

ANALISIS PENGARUH KARAKTERISTIK INDIVIDU DAN ASUPAN GARAM SERTA GULA TERHADAP KEJADIAN HIPERTENSI (STUDI CROSS SECTIONAL PADA MASYARAKAT DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS ALUH-ALUH KABUPATEN BANJAR)

Nita Pujianti^{1,*}, Noor Ahda Fadillah¹, Nadia Hildawati¹

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat

*Penulis korespondensi: nitapujianti@ulm.ac.id

Abstrak. Kasus hipertensi menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar tahun 2021 sebanyak 27.552 kasus. Hipertensi dapat mengakibatkan berbagai komplikasi, bahkan dapat menimbulkan kecacatan dan kematian mendadak dan penyebabnya belum diketahui secara pasti. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar prevalensi beberapa faktor risiko terjadinya hipertensi ada pada masyarakat di Kabupaten Banjar khususnya di wilayah Kecamatan Aluh-Aluh yaitu konsumsi gula berlebih (1,5%), garam berlebih (2,5%), lemak berlebih (1,2%), kurang konsumsi buah dan sayur (3%), merokok (1,2%), obesitas sentral (6,3%), dan obesitas (2,9%) dari total penduduk usia ≥ 15 tahun. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor apa saja yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Aluh-Aluh dengan rancangan penelitian *cross sectional* menggunakan instrument berupa data sekunder dari data SIPTM (posbindu PTM periode Januari-April 2021) Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Aluh-Aluh dengan jumlah sampel sebanyak 725 orang diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Analisis data menggunakan uji *chi square* dan hasil penelitian menunjukkan ada hubungan asupan garam ($p\text{-value}=0,000$) dengan kejadian hipertensi. Sedangkan asupan gula ($p\text{-value}=0,529$), jenis kelamin ($p\text{-value}=0,105$), pendidikan terakhir ($p\text{-value}=0,084$), pekerjaan ($p\text{-value}=0,426$), status pernikahan ($p\text{-value}=0,575$), menunjukkan tidak ada hubungan dengan kejadian hipertensi. Kesimpulan penelitian ini adalah bahwa asupan garam berlebih secara bermakna beresiko tinggi menyebabkan kejadian hipertensi

Kata kunci: hipertensi, data sekunder, asupan garam, asupan gula, karakteristik individu

1. PENDAHULUAN

Hipertensi atau yang umum dikenal sebagai tekanan darah tinggi, adalah suatu kondisi dimana pembuluh darah secara terus-menerus mengalami peningkatan tekanan (JNCS, 2003). Ditandai dengan tekanan darah yang lebih tinggi dari 140/90 mmHg dan diklasifikasikan sesuai derajat keparahannya (Sutanto, 2010). Di seluruh dunia, hipertensi mengakibatkan kurang lebih 7,5 juta kematian dari 12,8% total kematian secara keseluruhan (Dinkesprov Kalsel, 2017). Riskesdas 2013 dan 2018 menyatakan prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun terjadi peningkatan dari 25,8% menjadi 34,1%, prevalensi tertinggi di Kalimantan Selatan (44.1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%). Black dan Hawks (2005) menyatakan bahwa semua jenis hipertensi dipengaruhi oleh faktor genetik dan faktor lingkungan yang diklasifikasikan menjadi faktor yang tidak dapat dimodifikasi dan dapat dimodifikasi. Faktor yang tidak dapat dimodifikasi terdiri dari riwayat keluarga, umur, jenis kelamin, dan etnis. Sedangkan faktor yang dapat dimodifikasi terdiri dari stres, obesitas, nutrisi, konsumsi zat berbahaya, aktivitas fisik, dan adanya riwayat diabetes mellitus. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar prevalensi beberapa faktor risiko terjadinya hipertensi ada pada masyarakat di Kabupaten Banjar khususnya di wilayah Kecamatan Aluh-Aluh yaitu konsumsi gula berlebih (1,5%), garam berlebih (2,5%), lemak berlebih (1,2%), kurang konsumsi buah dan sayur (3%), merokok (1,2%), obesitas sentral (6,3%), dan obesitas (2,9%) dari total penduduk usia ≥ 15 tahun.

