

FAKTOR FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI PADA LANSIA

Factors Related To The Event Of Hypertension In The Elderly

Devi Natalia ^{1*}

Rizki Muji Lestari ²

Dita Wasthu Prasida ³

*STIKes Eka Harap Palangka Raya, Palangka Raya, Kalimantan Tengah, Indonesia

*email:

devinatalia99961@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang : Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/ Tenang peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama dapat menimbulkan kerusakan ginjal, jantung dan otak (stroke). Data *World Health Organization* (WHO) menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya.

Tujuan Penelitian : Menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia berdasarkan data melalui metode literature review

Metode Penelitian : Menggunakan metode *literature review*. Penelusuran jurnal menggunakan database akademik yaitu *google scholar* yang publikasi pada tahun 2017-2020 menggunakan Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris. Desain penelitian *Cross-sectional*.

Hasil : Diperoleh 6 hasil penelitian sesuai kriteria inklusi sampel 64-137 responden hasil penelitian menunjukkan 5 jurnal penelitian adanya hubungan antara faktor resiko hipertensi dengan nilai $\alpha = 0,05$ serta satu jurnal tidak ada hubungan antara stress, aktivitas fisik dan kebiasaan merokok.

Kesimpulan : 6 artikel jurnal penelitian dengan metode *literature review* ada 5 jurnal terdapat ada hubungan yaitu, stress, aktivitas fisik dan kebiasaan merokok dan 1 jurnal terdapat tidak ada hubungan stress, aktivitas fisik dan kebiasaan merokok dalam faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia.

Kata Kunci : Faktor, Hipertensi, Lansia

Daftar Pustaka : 13 (2011-2020)

Kata Kunci:

Faktor
Hipertensi
Lansia

Keywords:

Factors
Hypertension
Elderly

Abstrack

Background: Hypertension is an increase in systolic blood pressure of more than 140 mmHg and a diastolic blood pressure of more than 90 mmHg on two measurements with an interval of five minutes in a state of sufficient rest / Calm, an increase in blood pressure that lasts for a long time can cause kidney damage, heart and brain (stroke). World Health Organization (WHO) data shows that around 1.13 billion people in the world have hypertension, meaning that 1 in 3 people in the world is diagnosed with hypertension. The number of people with hypertension continues to increase every year, it is estimated that in 2025 there will be 1.5 billion people affected by hypertension and it is estimated that every year 9.4 million people die from hypertension and its complications.

Research Objectives: To analyze the factors related to the incidence of hypertension in the elderly based on data through the literature review method

Results: 6 research results were obtained according to the sample inclusion criteria of 64-137 respondents. The results showed 5 research journals there was a relationship between hypertension risk factors with a value of $\alpha = 0.05$ and one journal had no relationship between stress, physical activity and smoking habits.

Conclusion: 6 research journal articles using the literature review method there are 5 journals there is a relationship, namely stress, physical activity and smoking habits and 1 journal there is no relationship between stress, physical activity and smoking habits in factors related to the incidence of hypertension in the elderly.

Keywords: Factors, Hypertension, Elderly

Bibliography : 13 (2011-2020)



