 responden yang memiliki indeks massa tubuh obesitas, dari 48 responden tersebut terdapat 36 responden (75,0%) tergolong hipertensi stage 1 dan 12 responden (25,0%) tergolong hipertensi stage 2.

Setelah dilakukan uji statistik *chi square* diperoleh nilai p sebesar 0,023 sehingga nilai $p < 0,05$ hal ini menunjukkan bahwa (H_0) di tolak dan (H_1) diterima yang artinya dapat ditemukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian hipertensi pada lansia.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi, yang diukur menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT), dengan kejadian hipertensi pada lansia di RSD Kota Tidore Kepulauan. Dari total 91 responden, proporsi kejadian hipertensi terlihat bervariasi sesuai dengan kategori IMT, dengan nilai p sebesar 0,023. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi IMT seseorang, semakin besar risiko mengalami hipertensi, baik pada stage 1 maupun stage 2.

Responden dengan status gizi normal menunjukkan distribusi yang lebih seimbang antara hipertensi stage 1 dan stage 2, masing-masing 56,3% dan 43,8%. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun IMT berada dalam rentang normal, pola makan yang tidak sehat atau faktor lain seperti gaya hidup kurang aktif dapat berkontribusi pada tekanan darah yang lebih tinggi.

Pada kelompok *overweight*, sebanyak 56,5% responden mengalami hipertensi stage 2, lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang tergolong stage 1 (43,5%). Ini mengindikasikan bahwa peningkatan berat badan mulai

memberikan dampak signifikan terhadap tingkat keparahan hipertensi.

Kelompok obesitas memiliki proporsi hipertensi stage I tertinggi dibandingkan kelompok lain, yaitu sebesar 75%. Sementara itu, 25% sisanya berada pada stage 2. Data ini menunjukkan bahwa obesitas menjadi faktor risiko utama yang berkontribusi pada kejadian hipertensi, bahkan pada lansia yang mungkin tidak memiliki riwayat hipertensi sebelumnya.

Hasil penelitian ini juga konsisten dengan temuan Verensia dkk. (2023), yang menemukan hubungan signifikan antara status gizi dengan kejadian hipertensi, dengan nilai $p=0,034$. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden dengan hipertensi berada pada kategori status gizi gemuk (67,9%), diikuti oleh status gizi kurus (20,2%) dan normal (11,9%). Temuan ini mendukung bahwa status gizi lebih cenderung meningkatkan risiko hipertensi, seiring dengan penurunan kemampuan fisik alami pada lansia yang mempengaruhi metabolisme tubuh dan regulasi tekanan darah. Pola serupa terlihat dalam penelitian ini, di mana kelompok obesitas menunjukkan proporsi hipertensi tertinggi, memperkuat bukti bahwa status gizi lebih merupakan salah satu faktor kunci dalam pengembangan hipertensi pada lansia (Sembel, Mautang and Toar, 2023).

Wahyuni dan Hidayati (2023) dalam penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden dengan status gizi kurang maupun obesitas memiliki tekanan darah yang masuk kategori hipertensi, dengan distribusi prehipertensi (20,9%), hipertensi stage 1 (25,5%), dan hipertensi stage 2 (27,9%). Meskipun sebagian lansia berada dalam kategori gizi normal, proporsi hipertensi tetap tinggi, yaitu 74,3% dari total responden. Hal ini mendukung bahwa selain IMT, faktor usia dan perubahan fisiologis pada lansia turut berkontribusi terhadap risiko hipertensi, sebagaimana juga terlihat dalam penelitian ini di mana kelompok obesitas mendominasi hipertensi stage 1 dan stage 2 (Wahyuni and Hidayati, 2023).

Faktor-faktor yang memengaruhi hipertensi pada lansia tidak hanya terkait dengan status gizi, tetapi juga pola konsumsi makanan. Penelitian Manik dkk. (2023) menunjukkan bahwa pola konsumsi makanan tinggi lemak memiliki hubungan signifikan dengan kejadian hipertensi ($p=0,034$, $r=0,262$). Responden yang sering mengonsumsi makanan tinggi lemak, seperti makanan bersantan, daging berlemak, dan makanan yang digoreng, memiliki risiko hipertensi lebih tinggi karena akumulasi lemak dapat memicu aterosklerosis, yang mempersempit pembuluh darah dan meningkatkan tekanan darah. Obesitas dan pola makan tinggi lemak secara signifikan meningkatkan risiko hipertensi. Konsumsi makanan tinggi natrium, seperti ikan sarden, garam, dan MSG, juga terbukti memiliki hubungan positif dengan kejadian hipertensi ($p=0,007$, $r=0,330$). Kandungan natrium yang berlebih menyebabkan peningkatan tekanan darah dengan mempersempit diameter pembuluh darah arteri (Nanda Molani Br. Manik, Sepsina Reski, 2023).

