



HUBUNGAN KONSUMSI MAKANAN DENGAN PENYAKIT HIPERTENSI PADA LANSIA DI PANTI JOMPO YAYASAN GUNA BUDI BAKTI MEDAN LABUHAN

Relationship Of Food Consumption With Disease Hypertension In Elderly In Pantj Jompo Yayasan Guna Budi Bakti Medan Labuhan

Ihsan Kurniawan^{1*}

¹. Departemen Keperawatan, Fakultas Farmasi dan Kesehatan Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia, Email: ihsanjagoan@gmail.com

Abstrak

Pendahuluan; Berdasarkan data WHO (*World Health Organization*), di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% orang di seluruh dunia mengidap hipertensi, angka kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Dari 972 juta mengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara berkembang termasuk Indonesia. Tujuan; untuk mengetahui hubungan konsumsi makanan dengan penyakit hipertensi pada lansia di Pantj Jompo Yayasan Guna Budi Bakti Medan Labuhan tahun 2018. Bahan dan Metode; jenis penelitian ini adalah survey analitik untuk mengetahui hubungan antara dua variabel dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien yang menderita hipertensi di Pantj Jompo Yayasan Guna Budi Bakti Medan Labuhan tahun 2018 yang berjumlah 64 orang dan sampel 64 orang dan menggunakan total sampling. Uji dalam penelitian ini adalah *Uji Chi-square*. Hasil; penelitian ini menunjukkan bahwa 61 (95,3%) mayoritas memiliki konsumsi makanan kurang baik, dan penyakit hipertensi mayoritas berat sebanyak 45 responden (70,3%), Hasil uji statistik dengan bivariat didapatkan ada hubungan konsumsi makanan dengan penyakit hipertensi dengan nilai $p\text{-Value}=0,004$. Kesimpulan; dalam penelitian ini adalah ada hubungan konsumsi makanan dengan penyakit hipertensi pada lansia di Pantj Jompo Yayasan Guna Budi Bakti Medan Labuhan.

Kata Kunci: Konsumsi Makanan, Penyakit Hipertensi

Abstract

Background; Based on WHO data (World Health Organization), around 972 million people in the world or 26.4% of people worldwide have hypertension, the figure is likely to increase to 29.2% in 2025. Of the 972 million hypertension, 333 million are in developed countries and the remaining 639 are in developing countries including Indonesia. Objectives; to determine the relationship of food consumption with hypertension in the elderly at the Nursing Home in Medan Labuhan Foundation for the Budi Bakti in 2018. The research design is an analytical survey to determine the relationship between two variables with a cross sectional approach. The population in this study were patients who suffered from hypertension in the Nursing Home Foundation Medan Labuhan For Budi Bakti in 2018 totaling 64 people and a sample of 64 people and using total sampling. Material and Method The test in this study is Chi-square test. Results; of this study showed that 61 (95.3%) of the

majority had poor food consumption, and the majority of hypertensive diseases were as heavy as 45 respondents (70.3%), bivariate statistic test results showed that there was a relationship between food consumption and hypertension with p value - $Value = 0.004$. Conclusion; In this study, there is a relationship between food consumption and hypertension in the elderly at the Guna Budi Bakti Nursing Home in Medan Labuhan.

Keywords: *Dietary Habit, Hypertension*

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang mengakibatkan kesakitan yang tinggi. Hipertensi atau penyakit darah tinggi adalah gangguan dalam pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawah oleh darah terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkannya. (1) Hipertensi merupakan salah satu penyakit degeneratif (suatu penyakit yang muncul akibat proses kemunduran fungsi sel tubuh yaitu dari keadaan normal menjadi lebih buruk yang biasanya terjadi pada usia lanjut) yang perlu diwaspadai karena merupakan penyebab kematian utama ketiga di Indonesia untuk semua umur (6,8%), setelah stroke (15,4%) dan tuberculosis (7,5%). (2)

Berdasarkan data WHO (*World Health Organization*), di seluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% orang di seluruh dunia mengidap hipertensi, angka kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Dari 972 juta mengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara berkembang termasuk Indonesia. (3). Berdasarkan data Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) prevalensi di Indonesia yang didapatkan melalui pengukuran pada umur ≥ 18 tahun sebesar 25,8 persen, tertinggi di bangka belitung (30,9%), diikuti kalimantan selatan (30,8%), kalimantan timur (29,6) dan jawa barat (29,4%). Prevalensi hipertensi di Indonesia yang di dapatkan melalui kuesioner terdiagnosis tenaga kesehatan sebesar 9,4%, yang di diagnosis tenaga kesehatan atau sedang minum obat sebesar 9,5%. Jadi, 0,1 % yang minum obat sendiri. Responden yang mempunyai tekanan darah normal tetapi sedang minum hipertensi sebesar 0,7%. Jadi prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 26,5 % (25,8%+0,7%) (4) Berdasarkan survei awal yang di lakukan di sebanyak 64 pasien penderita hipertensi pada lansia. Jumlah tersebut di ketahui bahwa penderita hipertensi perempuan terdapat 35 orang sedangkan laki- laki 29 orang.

