

IDENTIFIKASI FAKTOR RISIKO HIPERTENSI YANG DAPAT DIUBAH PADA LANSIA DI PADUKUHAN KALIRANDU, BANGUNJIWO, KASIHAN BANTUL, YOGYAKARTA

Indah Septy Rahmawati¹, Dinasti Pudang Binoriang²

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan,
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Jl. Brawijaya, Kasihan, Bantul, Daerah
Istimewa Yogyakarta (55183), Indonesia

E-mail: indahseptyr@gmail.com

Intisari

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang diakibatkan oleh peningkatan tekanan darah sistolik dan diastolik. Tahun 2018 kasus hipertensi di Indonesia mencapai 34,1%. Kasus hipertensi di Yogyakarta setiap tahunnya mengalami peningkatan 2018 menempati urutan ke-2, usia yang sering terkena hipertensi adalah lansia. Pada lansia pembuluh darah sudah mulai mengalami penurunan keelastisitas. Faktor terjadinya hipertensi terbagi menjadi 2 yaitu, faktor yang dapat diubah dan yang tidak dapat diubah. Faktor hipertensi yang dapat diubah adalah stres, obesitas, merokok, mengonsumsi garam berlebih, kurang berolahraga, mengonsumsi alkohol dan mengonsumsi kopi.

Tujuan Penelitian: Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang menyebabkan hipertensi pada lansia.

Metodologi: Jenis penelitian ini *deskriptif kuantitatif* menggunakan pendekatan *cross sectional*. Penentuan sampel menggunakan *purposive sampling* dan jumlah responden menggunakan *total sampling*. Instrumen dalam penelitian ini berupa kuisioner FR-PTM dengan pertanyaan *closed ended*.

Hasil: Hasil Penelitian ini responden dengan IMT yang dikategorikan tidak berisiko 31 responden (75,6%), perilaku merokok yang dikategorikan tidak berisiko yaitu 36 responden (87,8%), konsumsi makanan tinggi garam dikategorikan tidak berisiko sebanyak 34 responden (82,9%), kebiasaan olahraga yang dikategorikan berisiko sebanyak 22 responden (53,7%), konsumsi alkohol yang dikategorikan tidak berisiko sebanyak 41 responden (100%), konsumsi kopi yang dikategorikan tidak berisiko sebanyak 31 responden (75,6%) dan stres yang dikategorikan tidak berisiko sebanyak 36 responden (87,8%).

Kesimpulan: Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden memiliki faktor risiko hipertensi yang dapat diubah pada sub variabel aktivitas olahraga.

Kata kunci: Hipertensi, Lansia, Faktor risiko hipertensi

IDENTIFICATION OF HYPERTENSION RISK FACTORS THAT CAN BE CHANGED ON EARLY IN KALIRANDU VILLAGE, BANGUNJIWO, KASIHAN BANTUL, YOGYAKARTA

Indah Septy Rahmawati¹, Dinasti Pudang Binoriang²

School of Nursing, Faculty of Medicine and Health Sciences, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Jl. Brawijaya, Kasihan, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta (55183), Indonesia

E-mail: indahseptyr@gmail.com

Abstract

Background: Hypertension is one of the non-communicable diseases caused by an increase in systolic and diastolic blood pressure. In 2018 cases of hypertension in Indonesia reached 34.1%. The case of hypertension in Yogyakarta every year has increased 2018 to rank 2nd. The age that is often affected by hypertension is the elderly. In the elderly blood vessels have begun to experience a decrease in elasticity. The factor of the occurrence of hypertension is divided into 2, namely, factors that can be changed and which cannot be changed. Factors that can be changed hypertension are stress, obesity, smoking, consuming excess salt, lack of exercise, consuming alcohol and consuming coffee. Research Objectives: This study aims to identify the factors that cause hypertension in the elderly.

Methodology: This type of research is descriptive quantitative using a cross sectional approach. Determination of the sample using purposive sampling and the number of respondents using total sampling. The instrument in this study was a FR-PTM questionnaire with closed ended questions.

Results: The results of this study were respondents with BMI categorized as not at risk 31 respondents (75.6%), smoking behaviors categorized as not risky were 36 respondents (87.8%), consumption of high-salt foods categorized as not risky as many as 34 respondents (82, 9%), sporting habits categorized as risky were 22 respondents (53.7%), alcohol consumption categorized as non-risky as much as 41 responses (100%), coffee consumption categorized as non-risky as many as 31 respondents (75.6%) and stress which is categorized as not risky as many as 36 respondents (87.8%).

Conclusion: The results showed that respondents had hypertension risk factors that could be changed in sub-sports variables.

Keywords: Hypertension, Elderly, Risk factors for hypertension