Faktor nutrisi menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan dalam pengendalian hipertensi pada lansia. Berdasarkan penelitian Putri dkk. (2024), sebagian besar lansia yang menderita hipertensi berada pada kategori obesitas. Lemak intra-abdominal, khususnya lemak visceral, diketahui memiliki dampak buruk terhadap kesehatan karena dapat memicu peningkatan tekanan darah melalui pelepasan asam lemak bebas dan hormon yang memengaruhi sistem kardiovaskular. Kondisi ini diperburuk oleh pola makan yang buruk, seperti konsumsi makanan berlemak tinggi, kebiasaan mengonsumsi gorengan, dan kurangnya perhatian terhadap asupan makanan sehat (Putri, Sari and Sastrini, 2024).

Intervensi promosi kesehatan melalui edukasi tentang hipertensi dan gizi seimbang yang dilakukan oleh Dini dkk (2023) menunjukkan hasil yang positif. Dengan metode ceramah dan diskusi interaktif, peserta menunjukkan antusiasme tinggi, mendengarkan materi dengan serius, dan aktif bertanya serta berbagi

pengalaman terkait hipertensi. Edukasi ini dilengkapi dengan media leaflet dan flyer, yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta mengenai pengelolaan hipertensi dan pentingnya gizi seimbang. Selain memberikan informasi, intervensi ini juga bertujuan memotivasi pra-lansia untuk mengadopsi kebiasaan hidup sehat berdasarkan materi yang disampaikan. Mengingat meningkatnya prevalensi hipertensi setiap tahun, kegiatan semacam ini menjadi langkah strategis dalam mengedukasi masyarakat untuk mencegah dan mengelola hipertensi secara lebih efektif (Dini, Amaliah and Pratiwi, 2023).

Penelitian Ramadhini (2019) menunjukkan bahwa faktor genetik, jenis kelamin, dan status gizi berperan dalam kejadian hipertensi pada lansia. Riwayat keluarga hipertensi meningkatkan risiko dua kali lipat, sementara perempuan pascamenopause lebih rentan karena penurunan hormon estrogen. Obesitas dan konsumsi makanan tinggi lemak serta natrium juga terbukti meningkatkan risiko hipertensi, menegaskan pentingnya intervensi gizi untuk pencegahan (Ramadhini Deelfi and Farida Yeni, 2018).

Penelitian Apriliani dkk. (2024) menyimpulkan bahwa hubungan antara status gizi dan tekanan darah bersifat positif tetapi lemah secara statistik, sehingga dinyatakan tidak signifikan. Hal ini bertentangan dengan penelitian ini yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara status gizi, terutama obesitas, dengan kejadian hipertensi (Apriliani, Sugiani and Sairaoka, 2024). Obesitas dikaitkan dengan peningkatan volume darah dan tekanan pada dinding arteri yang menyebabkan hipertensi. Kontradiksi antara hasil penelitian Apriliani dkk. (2024) dengan penelitian sebelumnya dapat dijelaskan melalui variasi fisiologis individu dan faktor lingkungan. Hipertensi adalah kondisi multifaktorial yang tidak hanya dipengaruhi oleh status gizi, tetapi juga oleh gaya hidup, pola makan, tingkat aktivitas fisik, dan kondisi psikososial.

Status gizi tidak berhubungan dengan derajat hipertensi, penelitian Sari dkk (2023) menjelaskan

bahwa mayoritas pasien hipertensi dalam penelitian tersebut baik yang menderita hipertensi derajat I maupun derajat 2, memiliki status gizi dalam kategori rendah berdasarkan pengukuran indeks massa tubuh (IMT). Namun, mereka tetap mengalami hipertensi (Sari and Patimah, 2023).

