

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KARAKTERISTIK RESPONDEN
PADA PENDERITA HIPERTENSI DI UPT PUSKESMAS DTP
DUKUPUNTANG KABUPATEN CIREBON**

*Eating Pattern and Characteristic of Hypertension Patient In the DPT of Dukupuntang
Health Center, Cirebon District*

Yulia¹, Wahyudin², Laura Weryco Latupeirissa³

¹Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKes Mahardika Cirebon

²Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKes Mahardika Cirebon

³Program Studi Rekam Medis dan Informasi Kesehatan, STIKes Mahardika Cirebon

email : lppm@stikesmahardika.ac.id

ABSTRACT

Hypertension is a persistent increase in blood pressure in the arteries, where the systolic blood pressure is equal to or greater than 140 mmHg and the diastolic blood pressure equal to or above 90 mmHg. The results of a preliminary study conducted by researchers for 7 days from February 1, 2019 to February 7, 2019, out of 25 hypertension sufferers, only 5 patients had normal blood pressure, this was because people with hypertension complained and asked what foods were allowed and what should not be consumed by people with hypertension. The purpose of this study was to determine the relationship between diet and respondent characteristics.

This type of research used in this research was descriptive quantitative, with a cross sectional approach. The population in this study were patients with hypertension at the UPT Puskesmas DPT Dukupuntang in 2019. The sample size was 84 respondents using purposive sampling, patients who experienced hypertension complications were not respondents. The variables measured in this study were dietary patterns and respondent characteristics (age, gender, employment status). Diet questionnaires and observation sheets were used to record the characteristics of the respondents. Data analysis was performed using univariate analysis with percentage and bivariate analysis with chi square test.

The results of this study explain the diet of respondents in the good category (29.80%), moderate (21.40%), less (48.80%). Most respondents were male (72.61%), the most age was ≥ 45 years (81.00%), most of the respondents were still working (91.66%). There is a relationship between diet and respondent characteristics in hypertensive patients with a p value according to age 0.007, according to gender p value 0.002 and according to work p value 0.010.

The conclusion of this study is that diet will be influenced by age, gender, occupation in people with hypertension

Keywords : Diet, characteristics, and hypertension

PENDAHULUAN

Puskesmas Dukupuntang memiliki 7 wilayah desa binaan yaitu, Dukupuntang, Bobos, Cikalahan, Balad, (November, Desember, dan Januari) sebanyak 491

Girinata, Cipanas dan Kedongdong kidul. Hipertensi merupakan salah satu penyakit 10 terbanyak di UPT Puskesmas DTP Dukupuntang setiap bulannya. Jumlah penderita Hipertensi di Wilayah Kerja UPT Puskesmas DTP Dukupuntang selama tiga bulan terakhir

penderita , diantaranya laki-laki sebanyak 312 penderita dan perempuan 179 penderita. Dengan jumlah penderita dengan komplikasi sebanyak 105 penderita. Sedangkan jumlah kematian yang diakibatkan oleh hipertensi pada tahun 2018 sebanyak 15 penderita.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti selama 7 hari dari tanggal 1 Februari 2019 sampai tanggal 7 Februari 2019, dari 25 penderita hipertensi hanya 5 penderita yang memiliki tekanan darah normal, hal ini disebabkan penderita hipertensi mengeluh dan menanyakan apa saja makanan yang boleh dan yang tidak boleh dikonsumsi oleh penderita hipertensi. Selain itu dari hasil wawancara peneliti kepada keluarga penderita hipertensi, keluarga masih menyediakan menu makanan yang sama antara penderita hipertensi dengan anggota keluarga yang lainnya. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan pola makan dengan karakteristik responden pada Penderita Hipertensi

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui nilai variabel mandiri baik satu variabel atau lebih (Sugiyono, 2012).

Populasi merupakan seluruh subjek atau objek dengan karakteristik tertentu yang akan diteliti, bukan hanya objek atau subjek yang dipelajari saja tetapi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki subjek atau objek tersebut (Hidayat, 2011). Populasi dalam penelitian ini adalah pasien penderita hipertensi di UPT Puskesmas DTP Dukupuntang tahun 2018 sebanyak 491 penderita. Sampel yang menjadi responden penelitian adalah pasien dengan hipertensi, berada di Wilayah Puskesmas Dukupuntang, bersedia menjadi responden, dapat membaca dan menulis dengan baik, usia minimal 18 tahun. Pasien hipertensi dengan komplikasi tidak menjadi responden dalam penelitian.

