

FAKTOR DETERMINAN PENYAKIT HIPERTENSI PADA LANSIA

Aufa Luthfiha Amelia Putri^{1*}, Liya Atika Anggrasari²

Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga^{1,2}

*Corresponding Author : aufa.luthfiha.amelia-2020@fkm.unair.ac.id

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Tingginya angka hipertensi sejalan dengan yang terjadi di Indonesia, angka prevalensi hipertensi naik dari 25,8% pada 2013 menjadi 34,1% pada 2018. Seiring bertambahnya umur, risiko terkena hipertensi lebih besar sehingga prevalensi dikalangan usia lanjut cukup tinggi. Tujuan penelitian untuk menganalisis determinan yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada orang dewasa lanjut usia. Metodologi: Penelusuran artikel dilakukan melalui database Google Scholar dengan kata kunci “determinan”, “hipertensi”, “lansia”. Total temuan artikel sebanyak 5 artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi. Hasil: Hasil literature review pada 5 artikel menunjukkan hasil bahwa determinan yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada orang dewasa lanjut usia yaitu, usia, riwayat keluarga, status gizi dan konsumsi garam (natrium).

Kata kunci : faktor, hipertensi, lansia

ABSTRACT

Introduction: Hypertension is the leading cause of premature death worldwide. The high rate of hypertension is in line with that in Indonesia, where the prevalence rate of hypertension rose from 25.8% in 2013 to 34.1% in 2018. As age increases, the risk of developing hypertension is greater so that the prevalence among the elderly is quite high. Objective: To analyze the determinants associated with the incidence of hypertension in older adults. Methodology: An article search was conducted through the Google Scholar database with the keywords “determinants”, “hypertension”, “elderly”. A total of 5 articles were found that met the inclusion criteria. Results: The results of the literature review on 5 articles show that the determinants associated with the incidence of hypertension in elderly adults are age, family history, nutritional status and salt (sodium) consumption.

Keywords : hypertension, elderly, factors

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan kondisi dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara kronis (dalam kurun waktu yang lama) yang dapat menyebabkan kesakitan pada seseorang dan bahkan dapat menyebabkan kematian. Seseorang dapat disebut menderita hipertensi jika didapatkan tekanan darah sistolik >140 mmHg dan diastolik >90 mmHg (Ainurrafiq. dkk, 2019). Masalah kesehatan utama di negara maju maupun negara berkembang adalah penyakit jantung dan pembuluh darah (kardiovaskuler). Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskuler yang paling banyak disandang masyarakat dan menjadi salah satu pintu masuk atau faktor risiko penyakit seperti gagal ginjal, diabetes, stroke dan jantung (Pratama. dkk, 2020).

Hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. WHO menyebutkan bahwa sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2023). Tingginya angka hipertensi tersebut juga sejalan dengan yang terjadi di Indonesia, berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 menunjukkan angka prevalensi hipertensi naik dari 25,8 % pada 2013 menjadi 34,1 % pada 2018 (Suratri. dkk, 2020). Dari prevalensi hipertensi sebesar 34,1% diketahui bahwa sebesar 8,8% terdiagnosis hipertensi dan 13,3% orang yang terdiagnosis hipertensi tidak minum obat

serta 32,3% tidak rutin minum obat (P2PTM Kemkes, 2019). Seiring bertambahnya umur, risiko terkena hipertensi lebih besar sehingga prevalensi dikalangan usia lanjut cukup tinggi yaitu sekitar 40% dengan kematian sekitar 50% diatas umur 60 tahun. Prevelensi hipertensi pada kelompok umur lansia mengalami peningkatan kasus yang cukup tinggi. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%) (P2PTM Kemkes, 2019). Umur lansia 60-64 tahun terjadi peningkatan risiko hipertensi sebesar 2,18 kali, umur 65-69 tahun sebesar 2,45 kali, dan umur diatas 70 tahun sebesar 2,97 kali (Nurhidayati, 2019).

Berdasarkan etiologinya ada dua faktor risiko yang menyebabkan hipertensi yaitu faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi seperti usia, jenis kelamin dan keturunan/genetic serta faktor risiko yang dapat dimodifikasi seperti kegemukan, merokok, kurang aktifitas fisik, konsumsi garam berlebih, dislipidemia, konsumsi alkohol serta psikososial dan stress (Ekarini. dkk, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh (Nuraeni, 2019) menunjukkan hasil bahwa usia tua (≥ 45 tahun) lebih beresiko 8.4 kali menderita hipertensi bila dibandingkan dengan usia muda (<45 tahun).