Hal ini memperlihatkan bahwa penyakit hipertensi merupakan penyakit yang serius yang dapat memberikan ancaman bagi kesehatan masyarakat. Faktor- faktor penyebab hipertensi bisa bermacam-macam diantaranya usia, jenis kelamin, genetika (keturunan), obesitas, stres, minuman alkohol, merokok, adanya komplikasi penyakit lain serta mengkonsumsi kafein. (2)

Perubahan gaya hidup secara global berperan besar dalam meningkatkan angka kejadian hipertensi. Semakin mudahnya mendapatkan makanan siap saji membuat konsumsi sayuran segar dan serat sangat berkurang, konsumsi garam lemak, gula, dan kalori meningkat. Terlebih lagi penurunan aktivitas fisik sehingga menyebabkan peningkatan jumlah populasi orang yang kelebihan berat badan dan beresiko hipertensi. (5)

Penyakit degeneratif memiliki kolerasi yang cukup kuat dengan bertambahnya proses penuaan usia seorang meski faktor keturunan cukup berperan besar. Ini terjadi karena perubahan pola atau gaya hidup, termasuk pola konsumsi makanan, di samping itu malnutrisi yang lama pada lansia akan mengakibatkan dan kelelahan karena energi yang menurun. (6)

Pola makan merupakan cara makan seseorang yang berhubungan dengan kebiasaan makan setiap harinya. Faktor mengkonsumsi makanan lemak tinggi, kolestrol, dan garam yang berlebihan, atau kurang terkontrolnya pola makan mengakibatkan masih tingginya orang lanjut usia yang menderita berbagai macam penyakit akibat faktor tersebut. (7)

Ketidakeimbangan antara konsumsi karbohidrat dan kebutuhan energi, dimana konsumsi terlalu berlebihan di bandingkan dengan kebutuhan atau pemakaian energi akan menimbulkan kegemukan atau obesitas, kelebihan energi dalam tubuh disimpan dalam bentuk jaringan lemak. Pada keadaan normal, jaringan lemak di timbun dalam beberapa tempat tertentu di antaranya di jaringan

subkutan di dalam jaringan usus (*omentum*). Jaringan lemak subkutan di daerah perut bagian depan (obesitas sentral) sangat berbahaya karena menjadi resiko terjadinya penyakit kardiovaskuler. (1) Tujuan penelitian ini adalah apakah ada hubungan konsumsi makanan dengan penyakit hipertensi pada lansia di Panti Jompo Yayasan Guna Budi Bakti Medan Labuhan.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah survey analitik yaitu suatu penelitian yang mencoba mengambil bagaimana fenomena kesehatan itu terjadi. Kemudian melakukan analisis dinamika kolerasi atau fenomena yaitu melihat hubungan konsumsi makanan dengan penyakit hipertensi pada lansia. Penelitian survei analitik dilakukan melalui pendekatan cross sectional yaitu: suatu penelitian untuk mempelajari dinamika kolerasi antara faktor-faktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (*point time approach*).

Menurut Notoatmodjo populasi adalah keseluruhan objek penelitian. Apabila seorang peneliti semua elemen yang ada dalam wilayah peneliti maka peneliti merupakan penelitian populasi. Populasi dalam penelitian adalah seluruh lansia (lanjut usia) yang berada di yayasan Guna Budi Bakti Medan Labuhan, namun peneliti mengambil sebanyak 64 orang berdasarkan data yang diambil di yayasan Guna Budi Bakti Medan Labuhan.

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1.