Penelitian Novriani dkk (2024) menjelaskan bahwa lansia dengan status gizi kurang juga dapat mengalami hipertensi. Hal ini didasarkan pada data yang menunjukkan mayoritas responden tidak mengalami obesitas (81,0%), namun tetap memiliki risiko hipertensi. Temuan ini menyoroti bahwa meskipun obesitas sering dianggap sebagai faktor risiko utama hipertensi, lansia dengan status gizi kurang tetap rentan terhadap kondisi ini (Setiyawan, Mahayanti and Widiyanti, 2024).

Penelitian lain dari Syafiq dkk (2020) menjelaskan bahwa lansia dengan status gizi kurang juga dapat mengalami hipertensi. Hal ini dijelaskan melalui prevalensi gizi kurang yang lebih tinggi pada kelompok lansia usia lanjut, terutama di atas 80 tahun, akibat perubahan fisiologis seperti penurunan fungsi pencernaan, penyerapan nutrisi, dan kehilangan massa otot. Meskipun status gizi kurang sering dikaitkan dengan kekurangan energi dan nutrisi, hipertensi tetap dapat terjadi pada lansia ini karena faktor-faktor lain seperti perubahan komposisi tubuh, termasuk akumulasi lemak ektopik di organ-organ seperti hati dan otot (Safiq, Badriyah and Fikawati, 2021).

Penelitian lain menjelaskan bahwa lansia dengan status gizi kurang juga dapat mengalami hipertensi. Meskipun hipertensi lebih umum ditemukan pada individu obesitas, kelompok dengan status gizi kurang tidak sepenuhnya terlindungi dari risiko tersebut. Lansia dengan status gizi kurang sering kali berada dalam kondisi usia yang lebih tua, yang secara fisiologis dapat menyebabkan perubahan pada sistem kardiovaskular dan metabolisme (Su *et al.*, 2017).

Implikasi ilmiah dari penelitian ini menunjukkan pentingnya penanganan hipertensi pada lansia dengan

pendekatan yang lebih holistik, mempertimbangkan status gizi, namun juga faktor lain seperti gaya hidup dan faktor psikososial. Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar untuk penelitian lebih lanjut yang mengkaji hubungan antara status gizi dan hipertensi dengan menggunakan pendekatan longitudinal atau eksperimen untuk menentukan hubungan sebab-akibat yang lebih jelas.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, desain penelitian yang bersifat *cross-sectional* menghambat penarikan kesimpulan tentang hubungan sebab-akibat antara status gizi dan kejadian hipertensi pada lansia. Data yang diperoleh hanya menggambarkan kondisi pada saat penelitian dilakukan, tanpa mempertimbangkan perubahan status gizi dan tekanan darah seiring waktu. Kedua, pengukuran status gizi didasarkan pada indeks massa tubuh (IMT) sebagai indikator tunggal, yang tidak sepenuhnya menggambarkan komposisi tubuh atau asupan gizi secara lebih detail. Faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi hipertensi, seperti pola makan, tingkat stres, dan faktor sosial-ekonomi, tidak dipertimbangkan dalam penelitian ini.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang hubungan antara status gizi dengan kejadian hipertensi pada lansia di RSD Kota Tidore Kepulauan dapat disimpulkan bahwa berdasarkan jenis kelamin, prevalensi hipertensi pada lansia didapatkan lebih banyak pada perempuan dibandingkan dengan laki-laki.

