

Hubungan Obesitas dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Aranio Tahun 2022

Martini Nur Sukmawaty

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Intan Martapura

Email: tinez.ns@gmail.com

Abstrak

Penderita obesitas memiliki potensi untuk mengalami peningkatan tekanan darah tinggi yang disebabkan oleh pembuluh darah vena ataupun arteri dipenuhi oleh karat lemak. Peningkatan tekanan darah tinggi atau Hipertensi adalah suatu keadaan ketika tekanan darah di pembuluh darah meningkat secara kronis. Hipertensi terjadi karena jantung bekerja sangat intensif memompa darah guna memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi tubuh. Jika diabaikan, Hipertensi dapat mengganggu organ-organ vital seperti jantung dan ginjal. Tujuan penelitian ini Untuk mengetahui hubungan obesitas dengan hipertensi di wilayah kerja puskesmas Aranio tahun 2021. Desain penelitian bersifat deskriptif analitik dengan studi korelasional dan pendekatan cross sectional. Jumlah populasi 661 Orang dengan jumlah sampel 87 orang. Teknik sampling yang digunakan purposive sampling. Variabel independen (Obesitas), variabel dependen (Hipertensi). Instrumen yang digunakan pada penelitian ini berupa kuesioner. Uji yang digunakan Spearman Rank. Hasil dari penelitian ini adalah Tidak terdapat Hubungan antara obesitas dengan hipertensi di wilayah kerja puskesmas Aranio tahun 2021, dengan Nilai signifikan Spearman Rank 0,461 yang berarti nilai tersebut sama dengan $r = -0,080$. Diharapkan perlunya pemeriksaan tekanan darah secara rutin dan menjalani pola hidup yang sehat, seperti mengurangi asupan garam, menghentikan kebiasaan merokok, rutin berolahraga, serta menghindari stress untuk mencegah timbulnya komplikasi lebih lanjut.

Kata Kunci: *Obesitas, Hipertensi, Komplikasi.*

Abstract

Obese people have the potential to experience increased high blood pressure caused by veins or arteries filled with fatty rust. Increased high blood pressure or hypertension is a condition when the blood pressure in the blood vessels increases chronically. Hypertension occurs because the heart works very intensively to pump blood to meet the body's needs for oxygen and nutrients. If ignored, hypertension can interfere with vital organs such as the heart and kidneys. The purpose of this study was to determine the relationship between obesity and hypertension in the work area of the Aranio Public Health Center in 2021. The research design was descriptive analytic with a correlational study and a cross sectional approach. The total population is 661 people with a sample of 87 people. The sampling technique used was purposive sampling. Independent variable (Obesity), dependent variable (Hypertension). The instrument used in this study was a questionnaire. The test used is Spearman Rank. The results of this study are there is no relationship between obesity and hypertension in the work area of the Aranio Public Health Center in 2021, with a significant Spearman Rank value of 0.461 which means the value is the same as $r = -0,080$. It is hoped that the need for regular blood pressure checks and living a healthy lifestyle, such as reducing salt intake, stopping smoking, exercising

regularly, and avoiding stress to prevent further complications.

Keywords: Obesity, Hypertension, Complications.

PENDAHULUAN

Keadaan Obesitas menjadi pemicu yang dapat mengancam nyawa manusia. Hal ini terutama karena orang obesitas berhubungan dengan penyakit hipertensi. Orang yang obesitas tubuhnya akan bekerja keras untuk membakar kelebihan kalori yang masuk. Pembakaran kalori ini memerlukan suplai oksigen dalam darah yang cukup. Semakin banyak kalori yang dibakar maka semakin banyak pula pasokan oksigen dalam darah. Banyaknya pasokan darah tentu menjadikan jantung bekerja lebih keras. Dampaknya tekanan darah orang yang obesitas semakin tinggi, sehingga hipertensi bisa terjadi (Rudy Anggara 2014).

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang menjadi tantangan global dan secara signifikan dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, stroke, ginjal dan sebagainya. Hipertensi sering disebut sebagai “silent killer” karena tidak memiliki tanda atau gejala yang spesifik sehingga banyak orang tidak menyadari kondisi tekanan darah mereka. Terdapat sebanyak 1,13 milyar penduduk di seluruh dunia yang diperkirakan menderita hipertensi dan dua pertiga diantaranya tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2019).

World Health Organization (WHO) menyebutkan jumlah penderita hipertensi akan terus meningkat seiring bertambahnya jumlah penduduk yang bertambah tahun 2025 mendatang, diperkirakan sekitar 29% warga dunia terkena hipertensi. WHO menyebutkan negara ekonomi berkembang memiliki penderita hipertensi sebesar 40% sedangkan negara maju hanya 35%, kawasan afrika memegang posisi puncak penderita hipertensi, yaitu sebesar 40%. Kawasan Amerika sebesar 35% dan Asia tenggara 36%.

