

Analisis hubungan pola makan dengan status Hipertensi pada petani palawija di dusun semen Kecamatan grogol kabupaten kediri

Correlation Food Patterns And The Incidence of Hypertension In Palawija Farmers at Dusun Semen Kecamatan Grogol Kabupaten Kediri

Siti Munawaroh^{*1}, Vivien Dwi Purnamasari², Muh. Shofi³, Nita Ermawati⁴

¹ Program Studi D3 Teknologi Laboratorium Medis IIK Bhakti Wiyata Kediri

² Proram Studi S1 Kesehatan Masyarakat IIK Bhakti Wiyata Kediri

³ Program Studi D3 Farmasi IIK Bhakti Wiyata Kediri

⁴ Program Studi D4 Teknologi Laboratorium Medis IIK Bhakti Wiyata Kediri

* siti.munawaroh@iik.ac.id

ABSTRAK

Berdasarkan data World Health Organization tahun 2008 rata-rata 40% orang dewasa yang berusia 25 tahun ke atas di diagnosis hipertensi. Pada tahun 2008 terjadi peningkatan kasus hipertensi pada tahun 1980 sebesar 600 juta kasus menjadi 1 milyar kasus. Tujuan penelitian adalah menganalisis hubungan konsumsi pangan dengan status hipertensi pada petani palawija di Dusun Semen Kecamatan Grogol Kabupaten Kediri. Desain penelitian dengan menggunakan survei analitik melalui pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian berjumlah 30 petani. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner yang berisi pertanyaan karakteristik responden yang terdiri dari umur, pendidikan, status merokok dan pola makan. Sedangkan variabel status hipertensi diukur dengan menggunakan tensimeter. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat. Hasil penelitian menunjukkan p-value yaitu 0,001. Simpulan ada hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi pada petani palawija di Dusun Semen Kecamatan Grogol Kabupaten Kediri. Saran yang diberikan pada penelitian ini petugas Puskesmas Grogol bisa meningkatkan konseling gizi pada para petani.

Kata kunci: Pola Makan, Petani, Hipertensi

ABSTRACT

Based on data from the World Health Organization in 2008, an average of 40% of adults aged 25 years and over were diagnosed with hypertension. In 2008 there was an increase in cases of hypertension in 1980 by 600 million cases to 1 billion cases in 2008. The aim of this study was to analyze the relationship between food consumption and the incidence of hypertension in palawija farmers in Dusun Semen, Kecamatan Grogol, Kabupaten Kediri. The research design uses an analytic survey through a cross sectional approach. The research sample is 30 farmers. The instrument used was a questionnaire containing questions on the characteristics of the respondents consisting of age, education, smoking status and eating patterns. While the hypertension status variable was measured using a sphygmomanometer. Data analysis used univariate and bivariate analysis. The results showed that the p-value was 0.001. In conclusion, there is a relationship between diet and the incidence of hypertension in secondary crops farmers in Dusun Semen, Kecamatan Grogol, Kabupaten Kediri. The advice given in this study was Puskesmas staf could improve nutrition counseling for farmers.