Berdasarkan pembahasan latar belakang di atas, maka dianggap perlu dilakukan analisis terhadap faktor determinan penyakit hipertensi khususnya pada lansia. Jika para lansia tidak menyadari faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi, maka akan berkontribusi terhadap tingginya angka penyakit jantung, gagal ginjal, diabetes, stroke, bahkan kematian di Indonesia. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis determinan yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada orang dewasa lanjut usia.

METODE

Metode yang digunakan dalam penulisan artikel ini adalah tinjauan pustaka dengan menggunakan database *Google Scholar*. Istilah atau kata kunci pencarian ini adalah determinan, hipertensi, dan lansia. Artikel ini membahas determinan yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada orang dewasa lanjut usia. Sumber data diperoleh dari seluruh jurnal penelitian yang membahas topik terkait determinan, hipertensi, dan lansia. Sampelnya adalah 5 artikel penelitian mengenai determinan yang berhubungan dengan kejadian prevalensi hipertensi pada orang dewasa lanjut usia yang memenuhi kriteria inklusi. Kriteria inklusi sampel untuk penelitian ini meliputi: 1) penelitian tentang determinan hipertensi; 2) kejadian hipertensi pada orang dewasa lanjut usia; 3) determinan yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada orang dewasa lanjut usia; 4) penelitian yang dipublikasikan dalam 5 tahun terakhir dimulai pada tahun 2019-sekarang.

HASIL

Dari hasil tinjauan pustaka berdasarkan kata kunci, kelengkapan isi, dan kesesuaian kriteria inklusi diperoleh 5 artikel berdasarkan judul yang sesuai dengan topik bahasan yakni determinan yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada orang dewasa lanjut usia.

Tabel 1. Rangkuman Hasil Penelitian

Nama Penulis (Tahun)	Desain Penelitian	Sampel / Populasi Penelitian	Lokasi Penelitian	Tujuan Penelitian	Hasil/ Kesimpulan
Pakpahan, H.A., et al (2024)	Penelitian observasional analitik dengan desain penelitian kasus kontrol (case-control)	91 kasus dan 91 kontrol pada kelompok lansia yang berusia ≥ 60 tahun di RW kelurahan Jakarta yang diambil secara acak	Kelurahan Penjaringan Jakarta Utara	Menentukan risiko yang paling signifikan terhadap kejadian hipertensi pada lansia	1. Faktor yang menjadi determinan kejadian hipertensi pada lansia antara lain, depresi, pendidikan, dukungan keluarga, obesitas, riwayat keluarga dan mengonsumsi makanan asin 2. Faktor yang tidak terbukti sebagai determinan kejadian hipertensi pada lansia adalah usia, jenis kelamin, status pernikahan, merokok, mengonsumsi makanan berlemak dan minuman kafein, olah raga, DM dan spiritualitas
Qorina Sofia., et al (2023)	Penelitian observasional analitik dengan desain penelitian kasus kontrol (case-control)	42 orang berusia 18-40 tahun dan 58 orang berusia >40 tahun penderita hipertensi	Puskesmas Kecamatan Tamansari, Jakarta Barat	Mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Kecamatan Tamansari Kota Jakarta Barat	1. Faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Kecamatan Tamansari Kota Jakarta Barat yaitu umur, jenis kelamin, riwayat keluarga, aktivitas fisik dan konsumsi garam (natrium) 2. Faktor yang tidak berhubungan dengan kejadian hipertensi yaitu obesitas, kebiasaan merokok, dan konsumsi alkohol
Rahmi, Nuzulul., et al (2023)	Penelitian observasional analitik dengan desain penelitian kasus kontrol (case-control)	34 orang pada kelompok kasus	Puskesmas Ulee Kareng Kota Banda Aceh	Mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Ulee Kareng Kota Banda Aceh	Terdapat hubungan antara riwayat keluarga, status gizi dan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Ulee Kareng Kota Banda Aceh
Adam, Lusiane., et al (2019)	Penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional study</i>	45 orang lansia	Puskesmas Kota Barat Gorontalo	Mengetahui determinan penyakit Hipertensi pada lansia di Puskesmas Kota Barat Gorontalo	1. Faktor determinan yang berkorelasi paling kuat terhadap penyakit Hipertensi pada lansia di Puskesmas Kota Barat Gorontalo adalah usia dan merokok 2. Faktor determinan yang tidak berkorelasi terhadap penyakit