Prevalensi obesitas di dunia masih tinggi, menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2016 lebih dari 1,9 miliar orang dewasa berusia di atas 18 tahun (39%) mengalami kecenderungan berat badan lebih (overweight). Berdasarkan data tersebut lebih dari 650 juta. Menurut data yang di dapat di Puskesmas Aranio tahun 2020 jumlah penderita Hipertensi sebanyak 661 Orang. Pada bulan November peneliti melakukan study pendahuluan di wilayah kerja Puskesmas Aranio tahun 2022 didapatkan data bahwa dari 5 penderita Hipertensi, ada 3 orang penderita Hipertensi dengan Obesitas dan 2 orang penderita Hipertensi tidak Obesitas dari 3 orang yang Obesitas diketahui pola makannya sering dengan porsi makan yang banyak dan mereka juga jarang berolahraga.

Pencegahan hipertensi yg di akibatkan oleh obesitas yang dapat dilakukan menurut Kemenkes, RI adalah konsumsi makanan sehat dengan gizi seimbang, rajin melakukan aktifitas fisik, menjaga berat badan agar tetap ideal, mengurangi konsumsi garam, menghindari alkohol dan rokok (Kemenkes. RI).

METODE

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini bersifat deskriptif analitik dengan studi korelasional dan pendekatan cross sectional. Populasi adalah seluruh pasien hipertensi yang memenuhi kriteria penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas Aranio sebanyak 661 orang. Sampel pada penelitian ini adalah Sebagian pasien hipertensi yang berjumlah 87 orang. Teknik sampling pada penelitian ini menggunakan purposive sampling. Variabel independen pada penelitian ini yaitu Obesitas dan variabel dependen (terikat) yang di pengaruhi, yaitu Hipertensi. pengumpulan data mulai dari pengambilan judul bulan Oktober 2021 sampai dengan bulan Mei 2022. Instrument penelitian menggunakan kuesioner.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik Responden

Variabel	Jumlah	Persentase %
Jenis Kelamin		
Laki-laki	12	13.8%
Perempuan	75	86.2%
Usia		
25-35 tahun	6	6.8%
36-45 tahun	18	21.8%
46-55 tahun	31	35.6%
56-65 tahun	19	21.8%
>65 tahun	12	13.8%
Pekerjaan Responden		
Petani	10	11.5%
Pegawai negeri	1	1.1%
Ibu rumah tangga	53	60.9%
Pedagang	14	16.1%
Buruh/kuli	5	5.7%
Dan lain-lain	4	4.6%
Total	87	100%

Sumber : Data primer yang di olah

Tabel 1 menunjukkan setengah responden berjenis kelamin perempuan yaitu (86.2%) atau 75 responden. Responden hampir setengah berusia 46-55 tahun (35.6%) atau 31 responden. Pekerjaan responden hampir setengah bekerja sebagai ibu rumah tangga (60.9%) atau 53 responden.

Tabel 2. Frekuensi Obesitas

IMT	Frekuensi	Persentase (%)
Obesitas	46	52.9%
Tidak Obesitas	41	47.1%
Jumlah	87	100%

Sumber : Data primer yang di olah

Dapat dilihat bahwa mayoritas responden mengalami obesitas 46 responden (52.9%).

Tabel 3. Frekuensi Hipertensi

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Hipertensi Grade I	42	48.3%
Hipertensi Grade II	31	35.6%
Hipertensi Grade III	14	16.1%
Jumlah	87	100%

Sumber : Data Primer yang di olah

Dapat di gambarkan bahwa mayoritas responden mengalami hipertensi grade I sebanyak 42 responden(48.3%).

Tabel. 4 Hubungan Obesitas dengan Hipertensi

Kategori HT	Indeks Massa Tubuh (IMT)				Total	
	Obesitas		Tidak Obesitas		N	%
	N	%	N	%		
HT Grade I	21	24.1%	21	24.1%	42	48.3%
HT Grade II	16	18.4%	15	17.2%	31	35.6%
HT Grade III	9	10.3%	5	5.7%	14	16.1%
Total	46	52.9%	41	47.1%	87	100%

Uji Spearman p = 0,461 ; r = -0,080

Sumber : Data primer yang diolah

Dari hasil uji pearman Rank dapat disimpulkan bahwa Ho diterima sehingga tidak terdapat hubungan antara Obesitas dengan Hipertensi dengan nilai signifikancy 0,461 yang menunjukkan bahwa kedua varibel tidak bermakna secara signifikan.

PEMBAHASAN

Mengidentifikasi Hipertensi Pada Klien Di wilayah Kerja Puskesmas Aranio Tahun 2022

Berdasarkan hasil penelitian dari 87 responden dengan hipertensi grade I sebanyak 42 responden (48.3%), hipertensi grade II sebanyak 31 responden (35.6%), hipertensi grade III sebanyak 14 responden (16.1%). Dapat disimpulkan bahwa responden terbanyak hipertensi grade I yaitu sebanyak 48.3%.