Keywords: Diet, Farmers, Hypertension

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah persisten dengan tekanan sistolik diatas 140 mmHg dan tekanan diastolik di atas 90 mmHg. Berdasarkan data World Health Organization tahun 2008 rata-rata terdiagnosa hipertensi sebanyak 40% orang dewasa yang berusia lebih adari 25 tahun. Pada tahun 2008 terdapat kenaikan kasus hipertensi pada tahun 1980 terjadi 600 juta kasus menjadi 1 milya. Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan pengukuran tekanan darah sangat tinggi menunjukkan, 31,7 % dari total penduduk dewasa (Riskesdas, 2018). Prevalensi ini jauh lebih tinggi dibandingkan dengan Singapura (27,3 %), Thailand (22,7 %), dan Malaysia. Sebesar 16,2% dari total penduduk Indonesia merupakan sebagian besar mereka bermata pencaharian sebagai petani. Data WHO, di Dunia menunjukkan setiap tahun terjadi 370.000 kematian dengan penyebabnya yaitu keracunan pestisida. Penggunaan pestisida dalam membunuh hama dipakai dalam jumlah besar. Dengan pemeriksaan kadar enzim dapat mengetahui pestisida dalam tubuh. Petani sering menggunakan pestisida jenis organofosfat dalam menghambat kerja enzim kolinestrase. Cholinesterase adalah enzim dan katalis penting yang ditemukan di berbagai jaringan di dalam tubuh manusia. Fungsi utamanya adalah untuk mengatur gerakan otot, kelenjar, dan sel saraf yang terkoordinasi dan teratur. Jika kadar asetilkolinesterase turun drastis, hal itu dapat menyebabkan gerakan serat otot halus dan kasar tanpa kendali sadar. Selain itu, petani mungkin mengalami iritasi mata dan air mata karena gerakan. Akibat paparan pestisida tertentu, otot-otot dalam tubuh dapat menjadi lebih lemah dan lebih lambat. Hal ini disebabkan adanya pengikatan enzim kolinesterase pada zat aktif pestisida, yang kemudian mencegah penguraian asetilkolin sehingga terjadi penumpukan zat ini.

Tekanan darah tinggi disebabkan karena penumpukan asetilkolin di dalam peredaran darah manusia. Ada beberapa cara pestisida dapat menyusup ke dalam tubuh, seperti melalui pernafasan, kulit, dan pencernaan. Hipertensi, yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah sistolik hingga 140 mmHg atau lebih, serta tekanan darah diastolik hingga 90 mmHg atau lebih, dapat didiagnosis setelah dua pembacaan yang dilakukan dengan interval lima menit saat individu dalam keadaan istirahat. Peningkatan tekanan darah dapat mengakibatkan 7,5 kematian atau 12,8% dari total kematian karena penyakit lain. Di Indonesia bidang pertanian merupakan sektor primer bagi masyarakat. Kasus hipertensi pada petani dapat dipicu oleh beberapa faktor, yaitu beberapa tindakan akibat penggunaan pestisida di lahan yang dapat dilihat pada lama penyemprotan, frekuensi penyemprotan dan dosis yang digunakan, serta penggunaan personal. peralatan pelindung. selama budidaya. dan jam kerja. Variabel lain yaitu umur, status gizi, dan kebiasaan merokok dapat mempengaruhi seberapa mudah pestisida masuk ke dalam tubuh petani dan mempengaruhi petani terhadap penyakit hipertensi. Sedangkan prevalensi hipertensi di Kabupaten Kediri sebesar 27,9 dan melebihi angka prevalensi di Jawa Timur. Berdasarkan uraian tersebut maka peneliti ingin menganalisis hubungan konsumsi pangan dengan kejadian hipertensi pada petani palawaija di Dusun Semen Kecamatan Grogol Kabupaten Kediri.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan desain survei analitik melalui pendekatan *cross sectional* dengan mengkaji bagaimana analisis hubungan pola konsumsi