Sinulingga, E.BR., & Samingan (2019)	Penelitian kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	156 orang lansia	Puskesmas Jatimulya Kecamatan Tambun Selatan Bekasi Timur	Mengetahui determinan kejadian Hipertensi pada lansia di puskesmas Tambun Selatan Bekasi Timur	Hipertensi adalah Obesitas, Aktivitas/Olahraga, Konsumsi Garam. 1. Faktor IMT berhubungan dengan kejadian Hipertensi pada lansia di Puskesmas Jatimulya 2. Faktor jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, kebiasaan merokok, kebiasaan olahraga dan konsumsi makanan tidak berhubungan dengan kejadian Hipertensi pada lansia di Puskesmas Jatimulya
--------------------------------------	---	------------------	---	--	--

PEMBAHASAN

Hubungan Usia dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia

Seiring dengan bertambahnya usia menjadi salah satu faktor risiko dari penyakit hipertensi. Pertambahannya usia menyebabkan adanya perubahan fisiologis dalam tubuh seperti dinding arteri menjadi lebih tebal akibat penumpukan kolagen pada lapisan otot, setelah usia 45 tahun pembuluh darah menjadi lebih sempit dan kaku (Sari, Y.H., et al, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni, et al (2023) menjelaskan bahwa usia merupakan faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi, dan bertambahnya usia meningkatkan risiko kerusakan dan penurunan fungsi pada sistem kardiovaskuler yang disebabkan oleh penyakit, faktor penuaan, dan bahkan tindakan yang menyebabkan kerusakan pada sistem sirkulasi dan kardiovaskuler.

Hubungan Riwayat Keluarga dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia

Hipertensi adalah penyakit genetik yang kompleks. Hipertensi esensial biasanya dikaitkan dengan gen dan faktor genetik, dan banyak gen yang terlibat dalam perkembangan gangguan hipertensi. Faktor genetik berkontribusi 30% terhadap variasi tekanan darah pada populasi yang berbeda. Keturunan atau kecenderungan genetik terhadap penyakit ini adalah faktor risiko yang paling penting, dan jika ada riwayat keluarga hipertensi dan salah satu pasangan menderita hipertensi, maka hipertensi lebih sering terjadi pada kembar monozigot (satu sel telur) dibandingkan pada kembar heterozigot (sel telur berbeda) (Setiandari, 2022). Riwayat keluarga yang menderita hipertensi merupakan faktor risiko terjadinya hipertensi pada lansia. Meskipun riwayat hipertensi dalam keluarga merupakan faktor yang tidak dapat diubah, namun perkembangan hipertensi dapat dikendalikan dengan mengatur faktor-faktor yang dapat dimodifikasi seperti pola makan, obesitas, aktivitas fisik, dan merokok (Widiyani, P.A., et al, 2020).

Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia

Status gizi adalah keadaan kesehatan individu maupun kelompok yang ditentukan oleh derajat kebutuhan fisik dari energi dan zat gizi yang berasal dari makanan. Status gizi berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia, hal ini disebabkan salah satunya oleh faktor obesitas atau berat badan berlebih (Langingi, 2021). Risiko kelebihan berat badan pada lansia 2,3 kali lebih tinggi dibandingkan yang berbobot normal dan kurus. Lansia yang mengalami obesitas mengalami penumpukan jaringan adiposa yang dapat meningkatkan resistensi pembuluh darah dan membuat jantung bekerja lebih keras untuk memompa darah ke

seluruh tubuh (Rahayu., et al, 2020). Kelebihan gizi dimulai pada usia 45 dan biasanya dikaitkan dengan gaya hidup. Penyakit terjadi bila asupan makanan, vitamin, dan zat gizi melebihi kebutuhan tubuh. Keadaan gizi lebih ini menimbulkan situasi obesitas, dan perubahan status gizi yang ditandai dengan pertambahan berat badan berpengaruh langsung terhadap hipertensi, menunjukkan adanya hubungan antara status gizi dengan hipertensi pada lansia (Langingi, 2021).