Tekanan darah ditentukan dua faktor utama yaitu curah jantung dan resistensi feriper. curah jantung adalah hasil kali denyut jantung dan isi sekuncup. Biasanya isi sekuncup ditentukan oleh ketentuan ketentuan kontraksi miokard dan aliran balik vena. Resistensi feriper merupakan gabungan resistensi pada pembuluh darah yang ditentukan oleh tonos otot polos arteri dan arteriol, dan elastisitas dinding pembuluh darah.

Menurut WHO pada tahun 2018 Hipertensi dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Beberapa faktor yang dapat menyebabkan hipertensi antara lain penambahan usia, diet tinggi energi yang tidak di imbangi aktivitas fisik yang adekuat, obesitas, faktor genetik, kebiasaan merokok, konsumsi alcohol, penyakit metabolic seperti DM dan hiperlipidemia, dan penyakit lain (umumnya penyakit ginjal dan kardiovaskuler). Beberapa faktor tersebut juga terdapat pada beberapa sampel dalam penelitian ini.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Kevin et al tahun 2015), yang dilakukan terhadap 204 orang masyarakat Minangkabau di kota padang tahun 2015 yang menunjukkan lebih banyak perempuan yang mengalami hipertensi di banding laki- laki.

Penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Aranio penderita hipertensi lebih banyak perempuan dibandingkan laki-laki karena yang datang ke posyandu mayoritas perempuan dan juga beberapa factor yang menyebabkan hipertensi menurut WHO adalah penambahan usia, diet tinggi energi yang tidak di imbangi aktivitas fisik yang adekuat, faktor genetik, dan obesitas.

Mengidentifikasi Obesitas Pada Klien Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Aranio Tahun 2022

Berdasarkan hasil penelitian dari 87 responden dapat dilihat bahwa klien dengan obesitas adalah 46 responden (52.9%) dan yang tidak obesitas sebanyak 41 responden (47.1%). Indeks Massa Tubuh (IMT) merupakan alat yang sederhana untuk memantau status gizi orang dewasa khususnya yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan. Penggunaan IMT hanya berlaku untuk orang dewasa berumur diatas 18 tahun, IMT tidak dapat diterapkan pada bayi, anak, remaja, ibu hamil, olahragawan (Supriansa, 2012).

Data lainnya yang ditemukan pada puskesmas Aranio obesitas lebih banyak terjadi pada perempuan di usia 46-55 tahun dikarenakan mayoritas responden menjawab frekuensi makan lebih dari 3 kali sehari serta selalu menghabiskan porsi makan, dan juga mayoritas menggunakan alat kontrasepsi.

Hal ini sesuai dengan penelitian Rohani (2008) menunjukkan adanya pengaruh yang penggunaan alat kontrasepsi terhadap perubahan berat badan. Dari 57 responden yang di amati 31 mengalami perubahan berat badan dan 19 tidak mengalami perubahan berat badan. Hasil tersebut semakin memperkuat dugaan adanya keterkaitan penggunaan kontrasepsi terhadap perubahan berat badan.

Mengidentifikasi Hubungan Obesitas Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Aranio Tahun 2022

Analisis hasil penelitian hubungan obesitas dengan hipertensi yang dilakukan menggunakan uji Spearman Rank didapatkan nilai pada penelitian ini diperoleh nilai spearman $p = 0,461$ yang menunjukkan bahwa kedua variabel tidak bermakna secara signifikan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara Obesitas dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Aranio Tahun 2022.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Natalia D dkk tahun 2015) di Kota Tomohon pada tahun 2015 yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara obesitas dengan hipertensi. Pada penelitian tersebut didapatkan nilai p value pada analisis chi square sebesar 0,639 ($p > 0,05$). Penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Aranio menunjukkan hasil tidak adanya hubungan antara obesitas dengan hipertensi. Pada hasil penelitian di dapatkan data mayoritas pekerjaan pada responden ibu rumah tangga (60,9%), hal ini sesuai dengan pernyataan NIH (2018) pekerjaan ibu rumah tangga ringan perjam membakar kalori 240, sehingga hal ini menyebabkan obesitas menjadi tidak berhubungan.

SIMPULAN

Tidak terdapat Hubungan antara obesitas dengan hipertensi di wilayah kerja puskesmas Aranio tahun 2022.

DAFTAR PUSTAKA

- Bangun, A.P, (2011). Terapi Jus dan Rumah Tradisional untuk Hipertensi, Tangerang : PT. Agro Media Pustaka.
- Riskesdas. 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan
- Supriansa, I.D.N. dkk. 2013. Penilaian Status Gizi (Edisi Revisi). Jakarta Penerbit Buku Kedokteran: EGC
- Natalia D (2015). Hubungan Obesitas dengan Kejadian Hipertensi di Kecamatan Sintang Kalimantan Barat. Skripsi FK Universitas Depenogoro.
- Price, S.A., Wilson, L.M 2013 *Patofisiologi Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit*. Edisi VI. Jakarta: EGC
- World Health Organization (2017). Mental Disorders Fact Sheets. World Health Organization