pangan dengan kasus hipertensi pada petani palawija di Dusun Semen Kecamatan Grogol Kabupaten Kediri. Populasi yang digunakan adalah semua petani palawija di dusun semen kecamatan grogol kabupaten kediri yaitu 30 orang. Teknik sampling yang digunakan yaitu total sampling yaitu sebanyak 30 responden. Variabel yang digunakan diantaranya adalah umur, pendidikan, status merokok, status hipertensi dan pola makan responden. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner yang berisi pertanyaan karakteristik responden yang terdiri dari umur, pendidikan dan status merokok. Selain itu juga menggunakan lembar checklist tentang pola makan yang terdiri dari 10 pertanyaan serta dilakukan pengukuran tekanan darah dengan menggunakan tensi meter. Analisis data dilakukan secara univariat dengan menjelaskan variabel yang diukur. Analisis bivariat diukur dengan menggunakan uji *chi-square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sampel penelitian adalah petani palawija di Dusun Semen, Kecamatan Grogol Kabupaten Kediri. Berdasarkan data yang diperoleh dari 30 responden didapatkan rentang umur >45 tahun sebanyak 25 responden (83,3%) dan sebagian kecil <45 tahun sebanyak 5 responden (16,7%). Berdasarkan tingkat pendidikan yang tamat SMA sebanyak 21 orang (70%), tamat SMP sebanyak 9 responden (30%). Berdasarkan status merokok dengan ya sebanyak 27 responden (90%) dan dengan status tidak merokok sebanyak 3 orang (10%). Berdasarkan status hipertensi ya sebanyak 24 responden (80%) dan tidak status merokok sebanyak 3 responden (10%). Berdasarkan pola makan buruk sebanyak 21 responden (70%) dan pola makan baik sebanyak 9 responden (30%). Adapun penyajian dalam tabel sebagai berikut

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Variabel	Keterangan	Frekuensi	%
Umur	>45	25	83,33
	<45	5	16,67
Pendidikan	SMA	21	70
	SMP	9	30
Status Merokok	Ya	27	90
	Tidak	3	10
Status Hipertensi	Ya	24	80
	Tidak	6	20
Pola Makan	Buruk	21	70
	Baik	9	30

Tabel 2. Distribusi Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi

Pola Makan	Kejadian Hipertensi				Total		Nilai p
	Hipertensi		Tidak Hipertensi		f	%	
	f	%	f	%			
Buruk	21	100	0	0	21	100	0,001
Baik	3	33,3	6	66,7	9	100	
Total	24	80	6	25	30	100	

Umur

Sebagian besar responden memiliki umur >45 tahun sebanyak 25 orang (83,3%). Penyakit hipertensi akan lebih parah pada umur lebih dari 40 tahun, karena pada usia ini akan terjadi peningkatan aktivitas simpatik dan resistensi perifer. Dengan umur yang bertambah maka tekanan arterial semakin meningkat dan ada regusgitasi aortadan ada proses degeneratif serta dapat terjadi penyempitan pada pembuluh darah yang mengakibatkan kaku pada pembuluh darah pada usia tersebut.

Pendidikan

Sebagian besar responden memiliki pendidikan SMA sebanyak 21 responden (70%). Kecakapan, mental dan emosional membantu seseorang untuk dapat berkembang mencapai tingkat kedewasaan dan bisa meningkatkan pengetahuan mereka. Seseorang yang memiliki pendidikan tinggi maka berkembang dalam kecapakan intelektual, emosional dan pola pikir seseorang. Menurut Anita (2008) informasi yang cukup dan diterima oleh seseorang dapat menyebabkan seseorang mempunyai pengetahuan tinggi sehingga dapat mengaplikasikan pengetahuannya tersebut sesuai peran serta di lingkungan masyarakat. Pola pikir baik yang dimiliki memudahkan beradaptasi pada situasi di lingkungannya untuk melaksanakan apa yang menjadi tanggung jawabnya, sehingga masyarakat akan cepat tanggap terhadap perubahan yang akan dilakukan.

Status Merokok

Sebagian besar responden memiliki status merokok ya sebanyak 27 responden (90%) dan sebagian kecil sebanyak 3 responden (10%) tidak memiliki status merokok. Zat kimia (nikotin) yang terkandung dalam tembakau menyebabkan penumpukan plak (arterosklerosis) pada lapisan dinding. Zat ini bisa merangsang saraf simpatis memacu kerja jantung menjadi lebih keras dan mengakibatkan penyempitan pembuluh darah, dan peran CO (karbon monoksida) yang bisa mengikat oksigen dalam darah sehingga memaksa jantung untuk memenuhi kebutuhan oksigen dalam tubuh. Tekanan darah dipengaruhi nikotin melalui pembentukan plak (aterosklerosis). Nikotin mempunyai efek langsung yaitu melepaskan hormon epinefrin dan norepinefrin yang dapat mengakibatkan adanya CO dalam darah dengan meningkatkan kadar sel darah merah.