PENDAHULUAN

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah distolik lebih dari 90 mmhg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/ Tenang peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama dapat menimbulkan kerusakan ginjal, jantung dan otak (stroke), jika tidak dideteksi secara dini dan mendapatkan pengobatan hipertensi yang memadai (Mardalena, 2017). Proses penuaan adalah suatu proses alamiah yang pasti akan dialami oleh setiap orang. Sejalan dengan peningkatan usia harapan hidup, semakin kompleks pula masalah kesehatan yang dihadapi. Secara alamiah sel-sel tubuh mengalami penurunan dalam fungsinya akibat proses penuaan. (Suiraoaka, 2012). Hipertensi merupakan salah satu penyakit degenerative yang mempunyai tingkat morbiditas dan mortalitas tinggi. Hipertensi adalah masalah kesehatan yang terjadi pada kalangan usia lanjut (Widyasari & Raodah, 2019) Hipertensi merupakan kondisi yang sering ditemukan pada pelayanan kesehatan. Disamping itu, pengontrolan hipertensi belum adekuat meskipun obat-obatan yang efektif banyak tersedia (KEMENKES RI, 2014) 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 mengingatkan bahwa pathogenesis perjalanan penyakit, dan penatalaksanaannya tidak seluruhnya sama dengan hipertensi pada usia dewasa muda ((Widyasari & Raodah, 2019). Hipertensi masalah yang cukup berbahaya karena hipertensi merupakan faktor resiko utama yang mengarah kepada penyakit kardiovaskuler seperti serangan jantung, stroke dan penyakit ginjal yang mana akan menyebabkan kematian, terutama dikalangan lansia karena hipertensi pada usia lanjut

akan mengalami penurunan beberapa fungsi organ tubuh yang dapat menyebabkan penyerapan gizi menurun. Keadaan ini tentunya akan mempengaruhi status gizi lansia karena hipertensi pada usia lanjut menjadi lebih penting lagi mengingat bahwa pathogenesis perjalanan penyakit dan penatalaksanaannya tidak seluruhnya sama dengan hipertensi pada usia dewasa muda.

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya. Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang cukup berbahaya di seluruh dunia karena hipertensi merupakan faktor risiko utama yang mengarah kepada penyakit kardiovaskuler seperti serangan jantung, stroke dan penyakit ginjal yang mana pada tahun 2016 penyakit jantung iskemik dan stroke menjadi dua penyebab kematian utama di dunia (WHO, 2018).

Berdasarkan data sensus penduduk badan pusat statistik provinsi Kalimantan tengah hingga tahun 2018 penyakit hipertensi menjadi urutan no 2 terbanyak dari 10 besar penyakit lainnya, dengan jumlah 41.819 kasus. Estimasi penderita hipertensi berusia > 15 tahun pada tahun 2019 sebanyak 472.618 orang hasil pengukuran tekanan darah, sebanyak 204.500 orang atau 43,3% dinyatakan hipertensi sedangkan yang mendapatkan pelayanan kesehatan sebanyak 402.500 orang atau 43,3%. Berdasarkan data dinas kesehatan provinsi Kalimantan Tengah tahun 2020 kasus hipertensi dengan jumlah 374.093 penderita, terdapat 10.567 data kasus lama dan 1.124 kasus baru setiap tahunnya. Berdasarkan data Dinas Kota Palangkaraya pada tahun 2019 hingga tahun 2020, hipertensi menduduki peringkat

2 penyakit paling tinggi dikota Palangkaraya, dengan jumlah 10,337 kasus pada tahun 2019 dan semakin meningkat pada tahun 2020 menjadi 16,935 kasus. Kunjungan penderita hipertensi dikota palangkaraya dalam 5 tahun terakhir menunjukkan peningkatan cukup tajam. Pada tahun 2019 dilaporkan estimasi penderita hipertensi mencapai 27.639 pada usia >15 tahun dan hanya 28,72% yang mendapatkan pelayanan sesuai standart, pada tahun 2017 dilaporkan terdapat 12,606 penderita meningkat dibandingkan taun 2016 yaitu 12,038 penderita dampak dari penyakit hipertensi mengakibatkan jantung bekerja lebih keras sehingga proses perusakan dinding darah berlangsung lebih cepat.