2. METODE

Desain: Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross sectional*, yang mana menggunakan data sekunder dari laporan Sistem Informasi Penyakit Tidak Menular (SIPTM) bulan Januari-April Tahun 2021 Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar dan dianalisis lebih lanjut untuk mengetahui hubungan dari berbagai faktor risiko kejadian hipertensi.



Populasi & Sampel: Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Aluh-Aluh dengan jumlah sampel sebanyak 725 orang diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Analisis data menggunakan uji *chi square*

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Analisis Univariat

No	Variabel	Kategori	Frekuensi	Presentasi (%)
1	Kejadian Hipertensi	Hipertensi	377	46,5
		Tidak Hipertensi	388	53,5
2	Jenis Kelamin	Laki-Laki	75	10,3
		Perempuan	650	89,7
3	Pendidikan Terakhir	Rendah	692	95,5
		Tinggi	33	4,5
4	Pekerjaan	Tidak Bekerja	553	76,3
		Bekerja	172	23,7
5	Status Pernikahan	Tidak Ada Pasangan	21	2,9
		Ada Pasangan	704	97,1
6	Asupan Garam	Berlebih	216	29,8
		Tidak Berlebih	509	70,2
7	Asupan Gula	Berlebih	42	5,8
		Tidak Berlebih	683	94,2

Sumber: data sekunder SIPTM Dinkes Kabupaten Banjar (periode Januari-April 2021)

Data ini diperoleh dari 725 sampel sebagai responden, hasil pengukuran menunjukkan angka yang hampirimbang antara responden yang terdiagnosis hipertensi (46,5%) dan tidak hipertensi (53,5%). Lebih banyak perempuan (89,7%) yang datang di kegiatan Posbindu dan responden didominasi pendidikan rendah (maksimal tamat sekolah tingkat menengah pertama) yaitu sebesar 95,5% dan banyak yang tidak bekerja (76,3%) serta hampir semua responden berstatus menikah (97,1%). Untuk asupan garam, masih ada 29,8% responden yang mengkonsumsi garam berlebih serta ada 5,8% responden yang mengkonsumsi gula berlebih.

Tabel 2. Analisis Bivariat

Variabel	Kategori	Kejadian Hipertensi				Total	p-value
		Hipertensi		Tidak Hipertensi			
		N	%	N	%		
Jenis Kelamin Pendidikan	Laki-Laki	42	56	33	44	75 (100%)	0,105
	Perempuan	295	45,4	355	54,6	650 (100%)	
	Rendah	327	47,3	365	52,7	692 (100%)	0,084
	Tinggi	10	30,3	23	69,7	33 (100%)	
Pekerjaan	Tidak Bekerja	252	45,6	301	54,4	553 (100%)	0,426
	Bekerja	85	49,4	87	50,6	172 (100%)	
Status Pernikahan	Tidak ada pasangan	8	38,1	13	61,9	21(100%)	0,575
	Ada pasangan	329	46,7	375	53,3	704(100%)	
	Asupan Garam	Berlebih	211	97,7	5	2,3	216 (100%)
Tidak Berlebih		126	24,8	383	75,2	509 (100%)	
Asupan Gula	Berlebih	22	52,4	20	47,6	42(100%)	0,529
	Tidak Berlebih	315	46,1	368	53,9	683(100%)	

Sumber: Data sekunder SIPTM Dinkes Kabupaten Banjar (periode Januari-April 2021)