Teknik sampling pada penelitian ini dengan menggunakan *purposive sampling*. *Purposive sampling* yaitu teknik untuk menentukan sampel penelitian dengan beberapa pertimbangan tertentu yang bertujuan agar data yang diperoleh bisa lebih representatif (Sugiyono, 2011). Jumlah populasi adalah 491, kemudian peneliti menggunakan rumus Slovin, untuk mendapatkan jumlah yang representatif. Dengan jumlah responden sebanyak 84 responden sesuai dengan inklusi dan eksklusi. Variable yang diteliti adalah pola makan responden, umur, jenis kelamin, dan status pekerjaan. Kuesioner tentang pola makan yang sudah diuji validitas dan reliabilitas. Dan lembar observasi berupa data pribadi pasien dari Rekam Medik di Puskesmas Dukupuntang. Uji bivariante yang digunakan adalah *chi-square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Pola Makan

Berdasarkan Tabel.3 didapatkan hasil nilai *p value* 0,002

Berdasarkan hasil kuesioner tentang pola makan pada penderita hipertensi terhadap 84 responden didapatkan hasil penelitian yang tertera pada tabel dibawah ini :

Tabel 1
Karakteristik Responden

No	PolaMakan	Jumlah	Presentasi
1	Baik	25	29,80%
2	Cukup	18	21,40%
3	Kurang	41	48,80%
Total		84	100%

Berdasarkan Tabel.1 jumlah pola makan terbanyak dengan kategori kurang sebanyak 41 responden atau 48,80%.

b. Karakteristik Penderita

Tabel. 2
Karakteristik Tekanan Darah Menurut Jenis Kelamin, Umur dan Pekerjaan

No	Keterangan	Jumlah	Presentasi
1.	Jenis Kelamin		
	a. Laki-laki	61	72,61%
	a. Perempuan	23	27,38%
Total		84	100%
2.	Usia		
	a. < 45 tahun	16	19,00%
	b. ≥ 45 tahun	68	81,00%
Total		84	100%
3.	Pekerjaan		
	a. Bekerja	77	91,66 %
	b. Tidak bekerja	7	8,33%
Total		84	100%

Berdasarkan Tabel.2 jumlah pasien terbanyak adalah laki –laki sebanyak 61 responden atau 72, 61%, jumlah usia yang paling banyak menderita hipertensi adalah ≥ 45 tahun sebanyak 68 responden atau 81,00%, jumlah status pekerjaan yang paling banyak adalah responden yang masih bekerja sebanyak 77 responden atau 91,66%.

Tabel. 3
Distribusi hubungan pola makan dengan jenis kelamin responden di UPT Puskesmas DTP Dukupuntang

Pola makan	Jenis Kelamin		P Value
	Laki-laki	Perempuan	
Baik	14	11	0,002
Cukup	10	8	
Kurang	37	4	

yang artinya terdapat hubungan pola makan dengan karakteristik responden pada penderita hipertensi di UPT Puskesmas DTP Dukupuntang Kabupaten Cirebon.

Tabel.4
Distribusi hubungan pola makan dengan umur responden di UPT Puskesmas DTP Dukupuntang

Pola Makan	Umur		P value
	< 45tahun	≥ 45 tahun	
Baik	2	23	0,007
Cukup	8	10	
Kurang	6	35	

Berdasarkan Tabel. 4 didapatkan hasil dengan nilai *p value* 0,007 yang artinya terdapat hubungan pola makan dengan karakteristik responden pada penderita hipertensi di UPT Puskesmas DTP Dukupuntang Kabupaten Cirebon

Tabel. 5
Distribusi hubungan pola makan dengan pekerjaan responden di UPT Puskesmas DTP Dukupuntang

Pola Makan	Pekerjaan		P value
	Bekerja	Tidak Bekerja	
Baik	17	8	0,010
Cukup	17	1	
Kurang	38	3	

Berdasarkan Tabel.5 didapatkan hasil dengan nilai *p value* 0,010 yang artinya terdapat hubungan pola makan dengan karakteristik responden pada penderita hipertensi di UPT Puskesmas DTP Dukupuntang Kabupaten Cirebon.