METODOLOGI

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode studi kepustakaan atau *literature review*. Menurut Snyder (2019) *literature review* adalah sebuah metodologi penelitian yang bertujuan untuk mengumpulkan dan mengambil intisari dari penelitian sebelumnya serta menganalisis beberapa *overview* para ahli yang tertulis dalam teks. *Literature review* adalah analisis terintegrasi tulisan ilmiah yang terkait langsung dengan pertanyaan penelitian (Nursalam, 2020). Pada penelitian ini *literature review* yang dilakukan terkait faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan Hasil penelitian terkait terdapat beberapa kesamaan antara fakta dan teori dari 6 jurnal tersebut terdapat 4 memiliki hubungan sedangkan 1 tidak ada memiliki hubungan pada 5 jurnal memiliki kesamaan yaitu Stress, Kebiasaan merokok dan Aktifitas fisik, hubungan tingkat konsumsi garam dan hubungan tingkat konsumsi makanan berlemak, Stres sangat mempengaruhi terjadi hipertensi ketika orang yang disaat kondisi emosi bisa mempengaruhi kondisi fisik

keseluruhannya serta menyebabkan naiknya tekanan darah secara mendadak maka dari itu orang yang memiliki riwayat penyakit hipertensi disarankan untuk menjauhi atau setidaknya mengelola tingkat stres, kebiasaan merokok jika penderita hipertensi aktif dalam merokok akan menimbulkan dampak bahaya akan membuat diameter pembuluh darah menjadi mengecil sehingga berisiko terjadinya peningkatan tekanan darah. Dan aktivitas fisik memberikan manfaat bagi kesehatan jantung membuat aliran darah menjadi lebih terkendali dan menghindari resiko nya obesitas obesitas tersebut akan memicu terjadinya hipertensi. I jurnal yang tidak memiliki hubungan antara Stress, Kebiasaan Merokok dan Aktifitas Fisik Karena pada jurnal tersebut menjelaskan pada Genetik, Indeks Masa Tubuh (TMT), kebiasaan olahraga, pekerjaan dan pendidikan. sedangkan pada stress, kebiasaan merokok, aktifitas fisik, kebiasaan konsumsi asupan garam dan kebiasaan konsumsi berlemak tidak dijelaskan pada stress semakin meningkat emosional semakin meningkatkan stress hal tersebut akan menyebabkan terjadi tekanan darah yang akan menimbulkan hipertensi maka dari itu ketika seseorang penderita hipertensi mengalami penyakit hipertensi agar tidak tingkat stress meningkat dan terlalu banyak pikiran atau beban yang menyebabkan mereka selalu memikirkan hal tersebut sehingga tidak terkontrol tekanan darahnya yang memicu stress tersebut ketika seseorang memikirkan pekerjaan yang banyak yang membuat selalu kepikiran terhadap pekerjaannya maka hal tersebut penderita hipertensi lansia agar tidak terlalu banyak stress karna faktor usia yang sudah tua agar tidak terlalu banyak pikiran, dan aktifitas fisik jika kurangnya melakukan aktivitas fisik maka menimbulkan resiko hal tersebut jika penderita hipertensi kurang aktivitas fisik sangat mempengaruhi stabilitas tekanan darah pada orang penderita hipertensi yang tidak aktif dalam melakukan kegiatan cenderung mempunyai frekuensi denyut jantungnya lebih tinggi maka hal tersebut sebaiknya bagi penderita

hipertensi agar selalu melakukan aktifitas fisik seperti halnya melakukan aktivitas fisik dengan melakukan aktivitas fisik dapat dilakukan dengan kegiatan sehari-hari dirumah melakukan seperti cuci baju berkebun dll nya dan bisa juga melakukan kegiatan berupa olahraga yaitu lari ringan bagi penderita hipertensi pada usia lanjut sebaiknya ada pergerakan otot agar untuk menambah kekuatan jantung dalam memompa darah yang berefek pada pengontrolan tekanan darah . dan kebiasaan merokok pada hipertensi lansia kebiasaan merokok akan memicu nya tekanan darah meningkat karena faktor usia juga kebiasaan merokok akan meningkatkan denyut jantung dan tekanan darah karena semakin meningkat nya kebiasaan merokok maka akan semakin meningkatnya denyut jantung maka hal tersebut sebaiknya bagi penderita hipertensi lansia agar tidak melakukan kebiasaan merokok agar denyut jantung nya tidak meningkat dan tidak menimbulkan tekanan darah, Kebiasaan konsumsi makanan berlemak akan menimbulkan tekanan darah dan mengakibatkan penyempitan pembuluh darah karena banyaknya lemak yang menempel maka hal tersebut sebaik hipertensi lansia agar menghindari konsumsi makanan berlemak dan kebiasaan konsumsi garam sangat mempengaruhi terjadi nya peningkatan volume plasma dan curah jantung dan tekanan darah hal tesebut akan menimbulkan prevalensinya terjadinya hipertensi.