Distribusi Frekuensi Pola Konsumsi Makan dan Penyakit Hipertensi

Variabel	n	%
Pola Konsumsi Makan		
Kurang	61	95,3
Baik	3	4,7
Penyakit Hipertensi		
Ringan	5	7,8
Sedang	14	21,9
Berat	45	70,3

Berdasarkan tabel di atas dapat di ketahui dari 64 responden di Panti Jompo Yayasan Guna Budi Bakti Medan Labuhan Medan 2018, di ketahui bahwa yang memiliki pelayanan keperawatan kurang sebanyak 61 responden (95,3%), sedangkan pelayanan keperawatan baik sebanyak 47 reponden (4,7%) Berdasarkan tabel dibawah dapat di ketahui dari 64 responden di Panti Jompo Yayasan Guna Budi Bakti Medan Labuhan Medan 2018, di ketahui bahwa yang memiliki penyakit hipertensi ringan 140-159/90-99 sebanyak 5 responden (7,8%), penyakit hipertensi sedang 160-170/100-109 sebanyak 14 (21,9%) sedangkan penyakit hipertensi berat 180-209/110-119 sebanyak 45 responden (70,3%).

Analisis Bivariat
Hubungan Pola Konsumsi Makan Dengan Penyakit Hipertensi

Tabel 2.

Distribusi Hubungan Pola Konsumsi Makan dengan Penyakit Hipertensi Di Panti Jompo Yayasan Guna Budi Bakti Medan Labuhan

Pola Konsumsi Makan	Penyakit Hipertensi						Jumlah		Sig.
	Ringan		Sedang		Berat		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
Kurang	5	7,8	11	17,2	45	70,3	61	95,3	0,004
Baik	0	0,0	3	4,7	0	0,0	3	4,7	
Total	5	7,8	14	21,9	45	70,3	64	100	

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat tabulasi silang antara di Panti Jompo Yayasan Guna Budi Bakti Medan Labuhan Tahun 2018 di ketahui bahwa dari 64 responden yang memiliki pola konsumsi makan sebanyak 61 responden (95,3%), dengan penyakit hipertensi ringan sebanyak 5 responden (7,8%), sedang 11 responden (17,2%) dan berat sebanyak 45 responden (70,3%) sedangkan pola konsumsi makan baik sebanyak 3 responden (4,7%) dengan penyakit hipertensi ringan sebanyak 0 (0,0%), sedang sebanyak 3 responden (4,7%) dan berat 45 responden (70,3%). Maka dapat diambil kesimpulan yaitu *probability (Asymp. sig.)* yaitu variabel pola konsumsi makan = 0,004 dari tingkat kesalahan 0,05. Berdasarkan kriteria tersebut berarti ada hubungan pola konsumsi makan dengan penyakit hipertensi di Panti Jompo Yayasan Guna Budi Bakti Medan Labuhan Tahun 2018.

PEMBAHASAN

Hubungan Pola Makan Dengan Penyakit Hipertensi Pada Lansia

Berdasarkan tabel 4. dapat dilihat tabulasi silang antara Di Panti Jompo Yayasan Guna Budi Bakti Medan Labuhan di ketahui bahwa dari 64 responden yang memiliki pola konsumsi makan sebanyak 61 responden (95,3%), dengan penyakit hipertensi ringan sebanyak 5 responden (7,8%), sedang 11 responden (17,2%) dan berat sebanyak 45 responden (70,3%) sedangkan pola konsumsi makan baik sebanyak 3 responden (4,7%) dengan penyakit hipertensi ringan sebanyak 0 (0,0%), sedang sebanyak 3 responden (4,7%) dan berat 45 responden (70,3%). Maka dapat diambil kesimpulan yaitu *probability (Asymp. sig.)* yaitu variabel pola konsumsi makan = 0,004 dari tingkat kesalahan 0,05. Berdasarkan kriteria tersebut berarti ada hubungan pola konsumsi makan dengan penyakit hipertensi di Panti Jompo Yayasan Guna Budi Bakti Medan Labuhan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andi Besse Rawasih dengan judul hubungan faktor konsumsi makanan dengan kejadian hipertensi pada lansia. Dengan menggunakan *Uji chi square P- Value*= 0,000 yang artinya terdapat hubungan antara faktor konsumsi makanan dengan kejadian hipertensi.