Pada Tabel 2 menunjukkan hasil analisis bivariat antara variabel terikat dengan variabel bebas. Asupan Garam merupakan variabel yang menunjukkan adanya pengaruh kejadian hipertensi yang lebih banyak terjadi pada responden dengan asupan garamnya berlebih (97,7%) dibandingkan dengan responden yang asupan garamnya tidak berlebih (24,8%). Hasil uji statistik dengan *chi-square* diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,000 karena nilai *p-value* < α (0,05) maka H_0 ditolak, sehingga ada hubungan asupan garam dengan kejadian hipertensi pada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Aluh-Aluh. Responden yang asupan garamnya berlebih 128,27 kali lebih berisiko menderita hipertensi dibandingkan responden yang asupan garamnya tidak berlebih.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara konsumsi garam terhadap kejadian hipertensi pada perempuan dewasa muda di Kabupaten Sukoharjo. Konsumsi garam atau kandungan natrium dalam makanan yang dikonsumsi merupakan salah satu penyebab hipertensi. Natrium berpengaruh meningkatkan volume plasma dan tekanan darah (Nugraheni, 2018).

Konsumsi natrium yang berlebih menyebabkan komposisi natrium dalam cairan di dalam cairan ekstraseluler meningkat. Untuk menormalkan kembali, cairan intraseluler harus ditarik keluar sehingga volume cairan ekstraseluler meningkat. Meningkatnya cairan ekstraseluler tersebut menyebabkan terjadi melalui meningkatnya volume darah naik, sehingga berdampak pada timbulnya hipertensi (Mayasari, 2019). Natrium yang diserap ke dalam pembuluh darah yang berasal dari konsumsi garam yang tinggi mengakibatkan adanya retensi air, sehingga volume darah meningkat. Hal ini yang mengakibatkan naiknya tekanan darah. Asupan natrium yang tinggi akan menyebabkan pengeluaran berlebihan dari hormon natriuretik dan secara tidak langsung akan meningkatkan tekanan darah (Kemenkes RI, 2013).

4. SIMPULAN

Kesimpulan penelitian ini adalah bahwa asupan garam berlebih secara bermakna beresiko tinggi menyebabkan kejadian hipertensi

Saran penelitian ini adalah perlunya evaluasi berkesinambungan untuk program Posbindu PTM serta perlunya inovasi promosi kesehatan yang lebih efektif untuk masyarakat disertai dengan perbaikan manajemen kesehatan

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada LPPM ULM dan DIPA Universitas Lambung Mangkurat Tahun Anggaran 2021 Nomor: SP DIPA – 023.17.2.677518/2021 tanggal 23 November 2020 Universitas Lambung Mangkurat Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Sesuai dengan SK Rektor Universitas Lambung Mangkurat Nomor: 697/UN8/PG/2021 Tanggal 22 Maret 2021

6. DAFTAR PUSTAKA

- Dinkes Kota Bjm. (2017) *Laporan Penyakit Tidak Menular Terbanyak*.
Dinkesprov Kalsel. (2017). *Laporan Penyakit Tidak Menular Tertinggi*.
Dinkes Kabupaten Banjar (2021). *Laporan SIPTM Posbindu Puskesmas*.
JNCS, J. N. C. (2003). *Seventh report of the joint national committee on prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure*.
Kemenkes. (2013). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Jakarta.
Kemenkes. (2018). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Jakarta.
Kemenkes RI. (2013). *Pedoman teknis penemuan dan tatalaksana hipertensi*.
Mayasari *et al.* (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi. *Journal of Telenursing*, 1(2), pp. 344–353.
Nugraheni, A. T., & Wijayanti, A. C. (2018). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Perempuan Dewasa Muda Di Kabupaten Sukoharjo Tahun 2017*. 2017 The 8 th University Research', pp. 46–51.
Putri, F. A., B.S, F. E. & Rahayu (2016). Analisis faktor risiko hipertensi primer pada lansia di Puskesmas Dinoyo Malang. *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Kedokteran Keluarga*, 12(2), pp. 83–90.