Hubungan Konsumsi Garam dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia

Tingkat konsumsi garam berhubungan terhadap kejadian hipertensi pada lansia, lansia yang mengonsumsi tinggi garam lebih banyak menderita hipertensi dibanding dengan lansia yang kurang mengonsumsi garam. Semakin banyak jumlah garam dalam tubuh, maka akan terjadi peningkatan volume plasma, curah jantung dan tekanan darah (Purwono, 2020). Asupan garam atau kandungan natrium pada makanan yang dikonsumsi merupakan salah satu penyebab terjadinya tekanan darah tinggi. Natrium diserap ke dalam pembuluh darah dihasilkan oleh konsumsi garam dalam jumlah besar, yang menyebabkan retensi air sehingga mengakibatkan peningkatan volume darah. Hal ini menyebabkan peningkatan tekanan darah. Asupan natrium yang berlebihan menyebabkan pelepasan hormon natriuretik secara berlebihan, yang secara tidak langsung menyebabkan peningkatan tekanan darah (Purwono, 2020).

KESIMPULAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskuler yang paling banyak disandang masyarakat dan menjadi faktor risiko penyakit seperti gagal ginjal, diabetes, stroke dan jantung. Prevalensi hipertensi dikalangan usia lanjut cukup tinggi yaitu sekitar 40% dengan kematian sekitar 50% diatas umur 60 tahun. Hasil pembahasan dengan menggunakan literature review pada 5 artikel dapat disimpulkan bahwa determinan yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada orang dewasa lanjut usia yaitu, usia, riwayat keluarga, status gizi dan konsumsi garam (natrium).

Prevalensi hipertensi pada lansia memerlukan pendidikan kesehatan baik bagi diri sendiri maupun keluarga, serta pentingnya pengaturan pola makan, olahraga teratur dan menjaga status gizi. Selain itu, dukungan dan kerjasama anggota keluarga juga diperlukan untuk pemeriksaan kesehatan secara berkala, terutama bagi lansia dengan tekanan darah tinggi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan terima kasih atas dukungan, inspirasi dan bantuan kepada semua pihak dalam membantu peneliti menyelesaikan penelitian ini, termasuk pada peserta yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian hingga selesai.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, L. (2019). Determinan hipertensi pada lanjut usia. *Jambura Health and Sport Journal*, 1(2).
- Ainun, A. S., Sidik, D., & Rismayanti. (2014). Hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada mahasiswa di lingkup Kesehatan Universitas Hasanuddin. UNHAS Repository. Retrieved from <http://repository.unhas.ac.id/handle/123456789/10728>
- Alifariki, L. O. (2015). Analisis faktor determinan proksi kejadian hipertensi di Poliklinik Interna BLUD RSUD Provinsi Sulawesi Tenggara. *Medula*, 3(1), 214–223.

- Arifin, M. H. B. M., Weta, I. W., & Ratnawati, N. L. K. A. (2016). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada kelompok lanjut usia di wilayah UPT Puskesmas Petang I Kabupaten Badung tahun 2016. *Jurnal Medika*, 5(7), 1–23.
- Azizah. (2011). *Keperawatan lanjut usia* (Edisi 1). Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Bakrie, S. Lawrence. (2008). Genetika hipertensi. In H. R. Lubis et al. (Eds.), *Hipertensi dan ginjal: Dalam rangka purna bakti Prof. Dr. Harus Rasyid Lubis, Ps.Pd-Kgh* (pp. 19–31). Medan: Usus Press.
- Aorina, S., Birwin, A., & Alnur, R. D. (2023). Determinan kejadian hipertensi di Puskesmas Kecamatan Tamansari Kota Jakarta Barat. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 10(1).
- Hotmaria, A. P., Tri Budi, R., Atik Kridawati, & Yvonne, S. H. (2022). Analisis determinan kejadian hipertensi pada lansia di urban Jakarta. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). Hipertensi penyakit paling banyak diidap masyarakat. PPTM Kementerian Kesehatan RI. Retrieved September 7, 2023, from <https://www.kemkes.go.id/article/view/19051700002/hipertensi-penyakit-paling-banyakdiidap-masyarakat.html>
- Rahmi, N., Safitri, F., & Faizin, W. N. (2023). Determinan faktor risiko kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Ulee Kareng Kota Banda Aceh. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 9(2).
- Sinulingga, E. B. R., & Samingan. (2019). Determinan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja UPTD Puskesmas Jatimulya Kecamatan Tambun Selatan Bekasi Timur. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(1).