Menurut asumsi peneliti pola konsumsi makanan dengan penyakit hipertensi pada lansia sangat berpengaruh karena pola konsumsi makan yang kurang baik maka penyakit hipertensi akan meningkat. Menurut Kusno Dan Wesley lanjut usia pada akhirnya memerlukan makanan yang seimbang sepanjang hidupnya untuk kelangsungan serta pemeliharaan kesehatannya. Lanjut usia mendapatkan zat-zat gizi dalam bentuk bahan makanan berasal dari hewan dan tumbuh-tumbuhan. Satu macam bahan makanan saja tidak dapat memenuhi semua kebutuhan tubuh akan berbagai macam zat gizi yang berlainan jenis dan jumlahnya, untuk mencapai gizi yang prima perlu di penuhi dua hal yaitu, pertama memakan makanan yang beraneka ragam menggunakan semua macam bahan makanan dari semua golongan, kedua bahan makanan dalam jumlah dan kualitas yang benar dan tepat (10).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisa yang dilakukan oleh peneliti disimpulkan ada hubungan pola konsumsi makan dengan penyakit hipertensi pada lansia. Saran dari penelitian ini adalah Bagi

peneliti selanjutnya penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan penelitian yang sejenis. Diharapkan penelitian selanjutnya dapat melakukan penelitian ulang dengan mengembangkan variable lain.

DAFTAR PUSTAKA

1. Widyianingrum S. Hubungan Antara Konsumsi Makanan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. Kesehatan Masyarakat. 2012.
2. Manawan AA. Hubungan Antara Konsumsi Makanan Dengan Kejadian Hipertensi. ilmiah farmasi. 2016 februari; 5(1).
3. Siringoringo M. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Lansia. Jurnal Keperawatan. 2013.
4. Andriaansz PN. Hubungan Konsumsi Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. Jurnal Keperawatan. 2016 mei; 4(1).
5. Elvia N. Gambaran Pola Konsumsi Pangan Dan pola Penyakit Pada Usia Lanjut. Kesehatan Masyarakat. 2012.
6. Rawasih AB. Hubungan Faktor Konsumsi Makanan Dengan Kejadian Hipertensi Pada lansia. Jurnal Kesehatan Masyarakat. 2016.
7. Manurung N. Keperawatan Medikal Bedah. 2nd ed. Jakarta: Trans Info Media; 2012.
8. Ode SL. Asuhan Keperawatan Gerontik. 1st ed. Yogyakarta: Nuha Medika; 2012.
9. Hadi AJ, Hadju V, Suriah RI, Manggabarani S, Yetti RE, Tombeg Z, et al. The Effect of the Implementation of a Planned Peer Group Session Model on Obesity Prevention Among Students of an Integrated Islamic Primary School in Makassar. Pakistan J Nutr. 2019;18(9):882–7.
10. Amalia Z, Tarigan N, Manggabarani S, Nababan ASV. Hubungan Asupan Protein, Vitamin C dan Asupan Vitamin D dengan Densitas Mineral Tulang (DMT) Pada Wanita Dewasa Muda di Kota Lubuk Pakam. J Dunia Gizi. 2018;1(1):36–44.
11. Zaenurrohman DH. Hubungan Pengetahuan Dan Riwayat Hipertensi Dengan Tindakan Pengendalian Tekanan Darah Pada Lansia. Jurnal Berkala Epidemiologi. 2017 Mei; 5(2).
12. Hadi AJ, Manggabarani S, Tombeg Z, Ishak S, Said I. Consumption Pattern and Nutrition Conseling Roles on Obesity of Integrated Primary School Students. Unnes J Public Heal. 2019;8(1):45–50.
13. Priyoto. Nursing Intervetion Classification Lestari PP, editor. jakarta: Salemba Medika; 2015
14. Triyanto E. Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Hipertensi Secara Terpadu. 1st ed. Yogyakarta: Graha Ilmu; 2014.
15. Nasrullah D. Bukua Ajar Kperawatan Gerontik. 1st ed. taufikismail , editor. Jakarta: CV.Trans info Media; 2016.
16. Muhith A. pendidikan Keperawatan Gerontik Christian P, editor. Yogyakarta: CV. Andi Offset; 2016.
17. Ariani AP. Ilmu Gizi. 1st ed. Yogyakarta: Nuha Medika; 2017.
18. Nugroho W. Keperawatan gerontik dan Griantik. 3rd ed. Ester M, editor. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran; 2015.
19. Iman. Panduan Penyusunan Penelitian Bidang Kesehatan Menggunakan Metode Ilmiah. 5th ed. Razia Begum Suroyo HR, editor. Medan: Citapustaka Media Perintis; 2015.

20. Manganti A. *Paduan Hidup Sehat Bebas Diabetes*. I ed. Yogyakarta: Asarka; 12.
21. Kurniasih D. Hubungan Konsumsi Natrium, Magnesium, Kalium, Kafein, Kebiasaan Merokok Dan Aktivitas Fisik Dengan Hipertensi Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2017; 5.