c. Pola makan dengan umur responden

Berdasarkan umur responden, jumlah responden terbanyak adalah umur lebih dari 45 tahun yaitu sebanyak 68 responden. Dan berdasarkan dari hasil penelitian tentang hubungan pola makan dengan karakteristik pada pasien hipertensi khususnya umur responden memiliki nilai *p value* sebesar 0,007 yang artinya terdapat hubungan antara polamakan dengan karakteristik pada pasien hipertensi khususnya umur. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Novitaningtyas, Tahun 2013, “Hubungan karakteristik (umur, jeniskelamin, tingkat pendidikan) dan aktifitas fisik dengan tekanan darah pada lansia di kelurahan makam haji kecamatan kartasura kecamatan sukoharjo”. Hipertensi dapat didefinisikan sebagai tekanan darah persisten dimana tekanan sistoliknya diatas 140 mmHg dan tekanan diastoliknya di atas 90 mmHg (Sutanto, 2010). Umur adalah lamanya hidup seseorang dari orang tersebut lahir sampai ulangtahun terakhir (Harahap, 2012).

Kepekaan terhadap hipertensi akan meningkat seiring dengan bertambahnya umur seseorang. Individu yang berumur di atas 60 tahun, 50-60% mempunyai pasien hipertensi khususnya dengan status responden

pada yang seharusnya didalam tubuh. Banyaknya cairan yang tertahan menyebabkan peningkatan pada volume darah seseorang atau dengan kata lain pembuluh darah membawa lebih banyak cairan. Beban ekstra yang dibawa oleh pembuluh darah inilah yang menyebabkan pembuluh darah bekerja ekstra yakni adanya peningkatan tekanan darah didalam dinding pembuluh darah. Kelenjar adrenal memproduksi suatu hormon yang dinamakan Ouobain. Kelenjar ini akan lebih banyak memproduksi hormon tersebut ketika seseorang mengkonsumsi terlalu banyak garam. Hormon ouobain ini berfungsi untuk menghadirkan protein yang menyeimbangkan kadar garam dan kalsium dalam pembuluh darah, namun ketika konsumsi garam meningkat produksi hormon ouobain mengganggu keseimbangan kalsium dan garam dalam pembuluh darah (Irianto, 2014).

c. Jenis kelamin responden dengan pola makan

Berdasarkan hasil penelitian hubungan pola makan dengan karakteristik pada pasien hipertensi khususnya jenis kelamin memiliki nilai *p value* sebesar 0,002 yang artinya terdapat hubungan pola makan dengan karakteristik pada pasien hipertensi khususnya jenis kelamin. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni, Tahun 2018, dengan judul penelitiannya “Pola makan dan jenis kelamin dan hubungan pengetahuan terhadap kejadian hipertensi di Kelurahan Sambung Macan Sragen” dengan nilai *p value* 0,02. Jenis kelamin adalah ciri biologis yang dimiliki oleh seseorang yang dibedakan laki-laki dan perempuan (Harahap, 2012). Penyakit hipertensi cenderung lebih rendah pada jenis kelamin perempuan dibandingkan dengan laki-laki. Namun demikian, perempuan yang mengalami masa premenopause cenderung memiliki tekanan darah lebih tinggi daripada laki laki. Hal tersebut disebabkan oleh hormon estrogen, yang dapat melindungi wanita dari penyakit kardiovaskuler. Hormon estrogen ini kadarnya akan semakin menurun setelah menopause (Anggarini, 2013). Setiap jenis kelamin memiliki struktur organ dan hormon yang berbeda. terjadi gangguan pada cairan & elektrolit maka aktivitas tersebut tidak adekuat dan begitu juga sebaliknya. Jika kekuatan otot tersebut baik, akan memperluas pembuluh darah & mempengaruhi masa otot (Hidayati, 2012). Demikian juga pada perempuan dan laki-laki. Berkaitan dengan hipertensi, laki laki mempunyai risiko lebih tinggi untuk menderita hipertensi lebih awal. Laki laki juga mempunyai risiko lebih besar terhadap morbiditas dan mortalitas kardiovaskuler. Sedangkan pada perempuan biasanya lebih rentan terhadap hipertensi ketika mereka sudah berumur di atas 50 tahun (Harahap, 2012).

d. Pekerjaan responden dengan pola makan

Berdasarkan hasil penelitian hubungan pola makan dengan karakteristik pada pasien hipertensi khususnya jenis kelamin memiliki nilai *p value* sebesar 0,002 yang artinya mengolah garam akan menahan cairan lebih banyak dari terdapat hubungan pola makan dengan karakteristik pada

dengan bekerja. Tekanan darah lebih besar atau sama dengan 140/90 mmHg. Hal itu merupakan pengaruh degenerasi yang terjadi pada orang yang bertambah usianya (Harahap,2012).