Hubungan Pola Makan dengan Hipertensi

Pola makan merupakan kebiasaan menetap dengan mengkonsumsi makanan dari jenis bahan makanan baik dari makanan utama, protein, sayur, buah-buahan serta dari frekuensi makan (Almatsier, 2011). Pola makan baik dengan gizi seimbang dengan terpenuhinya semua zat gizi sesuai dengan kebutuhan tubuh. Berdasarkan hasil penelitian

diketahui sebagian besar responden mempunyai pola makan buruk sebanyak 21 orang (70%) sedangkan 9 orang (30%) dengan pola makan baik. Berdasarkan kuesioner sebagian besar masyarakat menyukai makanan yang berlemak. Sedangkan lemak dibutuhkan oleh tubuh untuk zat pelindung dan pembangun. Tetapi itu bisa menjadi buruk secara berlebihan, karena mempengaruhi risiko berbagai penyakit. Hal ini didukung oleh pernyataan Sudono (2010) yang menjelaskan bahwa konsumsi lemak yang berlebihan meningkatkan terjadinya penumpukan lemak dan plak pada pembuluh darah. Karena penurunan mobilisasi energi, energi terakumulasi dalam bentuk jaringan adiposa, mengakibatkan peningkatan adiposit di rongga perut atau panggul. Sumber lemak jenuh sebagian besar diperoleh dari protein hewani, karena terlalu banyak mengonsumsi protein hewani akan meningkatkan kadar kolesterol dalam darah. Lemak perut dapat menyebabkan diabetes, tekanan darah tinggi, lemak darah tinggi dan penyakit kardiovaskular. Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Hamidi (2014) yang menggambarkan hipertensi pada sebanyak 53 responden (55,8%). Pola makan yang tidak seimbang dalam jumlah, frekuensi, dan jenis makanan, seperti makanan tinggi lemak, sayur dan buah rendah, serta makanan tinggi sodium, meningkatkan risiko tekanan darah tinggi. Asupan kebiasaan lemak jenuh sangat terkait dengan penambahan berat badan, risiko aterosklerosis dan risiko tekanan darah tinggi (Dalimartha, 2008).

KESIMPULAN

Kesimpulan penelitian ini yaitu kejadian hipertensi pada petani Petani Palawija Di Dusun Semen Kecamatan Grogol Kabupaten Kediri sebanyak 80% responden menderita hipertensi dengan kategori pola makan buruk sebanyak 70% serta ada hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi pada petani Petani Palawija Di Dusun Semen Kecamatan Grogol Kabupaten Kediri.

Saran yang diberikan dari hasil penelitian yaitu diharapkan petugas Puskesmas Grogol bisa meningkatkan konseling gizi pada para petani di wilayah dusun Semen kecamatan Grogol terkait konsumsi makan yang sehat pada penderita hipertensi pada petani di dusun Semen kecamatan Grogol Kabupaten Kediri.

DAFTAR PUSTAKA

- Adrian sz, P.N., Rottie, J., dan Lolong, J. (2016). Hubungan konsumsi makanan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Ranomuut Kota Manado. *ejournal Keperawatan (e-Kp)*, 4 (1), Mei 2016:
- Almatsier, S. (2011). *Prinsip dasar ilmu gizi*. Jakarta. Gramedia Pustaka.
- Arifin, M.H.B.H., Weta, I.W., dan Ratnawati, N.L.K.A. (2016). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada kelompok lanjut usia di wilayah kerja UPT Puskesmas Petang I Kabupaten Badung tahun 2016. *E-jurnal Medika Udayana*, 5 (7), Juli 2016: 123.
- Dahlan, S. (2015). *Besar sampel dan cara pengambilansampel dalam penelitian kedokteran*. Edisi 2. Jakarta: Salemba Medika.
- Dalimartha, S., Purnama, B.T., Sutarina N., Mahendra, B., dan Darmawan, R. (2008). *Care your self hipertensi*. Jakarta: Penebar Plus.
- Depkes RI. (2009). *Konsep kebiasaan makan*. Diakses dalam:

- http://www.depkes.go.id/downloads/profil_kesehatan_2009/files/buku%20profil%20kesehatan%20indonesia%202009.pdf.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat (Dinkes Jawa Barat). (2016). *Profil kesehatan Provinsi Jawa Barat tahun 2015*. Jawa Barat: Dinkes Jawa Barat.
- Gultom, I.L. (2016). Hubungan konsumsi makanan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Desa Mekar Bahalat Kecamatan Jawa Maraja Bah Jambi Kabupaten Simalungan tahun 2016. *Artikel Penelitian Fakultas Kesehatan Masyarakat*, Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Hamidi, M.N.S. (2014). Hubungan pola makan dengan kejadian penyakit hipertensi di Puskesmas Kuok tahun 2014. *Jurnal Keperawatan STIKes Tuanku Tambusai Riau*, 5(20), Oktober 2014: 28-34.
- Hawari, D. (2011). *Manajemen stres cemas dan depresi*. Jakarta: FKUI.
- Hidayat, A.A. (2009). *Pengantar konsep dasar keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI). (2013). *Panduan peringatan hari kesehatan sedunia 7 april 2013 (blood pressure take control)*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI). (2014). *Hipertensi*. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI-Infodatin. Jakarta: Kemenkes RI.
- Mahmudah, S., Maryusman, T., Arini, A.F., dan Malkan, I. (2015). Hubungan gaya hidup dan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Kelurahan Sawangan Baru Kota Depok tahun 2015. *Biomedika*, 7 (2), Agustus 2015: 43-51.
- Maulani, B. (2016). Hubungan pola makan, asupan makanan dan obesitas sentral dengan hipertensi di Puskesmas Rajabasa Indah Bandar Lampung. *Jurnal Kesehatan*, 7 (1), April 2016: 34-45.
- Muhammadun. (2010). *Pola makan untuk hipertensi*. Jakarta: PT. Agromedia Pustaka
- Muttaqin, A. (2009). *Asuhan keperawatan dengan pasien gangguan kardiovaskuler*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nor, R.W. (2010). Faktor-faktor yang berhubungan dengan penyakit hipertensi di Puskesmas Sidomulyo Kecamatan Samarinda Ilir tahun 2010; *Skripsi FKM Universitas Mulawarman Samarinda*.
- Notoamodjo, S. (2010). *Metodologi penelitian kesehatan*. Edisi Revisi. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2015). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: pendekatan praktis*. Edisi 4. Jakarta: Salemba Medika.
- Perki. (2015). *Pedoman tatalaksana hipertensi pada penyakit kardiovaskular*. Edisi Pertama. Jakarta: Perki.
- Potter, P.A., & Perry, A.G. (2010). *Buku ajar fundamental keperawatan*. Edisi 7. Jakarta: Salemba Medika.
- Ramdani, H.T., Rilla, E.V., dan Yuningsih, W. (2016). Hubungan tingkat stres dengan kejadian hipertensi pada penderita hipertensi. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*, 4 (1) Juni 2017: 3745.
- Situmorang, P.R. (2014). Faktor – faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada penderita rawat inap di Rumah Sakit Umum Sari Mutiara Medan tahun 2014. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 1 (1), Februari 2015: 67-72.
- Sudoyo A.W., dkk. (2010). *Buku ajar ilmu penyakit dalam*. Jilid II, Edisi V, Cetakan Kedua. Jakarta: Interna Publishing.

Sulistyoningsih, H. 2011. *Zat gizi untuk diet*. Jakarta: Bumi Aksara.
Supariasa, I.D.N. dkk. (2014). *Penilaian status gizi*. Edisi Revisi. Jakarta: EGC.