Berdasarkan status gizi, didapatkan indeks massa tubuh berlebih dan obesitas lebih banyak pada lansia dibandingkan dengan indeks massa tubuh normal dan kurang. Terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian hipertensi pada lansia di RSD Kota Tidore Kepulauan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, L. (2019) 'Determinan hipertensi pada lanjut usia', 1(2), pp. 82–89.
- Apriliani, N. P. C., Sugiani, P. P. S. and Suraoka, I. P. (2024) 'Asupan natrium, status gizi, riwayat keluarga dan tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Sidemen Sodium intake, nutritional status, family history and blood pressure of hypertensive patients at Sidemen Health Center The Journal of Nutrition', 1(1), pp. 1–6.
- Azzubaidi, S. B. S. et al. (2023) 'Hubungan Tekanan Darah dengan IMT (Indeks Massa Tubuh) pada Mahasiswa Angkatan 2020 Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia', *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 3(1), pp. 54–61. doi: 10.33096/fmj.v3i1.179.
- Dini, S. W., Amaliah, L. and Pratiwi, Z. D. (2023) 'Edukasi Hipertensi dan Gizi Seimbang pada Pra-lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Banten Girang', *Jurnal Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*, 2(1), pp. 15–19.
- Kusuma, D., Satyarsa, A. and Aryani, P. (2020) 'Edukasi Penyakit Hipertensi dan Komplikasinya pada Posyandu Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Mengwi II, Kabupaten Badung', *Buletin Udayana Mengabdi*, 19(2), pp. 178–186.
- Muttaqien, F. et al. (2021) 'Literatur Review: Pengaruh Latihan Resistensi Terhadap Tekanan Darah Penderita Hipertensi', *Homeostasis*, 4, pp. 399–410.
- Nanda Molani Br. Manik, Sepsina Reski, D. R. W. (2023) 'Hubungan Status Gizi, Pola Makan dan Riwayat Keluarga Terhadap Kejadian Hipertensi Pada Usia 45-64 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Baru', *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 2, pp. 1856–1870.
- Niswatin, D., Cahyawati, W. A. S. N. and Rosida, L. (2021) 'Literatur review: hubungan indeks massa tubuh (IMT) dengan massa otot pada lansia', *Homeostasis*, 4(1), pp. 171–180.
- Putri, M. M., Sari, F. N. and Sastrini, Y. E. (2024) 'THE DESCRIPTION OF NUTRITIONAL STATUS (ANTHROPOMETRY) OF ELDERLY PEOPLE WITH HYPERTENSION IN RT 38 JAWA VILLAGE SAMARINDA', *Caritas Et Fraternitas: Jurnal Kesehatan*, 3(1), pp. 31–38.
- Ramadhini Deelfi, S. and Farida Yeni, S. (2018) 'Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Simataniari Kecamatan Angkola SangkunarTahun 2018', *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*, 4(2), pp. 1–6.

Ridho, M., Frethernety, A. and Widodo, T. (2021) 'Literature Review Hubungan Stres Dengan Kejadian Hipertensi', *Jurnal Kedokteran Universitas Palangka Raya*, 9(2), pp. 1366–1371. doi: 10.37304/jkupr.v9i2.3571.

Safiq, A., Badriyah, L. and Fikawati, S. (2021) 'Perbedaan Status Gizi Dan Kesehatan Pralansia Dan Lansia Di Puskesmas Cipayung Depok [Differences of Nutritional and Health Status Between Middle Age and Elderly in Cipayung Health Centre Depok]', *Penelitian Gizi dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research)*, 43(2), pp. 89–100. doi: 10.22435/pgm.v43i2.2801.

Sari, R. and Patimah, S. (2023) 'Hubungan Status Gizi, Kualitas Tidur Dan Tingkat Kecemasan Dengan Derajat Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tamalate', *Window of Public Health Journal*, 4(2), pp. 208–216.

Sembel, V. S., Mautang, T. W. E. and Toar, J. (2023) 'HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KAKAS TAHUN 2022', *JURNAL ILMIAH KESEHATAN MANADO*, 2(3).

Setiyawan, A. Y., Mahayanti, A. and Widiyanti, C. R. (2024) 'Hubungan Aktivitas Fisik dengan Derajat Hipertensi pada Lansia Peserta Prolanis di Puskesmas Ngawen 2 Kabupaten Gunungkidul', *Journal of Health (JoH)*, 11(2), pp. 175–181.

Su, P. et al. (2017) 'Joint association of obesity and hypertension with disability in the elderly—A community-based study of residents in Shanghai, China', *Journal of Nutrition, Health and Aging*, 21(4), pp. 362–369. doi: 10.1007/s12603-016-0777-z.

Suangga, G. I. (2017) 'Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Hipertensi Di Rumah Sakit Pendidikan Universitas Hasanuddin', *Journal Medical*, pp. 1–77.

Suharti (2024) 'GAMBARAN POLA MAKAN DAN STATUS GIZI PASIEN PROLANIS DENGAN HIPERTENSI DI UPTD PUSKESMAS NUSAWUNGU I TAHUN 2023', *Doctoral dissertation*.

Utami, N. et al. (2017) 'Konsumsi Pisang Ambon sebagai terapi Non Farmakologis Hipertensi Banana Consumption as Non Pharmacological Therapy of Hypertension', *Majority*, 6, pp. 120–125.

Wahyuni, A. and Hidayati, R. W. (2023) 'Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi pada Lansia di Kecamatan Tegalrejo Yogyakarta', *Informasi dan Promosi Kesehatan*, 2(2), pp. 150–157.