Pola makan dengan konsumsi diet tinggi garam atau lemak secara langsung berhubungan dengan berkembangnya hipertensi. Faktor ini bisa dikendalikan oleh penderita dengan mengurangi konsumsi garam karena bila mengkonsumsi banyak garam dapat meningkatkan tekanan darah dengan cepat pada beberapa orang, khususnya dengan penderita hipertensi, diabetes, serta orang dengan usia lanjut karena jika garam yang dikonsumsi berlebihan, ginjal yang bertugas untuk Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurlina 2015 dengan judul penelitiannya “Hubungan pola makan dengan karakteristik pada pasien hipertensi di RSUD Sragen” dengan nilai p value 0,03.

Pekerjaan adalah suatu hubungan yang melibatkan dua orang atau lebih (Harahap, 2012). Meningkatnya tingkat pendapatan juga berpengaruh terhadap pemilihan jenis makanan. Seseorang yang memiliki pendapatan tinggi cenderung mengkonsumsi pangan tinggi kalori (tinggi lemak dan karbohidrat) daripada pangantinggi serat. Seperti banyak diketahui bahwa pangan tinggi kalori dan rendah serat dapat menyebabkan obesitas yang berdampak pada peningkatan tekanan darah dan penyakit degeneratif. Makanan berisiko lainnya adalah makanan asin, makanan awetan, dan jeroan. Semua makanan tersebut berkontribusi dalam peningkatan timbunan lemak tubuh yang berujung pada peningkatan berat badan, penimbunan lemak berlebih dan peningkatan tekanan darah. Peningkatan asupan kalori juga berhubungan dengan peningkatan insulin plasma, yang berperan sebagai faktor natriuretik dan menyebabkan peningkatan reabsorpsi natrium ginjal sehingga menyebabkan meningkatnya tekanan darah (Harahap, 2012).

Pendapatan yang tinggi dapat mencakup kurangnya daya beli dengan kurangnya pola makan sehat masyarakat sehingga pemilihan suatu bahan makanan lebih di dasarkan dalam pertimbangan selera dibandingkan aspek gizi. Kecenderungan untuk mengkonsumsi makanan impor (Sulistyoningsih, 2011).

KESIMPULAN

Jumlah pola makan di UPT Puskesmas DTP Dukupuntang dengan kategori baik sebanyak 25 responden atau 29,80%, kategori cukup sebanyak 18 responden atau 21,40%, dan kategori kurang sebanyak 41 responden atau 48,80%. Jumlah karakteristik pada pasien hipertensi terbanyak menurut jenis kelamin adalah laki-laki yaitu sebanyak 61 responden atau 72,61%, menurut umur adalah umur ≥ 45 tahun sebanyak 68 responden atau 81,00%, dan menurut statuspekerjaan adalah responden dengan bekerja sebanyak 77 responden atau 91,66%. Terdapat hubungan antara pola makan dengan karakteristik responden pada

penderita hipertensi di UPT Puskesmas DTP Dukupuntang Tahun 2019.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, Dwi.F.H dan Prayatno. 2013. Faktor – Faktor yang berhubungan dengan tekanan darah. Cikarang
- Harahap. 2012. Hubungan pola makan dengan status gizi. Malang
- Hidayat. 2011. Riset keperawatan dan teknik penulisan ilmiah, edisi 2. Salemba Medika; Jakarta.
- Irianto. 2014. Pengaruh kualitas pelayanan dan tarif terhadap kepuasan pasien. Yogyakarta
- Junaedi, dkk. 2013. Hipertensi. Graha ilmu ; Yogyakarta
- Sugiono, 2012. Metode Penelitian. R&D: Bandung
- Sulistyoningsih, H. 2011. Asuhan kebidanan. Graha Ilmu ; Yogyakarta
- Sutanto. 2010. Hubungan antara jumlah konsumsi batang rokok. Jakarta