KESIMPULAN

Dari 6 artikel jurnal penelitian dengan metode *literature review* tentang fokus dan tujuan dari tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia ,dan tidak ada hubungan faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi dari 5 jurnal ada hubungan terdapat ada hubungan kebiasaan merokok, hubungan tingkat stress, hubungan aktivitas fisik ,hubungan kebiasaan konsumsi garam,dan kebiasaan konsumsi makanan berlemak ,hubungan tingkat stress dengan kejadian hipertensi lansia akan memicu terjadi tekanan darah karena

tingkat stress yang tinggi ,hubungan aktivitas fisik akan menyebabkan denyut jantung lebih tinggi ,kebiasaan merokok akan menimbulkan kekakuan pembuluh darah dan mengganggu kerja paru-paru yang normal kebiasaan konsumsi garam akan peningkatan volume plasma curah jantung dan tekanan darah dan kebiasaan makanan konsumsi berlemak akan meninumbalkan peningkatan berat badan yang beresiko terjadinya hipertensi. Maka dapat disimpulkan bagi pe derita hipertensi untuk menghindari faktor faktor yang berubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia tersebut agar tidak menimbulkan kan kejadian hipertensi kepada lansia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, peneliti dapat menyelesaikan penyusunan Skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Palangka Raya. Peneliti menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak pada penyusunan Skripsi ini, sangatlah sulit bagi peneliti untuk menyelesaikan laporan ini. Oleh karena itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

- 1) Maria Adelheid Ensia, S.Pd., M.Kes, selaku Ketua STIKES Eka Harapan yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada penulis untuk mengikuti dan menyelesaikan Pendidikan Kesehatan Masyarakat.
- 2) Lensi Natalia Tambunan, SST., M. Kes, selaku Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat yang memberikan dukungan dalam penyelesaian Skripsi ini
- 3) Rizki Muji Lestari, SST., M. Kes, selaku pembimbing I yang telah membantu, bersedia membagikan ilmunya dan membimbing saya dalam pembuatan Skripsi ini, sehingga proposal ini dapat diselesaikan tepat pada waktunya.

- 4) Bd Dita Wasthu Prasida, SKM, M.Kes (Epid) selaku pembimbing II yang membantu, bersedia membagikan ilmunya dan membimbing serta mengarahkan saya dalam pembuatan proposal ini, sehingga proposal ini dapat diselesaikan tepat pada waktunya.
- 5) Orang tua dan saudara saya, seluruh keluarga yang selalu mendukung, memberikan perhatian, dan selalu memberikan dorongan do'a selama penulis menempuh pendidikan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Eka Harap Palangka Raya.

Semoga bantuan serta budi baik yang telah diberikan kepada peneliti, mendapat balasan dari Tuhan Yang Maha Esa. Besar harapan peneliti agar Skripsi ini dapat bermanfaat.

REFERENSI

1. Suiroaka, I. (2012). *Penyakit Degeneratif*. Nuha Medika, Yogyakarta.
2. Widyasari, R., & Raodah, R. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Ulee Kareng Banda Aceh. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 5(1), 178. <https://doi.org/10.33143/jhtm.v5i1.1028>
3. KEMENKES RI. (2014). *hipertensi*. Infodatin pusat data dan informasi kementerian kesehatan RI 2014.
4. Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 104. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039>
5. Nursalam, H. (2020). *Literature Systematic Review pada Pendidikan Kesehatan* (T. Sukartini, D. Priyantini, & D. Maf'ula (eds.)). Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga.