

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Gamping 1 Sleman yang terletak di wilayah Sleman Barat Daya dengan ketinggian 114 m diatas permukaan air laut. Puskesmas Gamping 1 Sleman mempunyai dokter umum 3 orang, perawat umum 6 orang. Pelayanan yang ditangani di puskesmas Gamping 1 Sleman yaitu rawat jalan, dimana pasien kontrol tekanan darah, dan meminta obat. Perawat bertugas mengukur tekanan darah, menanyakan keluhan dan memberikan edukasi. Sedangkan dokter menindak lanjutinya.

Kegiatan yang dilakukan pihak puskesmas dalam mengontrol penyakit hipertensi pada pasien hipertensi yaitu PROLANIS (Program Pengendalian Penyakit Kronis) dimana setiap bulan sekali ada jadwal khusus yaitu senam di Puskesmas Gamping 1 Sleman.

Dari data demografi Badan Pusat Statistik Kabupaten Sleman tahun (2014), jumlah penduduk wilayah Pusat Kesehatan Masyarakat Gamping 1 Sleman tahun 2014 sebanyak 40.282 jiwa, terdiri dari laki-laki 19.922 jiwa dan perempuan 20.360 jiwa. Dilihat dari penduduk usia 45-54 tahun di Kabupaten Sleman termasuk tinggi yaitu 142.653 dari 1.167.481 penduduk. Wilayah kabupaten Sleman terdiri dari dua 2 Desa yaitu Desa Ambarketawang dan Desa Balecatur. Desa Ambarketawang terdiri dari 13 Dusun dengan 110 RT dan Desa Balecatur terdiri dari 18 Dusun dengan 127 RT.

2. Analisa Univariat

a. Karakteristik Responden

Pada penelitian ini hasil analisa univariat menggambarkan karakteristik yang meliputi, jenis kelamin, usia, pendidikan, pekerjaan dan pendapatan. Distribusi frekuensi karakteristik responden dapat dilihat pada tabel 4.1.

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Pasien Hipertensi di Puskesmas Gamping 1 Sleman (n: 44)

Karakteristik	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Jenis kelamin		
Laki-laki	13	29.5
Perempuan	31	70.5
Usia		
20-44 tahun	3	6.8
45-54 tahun	29	65.9
55-59 tahun	12	27.3
Pendidikan		
Tidak sekolah	3	6.8
SD	22	50
SMP	4	9.1
SMA	13	29.5
Perguruan tinggi	2	4.5
Pekerjaan		
Tidak bekerja	16	36.4
Bekerja	27	61.4
Pensiunan	1	2.3
Pendapatan		
<Rp. 1.448.385/bulan	33	75
Rp. 1.448.385/bulan	8	18.2
>Rp. 1.448.385/bulan	3	6.8

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa dari 44 responden, sebanyak 31 responden atau (70.5%), berjenis kelamin perempuan berusia 45-54 tahun sebanyak 29 responden (65.9%), tingkat pendidikan SD sebanyak 22 responden (50.0%), status pekerjaan responden bekerja sebanyak 27 responden (61.4%), dan pendapatan <Rp. 1.448.385/bulan sebanyak 33 responden (75.0%).

b. Gambaran Lingkar Pinggang di Puskesmas Gamping 1 Sleman

Tabel 4.2 Gambaran Lingkar Pinggang di Puskesmas Gamping 1 Sleman (n: 44)

Gambaran antropometri	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Lingkar Pinggang		
Normal	11	25
Tinggi	33	75

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa dari 44 responden, sebanyak 33 responden atau (75.0%), responden memiliki lingkar pinggang yang tinggi.

1) Karakteristik Responden Dengan Lingkar Pinggang

Tabel 4.3 Karakteristik Responden Dengan Lingkar Pinggang di Puskesmas Gamping 1 Sleman (n: 44)

Karakteristik responden	Normal		Tinggi	
	F	%	F	%
Jenis kelamin				
Laki-laki	6	46.2	7	53.8
Perempuan	5	16.1	26	83.9
Usia				
20-44 tahun	0	0	3	100
45-54 tahun	9	31	20	69
55-59 tahun	2	16.7	10	83.3
Pendidikan				
Tidak sekolah	1	33.3	2	66.7
SD	5	22.7	17	77.3
SMP	2	50	2	50
SMA	2	15.4	11	84.6
Perguruan tinggi	1	50	1	50
Pekerjaan				
Tidak bekerja	3	18.8	13	81.3
Bekerja	8	29.6	19	70.4
Pensiunan	0	0	1	100
Pendapatan				
<Rp. 1.448.385/bulan	8	24.2	25	75.8
Rp. 1.448.385/bulan	2	25	6	75
>Rp. 1.448.385/bulan	1	33.3	2	66.7

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui bahwa dari 44 responden yang mengalami lingkaran pinggang tinggi sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 26 responden (83,9%) berusia 45-54 tahun sebanyak 20 responden (69,0%), tingkat pendidikan SD sebanyak 17 responden (77,3%), status pekerjaan bekerja sebanyak 19 responden (70,4%) dan pendapatan <Rp. 1.448.385/bulan sebanyak 25 responden (75,8%). Sedangkan yang mengalami ukuran lingkaran pinggang normal sebagian besar berjenis kelamin laki-laki sebanyak 6 responden (46,2%) berusia 45-54 tahun sebanyak 9 responden (31,0%), tingkat pendidikan SD sebanyak 5 responden (22,7%), status pekerjaan bekerja sebanyak 8 responden (29,6%) dan pendapatan <Rp. 1.448.385/bulan sebanyak 8 responden (24,2%).

c. Gambaran Lemak Tubuh di Puskesmas Gamping 1 Sleman

Tabel 4.4 Gambaran Lemak Tubuh di Puskesmas Gamping 1 Sleman (n: 44)

Gambaran antropometri	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Lemak tubuh		
Normal	6	13.6
Fair	2	4.5
Fat	16	36.4
Obese	20	45.5

Berdasarkan tabel 4.4 diketahui bahwa dari 44 responden, sebanyak 20 responden atau (45.5%), responden memiliki ukuran lemak tubuh terbanyak yaitu obese.

1) Karakteristik Responden Dengan lemak tubuh

Tabel 4.5 Karakteristik Responden Dengan Lemak Tubuh di Puskesmas Gamping 1 Sleman (n: 44)

Karakteristik responden	Normal		Fair		Fat		Obese	
	F	%	F	%	F	%	F	%
Jenis kelamin								
Laki-laki	3	23.1	0	0	4	30.8	6	46.2
Perempuan	3	9.7	2	6.5	12	38.7	14	45.2
Usia								
20-44 tahun	0	0	0	0	0	0	3	100
45-54 tahun	6	20.7	1	3.4	11	37.9	11	37.9
55-59 tahun	0	0	1	8.3	5	41.7	6	50
Pendidikan								
Tidak sekolah	1	33.3	0	0	0	0	2	66.7
SD	2	9.1	0	0	10	45.5	10	45.5
SMP	1	25	1	25	2	50	0	0
SMA	1	7.7	1	7.7	4	30.8	7	53.8
Perguruan tinggi	1	50	0	0	0	0	1	50
Pekerjaan								
Tidak bekerja	0	0	1	6.3	8	50	7	43.8
Bekerja	6	22.2	1	3.7	8	29.6	12	44.4
Pensiunan	0	0	0	0	0	0	1	100
Pendapatan								
<Rp. 1.448.385/bulan	4	12.1	1	3	14	42.4	14	42.4
Rp. 1.448.385/bulan	1	12.5	1	12.5	2	25	4	50
>Rp. 1.448.385/bulan	1	33.3	0	0	0	0	2	66.7

Berdasarkan tabel 4.5 diketahui bahwa dari 44 responden yang mengalami ukuran lemak tubuh obese sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 14 responden (45.2%) berusia 45-54 tahun sebanyak 11 responden (37.9%), tingkat pendidikan SD sebanyak 10 responden (45.5%), status pekerjaan bekerja sebanyak 12 responden (44.4%)

dan pendapatan <Rp. 1.448.385/bulan sebanyak 14 responden (42.4%). Sedangkan yang mengalami lemak tubuh dalam kriteria fat sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 12 responden (38.7%) berusia 45-54 tahun sebanyak 11 responden (37.9%), tingkat pendidikan SD sebanyak 10 responden (45.5%), status pekerjaan tidak bekerja sebanyak 8 responden (50%) dan pendapatan <Rp. 1.448.385/bulan sebanyak 14 responden (42.4%). Sedangkan yang mengalami lemak tubuh dalam kriteria normal sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 3 responden (23.1%) berusia 45-54 tahun sebanyak 6 responden (20.7%), tingkat pendidikan SD sebanyak 2 responden (9.1%), status pekerjaan bekerja sebanyak 6 responden (22.2%) dan pendapatan <Rp. 1.448.385/bulan sebanyak 4 responden (12.1%). Sedangkan yang mengalami lemak tubuh dalam kriteria fair sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 2 responden (6.5%) berusia 55-59 tahun sebanyak 1 responden (8.3%), tingkat pendidikan SMP sebanyak 1 responden (25%), status pekerjaan tidak bekerja sebanyak 1 responden (6.3%) dan pendapatan Rp. 1.448.385/bulan sebanyak 1 responden (12.5%).

d. Gambaran Tekanan Darah Responden di Puskesmas Gamping 1 Sleman

Tabel 4.6 Gambaran Tekanan Darah Responden di Puskesmas Gamping 1 Sleman (n: 44)

Tekanan darah	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Derajat hipertensi		
Normal	4	9.1
Prehipertensi	17	38.6
Hipertensi stage 1	12	27.3
Hipertensi stage 2	11	25

Berdasarkan tabel 4.6 diketahui bahwa dari 44 responden, sebanyak 17 responden atau (38.6%), responden memiliki derajat hipertensi terbanyak yaitu prehipertensi.

1) Karakteristik Responden Dengan Tekanan Darah di Puskesmas Gamping 1 Sleman

Tabel 4.7 Karakteristik Responden Dengan Tekanan Darah di Puskesmas Gamping 1 Sleman (n: 44)

Karakteristik responden	Normal		Prehipertensi		Hipertensi stage 1		Hipertensi stage 2	
	F	%	F	%	F	%	F	%
Jenis kelamin								
Laki-laki	0	0	7	53.8	4	30.8	2	15.4
Perempuan	4	12.9	10	32.3	8	25.8	9	29
Usia								
20-44 tahun	0	0	1	33.3	2	66.7	0	0
45-54 tahun	1	3.4	12	41.4	9	31	7	24.1
55-59 tahun	3	25	4	33.3	1	8.3	4	33.3
Pendidikan								
Tidak sekolah	0	0	1	33.3	2	66.7	0	0
SD	3	13.6	6	27.3	4	18.2	9	40.9
SMP	0	0	4	100	0	0	0	0
SMA	1	7.7	5	38.5	5	38.5	2	15.4
Perguruan tinggi	0	0	1	50	1	50	0	0
Pekerjaan								
Tidak bekerja	2	12.5	6	37.5	5	31.3	3	18.8
Bekerja	2	7.4	11	40.7	7	25.9	7	25.9
Pensiunan	0	0	0	0	0	0	1	100
Pendapatan								
<Rp. 1.448.385/bulan	4	12.1	11	33.3	9	27.3	9	27.3
Rp. 1.448.385/bulan	0	0	5	62.5	2	25	1	12.5
>Rp. 1.448.385/bulan	0	0	1	33.3	1	33.3	1	33.3

Berdasarkan tabel 4.7 diketahui bahwa dari 44 responden yang mengalami tekanan darah prehipertensi sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 10 responden (32.3%) berusia 45-54 tahun sebanyak 12 responden (41.4%), tingkat pendidikan SD sebanyak 6 responden (27.3%), status pekerjaan bekerja sebanyak 11 responden (40.7%) dan pendapatan <Rp. 1.448.385/bulan sebanyak 11 responden (33.3%) Sedangkan yang mengalami tekanan darah hipertensi stage 2 sebagian responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 9 responden (29%) berusia 45-54 tahun sebanyak 7 responden (24.1%), tingkat pendidikan SD sebanyak 9 responden (40.9%), status pekerjaan bekerja sebanyak 7 responden (25.9%) dan pendapatan <Rp. 1.448.385/bulan sebanyak 9 responden (27.3%). Sedangkan yang mengalami tekanan darah hipertensi stage 1 sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 8 responden (25.8%) berusia 45-54 tahun sebanyak 9 responden (31%), tingkat pendidikan SMA sebanyak 5 responden (38.5%), status

pekerjaan bekerja sebanyak 7 responden (25.9%) dan pendapatan <Rp. 1.448.385/bulan sebanyak 9 responden (27.3%). Sedangkan yang mengalami tekanan darah normal sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 4 responden (12.9%) berusia 55-59 tahun sebanyak 3 responden tingkat pendidikan SD sebanyak 3 responden (13.6%), status pekerjaan tidak bekerja sebanyak 2 responden (12.5%) dan pendapatan <Rp. 1.448.385/bulan sebanyak 4 responden (12.1%).

3. Analisa bivariat

Analisis ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas yaitu lingkaran pinggang dan lemak tubuh dengan variabel terikat yaitu derajat hipertensi. Uji statistik yang digunakan adalah *Kendall's Tau*. Untuk mengetahui keeratan hubungan dari kedua variabel tersebut dan untuk melihat kecenderungan sebelumnya dilihat ada atau tidaknya hubungan. Hasil dari *Prevalens Odds Ratio* untuk mengetahui kecenderungan dari variabel terikat yaitu derajat hipertensi dengan variabel bebas yaitu lingkaran pinggang dan lemak tubuh.

a. Hubungan Lingkaran Pinggang Dengan Derajat Hipertensi

Tabel 4.8 Hubungan Lingkaran Pinggang Dengan Derajat Hipertensi

Kendall's Tau	Correlation coefficient	Sig. (2.tailed)	N
Lingkaran pinggang	0.283**	0.045	44

Hasil analisis statistik diketahui bahwa $p= 0,045$ dimana $p < 0,05$ yang berarti ada hubungan antara lingkaran pinggang dengan derajat hipertensi. Untuk keeratan *correlation coefficient* sebesar 0,283 yang berarti mempunyai keeratan yang rendah. Hasil ini dapat disimpulkan bahwa tidak hanya lingkaran pinggang yang mempengaruhi derajat hipertensi, namun kemungkinan ada faktor lain yang mempengaruhi derajat hipertensi seperti usia, jenis kelamin, genetik, suku, asupan garam, kebiasaan merokok, obesitas, olahraga dan stress.

b. Hubungan Lemak Tubuh Dengan Derajat Hipertensi

Tabel 4.9 Hubungan Lemak Tubuh Dengan Derajat Hipertensi

Kendall's Tau	Correlation coefficient	Sig. (2.tailed)	N
Lemak tubuh	0.360**	0.007	44

Hasil analisis statistik diketahui bahwa $p = 0,007$ dimana $p < 0,05$ yang berarti ada hubungan antara lemak tubuh dengan derajat hipertensi. Untuk keeratan *correlation coefficient* sebesar 0,360 yang berarti mempunyai keeratan yang rendah. Hasil ini dapat disimpulkan bahwa tidak hanya lemak tubuh yang mempengaruhi derajat hipertensi, namun kemungkinan ada faktor lain yang mempengaruhi derajat hipertensi seperti tidak dapat mengontrol pola makan atau makan yang dikonsumsi sangat berlebihan.

B. Pembahasan

1. Karakteristik Responden di Puskesmas Gamping 1 Sleman

a. Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 31 responden (70.5%). Hal ini sesuai dengan teori menurut Smeltzer & Bare (2013), yang mengatakan bahwa hipertensi lebih banyak menyerang perempuan dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini terjadi karena perempuan yang belum menopause dilindungi oleh hormon estrogen, hormon estrogen dapat meningkatkan konsentrasi HDL dan menurunkan konsentrasi LDL. Kadar HDL yang tinggi merupakan faktor pencegah terjadinya aterosklerosis (Stanley & Bare, 2007). Dari data demografi Badan Pusat Statistik Kabupaten Sleman tahun (2014), jumlah penduduk wilayah Pusat Kesehatan Masyarakat Gamping 1 tahun 2014 sebanyak 40.282 jiwa, dimana perempuan lebih unggul dengan jumlah 20.360 jiwa dan laki-laki 19.922 jiwa.

b. Umur

Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 45-54 tahun sebanyak 29 responden (65.9%). Dari data demografi Badan Pusat Statistik Kabupaten Sleman tahun (2015), diketahui bahwa pada usia 45-54 tahun di Kabupaten Sleman termasuk urutan ke tiga yaitu 142.653 dari 1.167.481 penduduk.

c. Tingkat Pendidikan

Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berpendidikan SD sebanyak 22 responden (50.0%). Dari data Badan Pusat Statistik Kabupaten Sleman tahun (2015), tingkat pendidikan penduduk masyarakat di wilayah Pusat Kesehatan Masyarakat Gamping 1 Sleman tamat SD merupakan urutan yang ke dua dari 8 tingkat pendidikan yaitu 806 orang.

d. Status Pekerjaan

Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan status pekerjaan bekerja sebanyak 27 responden (61.4%). Dengan banyaknya responden yang bekerja dikarenakan posisi di wilayah kabupaten Sleman tersebut termasuk dalam Wilayah perkotaan dan terdapat adanya pasar. Sehingga pada masyarakat Sleman tersebut mempunyai peluang yang besar untuk mendapatkan pekerjaan. Wilayah tersebut terdiri dari dua 2 Desa yaitu Desa Ambarketawang dan Desa Balecatur. Desa Ambarketawang terdiri dari 13 Dusun dengan 110 RT dan Desa Balecatur terdiri dari 18 Dusun dengan 127 RT.

e. Pendapatan

Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan pendapatan <Rp. 1.448.385/bulan sebanyak 33 responden (75.0%). Hal tersebut dikarenakan pendidikan responden yang rendah. Hasil dari data Badan Pusat Statistik Kabupaten Sleman tahun (2015), tingkat pendidikan penduduk masyarakat di wilayah Pusat Kesehatan Masyarakat Gamping 1 Sleman urutan pertama yaitu SLTA sebanyak 1223 orang diikuti dengan tamat SD sebanyak 806 orang.

2. Lingkar Pinggang

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa dari 44 responden, yang mengalami lingkar pinggang tinggi sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 26 responden (83,9%). Jenis kelamin menjadi faktor yang mempengaruhi ukuran lingkar pinggang. Berlainan dengan teori, dimana lingkar pinggang laki-laki harusnya lebih besar daripada perempuan karena laki-laki cenderung lebih banyak lemak yang menumpuk dirongga perut. Hal ini bertentangan dengan Supariasa (2014), dimana laki-laki cenderung lebih banyak lemak yang menumpuk di rongga perut, sementara lemak tubuh pada wanita cenderung lebih banyak menumpuk pada panggul. Laki-laki cenderung memiliki tipe obesitas android, dimana bentuk tubuh menjadi bulat seperti apel. Sementara pada perempuan cenderung memiliki obesitas tipe ginoid dimana tubuh bagian bawah cenderung lebih besar sehingga mirip dengan bentuk buah pear. Hal ini menunjukkan bahwa ukuran lingkar pinggang dapat menggambarkan akumulasi dari lemak intra abdominal atau visceral (PERKI, 2013). Menurut WHO (2013), lebih dari 1,9 miliar orang dewasa, 18 tahun dan lebih tua mengalami kelebihan berat badan. Dari jumlah tersebut lebih dari 600 juta mengalami kelebihan berat badan. Secara keseluruhan sekitar 13% dari populasi dunia dewasa (11% laki-laki dan 15% perempuan) yang mengalami kelebihan berat badan. Pasien di Puskesmas Gamping 1 Sleman sebagian besar berusia 45-54 tahun sebanyak 20 responden (69,0%). Pada wanita yang pernah melahirkan mempunyai pinggang yang besar daripada yang belum. Hal itu terjadi karena beberapa lemak yang membantu produksi air susu disimpan perut. Selain itu otot-otot pinggang juga mengendur saat hamil dan persalinan. Hal ini yang akhirnya akan mempengaruhi ukuran lingkar pinggang (Amelia dalam Inandia 2012).

Berdasarkan tingkat pendidikan, dalam penelitian ini sebagian besar responden dalam tingkat pendidikan SD sebanyak 17 responden (77,3%). Tingkat pendidikan berhubungan erat dengan pekerjaan yang bisa didapat dan pendapatan seseorang. Hal inilah yang dapat mempengaruhi perilaku

dan pandangan dalam pemilihan makanan serta asupan dan pola hidup seseorang (Fatmah, 2011).

Berdasarkan status pekerjaan sebagian besar responden bekerja sebanyak 19 responden (70,4%). Status pekerjaan berhubungan erat dengan pendapatan seseorang. Hal inilah yang dapat mempengaruhi perilaku dan pandangan dalam pemilihan makanan serta asupan dan pola hidup seseorang (Fatmah, 2011).

Berdasarkan hasil pendapatan, sebagian besar responden dengan pendapatan <Rp. 1.448.385/bulan sebanyak 25 responden (75,8%). Status pendapatan berhubungan erat dengan pekerjaan seseorang. Dengan pendapatan yang tinggi, daya beli seseorang akan terpengaruh dan menjadi semakin tinggi pula, sehingga dapat dengan mudah membeli bahan makanan. Sementara saat pendapatannya sedikit, maka daya beli pun akan berkurang (Brown, 2011). Hal inilah yang dapat mempengaruhi perilaku dan pandangan dalam pemilihan makanan serta asupan dan pola hidup seseorang (Fatmah, 2011).

3. Lemak Tubuh

Berdasarkan tabel 4.5 diketahui bahwa dari 44 responden yang mengalami lemak tubuh dalam kriteria obese sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 14 responden (45.2%). Jenis kelamin dapat menjadi pengaruh terhadap perbedaan penyebaran lemak tubuh pada laki-laki dan perempuan. Pada perempuan lebih cenderung memiliki lemak tubuh tinggi dibanding laki-laki, disebabkan oleh berbagai hal seperti perbedaan anatomi dan hormonal (Supariasa, 2014). Jenis kelamin sangat berpengaruh pada tingkat obesitas seseorang. Hal ini disebabkan oleh perbedaan hormon yang dimiliki laki-laki dan perempuan. Perempuan memiliki hormon estrogen yang membutuhkan lemak untuk bekerja. Pada saat menopause, kadar hormon estrogen berkurang drastis hingga menimbulkan penumpukan lemak. Selain itu pada wanita saat mengalami menopause, kerja hormon tiroid akan berkurang hingga akhirnya

kemampuan aktivitas fisik dapat berkurang dan menyebabkan wanita lebih rentan mengalami obesitas (Inandia, 2012).

Pasien di Puskesmas Gamping 1 Sleman yang mengalami lemak tubuh dalam kriteria obese sebagian besar dengan umur 45-54 tahun sebanyak 11 responden (37.9%). Beberapa penelitian telah mengungkapkan bahwa usia berhubungan erat dengan kejadian obesitas. Menurut Bakhshi *et al.* (2011), seiring dengan bertambahnya usia, setelah usia 30 tahun massa lemak tubuh akan bertambah bersamaan dengan penurunan massa bebas lemak. Saat mencapai usia 20-70 tahun penurunan massa otot rangka menyebabkan penurunan massa bebas lemak tubuh hingga 40%. Massa bebas lemak tubuh paling tinggi akan terjadi saat usia 20-30 tahun sementara massa lemak tubuh akan terakumulasi paling banyak saat usia 60-70 tahun. Setelah 70 tahun, baik massa lemak maupun massa bebas lemak akan menurun secara perlahan.

Berdasarkan tingkat pendidikan, dalam penelitian ini sebagian besar responden dengan tingkat pendidikan SD sebanyak 10 responden (45.5%). Tingkat pendidikan berpengaruh terhadap gaya hidup sehat dengan tidak merokok, tidak minum alkohol dan lebih sering berolahraga (Kivimaki, 2004 dalam Yuliarti, 2007). Tingginya pada pendidikan yang rendah, kemungkinan disebabkan karena kurangnya pengetahuan pada pasien yang berpendidikan rendah terhadap kesehatan dan sulit atau lambat menerima informasi (penyuluhan) yang diberikan oleh petugas sehingga berdampak pada perilaku /pola hidup sehat. Tingkat pendidikan berhubungan erat dengan pekerjaan yang bisa didapat dan pendapatan seseorang. Hal inilah yang dapat mempengaruhi perilaku dan pandangan dalam memilih makanan serta asupan dan pola hidup seseorang (Fatmah, 2011).

Berdasarkan status pekerjaan sebagian besar responden bekerja sebanyak 12 responden (44.4%), pekerjaan berpengaruh kepada aktivitas fisik seseorang. Orang yang tidak bekerja aktifitasnya tidak banyak sehingga dapat mengakibatkan penimbunan lemak di dalam tubuh (Misti, 2009).

Berdasarkan hasil pendapatan, sebagian besar responden dengan pendapatan <Rp. 1.448.385/bulan sebanyak 14 responden (42.4%). Status pendapatan berhubungan erat dengan pekerjaan seseorang. Seseorang dengan faktor sosial ekonomi yang rendah baik dalam pendapatan, pendidikan, maupun area tempat tinggalnya, akan memiliki kesehatan fisik maupun emosi yang rendah pula. Hal ini yang akan mengakibatkan meningkatnya risiko berbagai penyakit tidak menular (Brown, 2011).

4. Hipertensi

Karakteristik pasien hipertensi di Puskesmas Gamping 1 Sleman sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 10 responden (32.3%). Faktor jenis kelamin berpengaruh terhadap terjadinya hipertensi. Penelitian yang dilakukan oleh Ikhsan, Asdar dan Suryani (2012) yang menyatakan bahwa wanita lebih berisiko hipertensi daripada laki-laki, disebabkan karena dalam hal menghadapi stress dan tekanan psikologis, mekanisme coping laki-laki lebih baik dibandingkan wanita, dimana stress yang merupakan salah satu faktor terjadinya peningkatan tekanan darah. Pada wanita masa produktif masih terlindungi oleh hormon estrogen, akan tetapi wanita setelah menopause menjadi lebih berpotensi terserang penyakit hipertensi. estrogen yang berperan dalam meningkatkan kadar *High Density Lipoprotein* (HDL). Kadar HDL yang tinggi merupakan faktor pelindung dalam mencegah terjadinya proses aterosklerosis sehingga dapat memperlebar pembuluh darah dalam jantung, sehingga aliran darah menjadi lancar dan jantung memperoleh suplai oksigen yang cukup (Anggraini, 2009).

Pasien hipertensi di Puskesmas Gamping 1 Sleman sebagian besar dengan umur 45-54 tahun sebanyak 12 responden (41.4%). Karena usia mempengaruhi terjadinya hipertensi (Yogiantoro, 2009). Tekanan darah secara alami cenderung meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Penambahan usia menyebabkan semakin hilang daya elastisitas dari pembuluh darah yang mengakibatkan arteri dan aorta kehilangan daya untuk

menyesuaikan diri dengan aliran darah. Pada wanita menopause berpeluang lebih besar menderita hipertensi, sehubungan dengan perubahan hormon dan seiring dengan bertambahnya usia kepekaan orang bertambah terhadap hipertensi (Palmer & William, 2007). Penelitian yang sejalan dengan Zamhir (2006), yang menemukan bahwa prevalensi hipertensi semakin meningkat seiring dengan bertambahnya usia.

Berdasarkan tingkat pendidikan, dalam penelitian ini sebagian besar responden dengan tingkat pendidikan SD sebanyak 6 responden (27.3%). Tingkat pendidikan berpengaruh terhadap gaya hidup sehat dengan tidak merokok, tidak minum alkohol dan lebih sering berolahraga (Kivimaki, 2004 dalam Yuliarti, 2007). Tingginya risiko terkena hipertensi pada pendidikan yang rendah, kemungkinan disebabkan karena kurangnya pengetahuan pada pasien yang berpendidikan rendah terhadap kesehatan dan sulit atau lambat menerima informasi (penyuluhan) yang diberikan oleh petugas sehingga berdampak pada perilaku /pola hidup sehat. Hal ini sesuai dengan penelitian Anggraini, dkk (2009) bahwa responden paling banyak berpendidikan rendah. Hal ini kemungkinan yang mempengaruhi gaya hidup dan keinginan untuk menjaga kesehatan.

Berdasarkan status pekerjaan sebagian besar responden bekerja sebanyak 11 responden (40.7%), pekerjaan berpengaruh kepada aktivitas fisik seseorang. Orang yang tidak bekerja aktifitasnya tidak banyak sehingga dapat mengakibatkan penimbunan lemak di dalam tubuh (Misti, 2009). Orang yang tidak aktif juga cenderung mempunyai frekuensi denyut jantung yang lebih tinggi sehingga otot jantungnya harus bekerja lebih keras pada setiap kontraksi (Aris, 2007). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Rahajeng (2009), yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pekerjaan dengan hipertensi.

Berdasarkan hasil pendapatan, sebagian besar responden dengan pendapatan <Rp. 1.448.385/bulan sebanyak 11 responden (33.3%). Dengan pendapatan yang rendah maka seseorang akan memilih makanan yang kualitasnya rendah. Teori integratif kualitas hidup menyatakan

kesejahteraan yang paling dasar dalam kualitas hidup subjektif. Kepuasan kesehatan juga merupakan salah satu penilaian yang ada. Dikatakan juga faktor-faktor objektif itu antara lain penghasilan, pernikahan, kondisi kesehatan (Ventegodt et al, 2003).

5. Hubungan Lingkar Pinggang Dengan Derajat Hipertensi di Puskesmas Gamping 1 Sleman

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa sebagian responden mempunyai lingkar pinggang tinggi sebanyak 11 responden (25%) memiliki kriteria tekanan darah prehipertensi. Hal ini dapat disebabkan karena faktor penyebab lain yang mempengaruhi lingkar pinggang dan derajat hipertensi seperti usia, jenis kelamin, genetik, suku, asupan garam, kebiasaan merokok, obesitas, olahraga dan stress. Hasil penelitian ini menyebutkan bahwa lingkar pinggang yang tinggi paling banyak terjadi pada perempuan. Lingkar pinggang yang merupakan indikator yang digunakan untuk mengetahui banyaknya kelebihan lemak di perut memiliki kaitan dengan tekanan darah terbukti dengan hasil analisis statistik menunjukkan nilai $p = 0,045 < 0,05$, sehingga ada hubungan antara lingkar pinggang dengan tekanan darah. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sumayku, Pandelaki dan Wongkar (2014) menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara lingkar pinggang dengan tekanan darah.

Bila dilihat kecenderungan pada lingkar pinggang dengan tidak obesitas dan obesitas terdapat juga hubungan dengan tekanan darah. Sehingga dapat dikatakan bahwa seseorang yang mempunyai lingkar pinggang yang tidak obesitas cenderung memiliki tekanan darah yang normal 4 kali lebih besar dan sebaliknya seseorang dengan lingkar pinggang yang obesitas memiliki kecenderungan yang sama untuk memiliki tekanan darah tinggi. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Pradono (2010), menyatakan responden dengan obesitas sentral mempunyai peluang 1,6 kali menderita hipertensi dibandingkan responden yang tidak obesitas.

6. Hubungan Lemak Tubuh Dengan Derajat Hipertensi di Puskesmas Gamping 1 Sleman

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa sebagian besar responden dengan lemak tubuh obese sebanyak 8 responden (40%) memiliki tekanan darah dalam kriteria hipertensi stage 1. Hal ini dapat disebabkan karena faktor penyebab lain yang mempengaruhi derajat hipertensi dan lemak tubuh seperti usia, jenis kelamin, genetik, suku, asupan garam, kebiasaan merokok, obesitas, olahraga dan stress. Obesitas merupakan suatu keadaan atau kondisi yang menunjukkan ketidakseimbangan antara tinggi dan berat badan akibat jaringan lemak dalam tubuh. Sehingga mempengaruhi tekanan yang ada di dalam tekanan darah diakibatkan jantung memompa terlalu keras. Berdasarkan penelitian ini, didapatkan hasil analisis statistik menunjukkan nilai $p = 0,007 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara lemak tubuh dengan derajat hipertensi yaitu ada hubungan dimana semakin tinggi lemak tubuh, maka derajat hipertensi akan mengalami peningkatan karena sesuai dengan teori saat ventrikel kanan berkontraksi, darah yang memasuki arteri besar akan membuat dinding arteri berdistensi. Dinding arteri bersifat elastis dan dapat menyerap sebagian gaya yang dihasilkan aliran darah. Elastisitas ini menyebabkan tekanan diastol yang meningkat dan sistol yang menurun. Saat ventrikel kiri berelaksasi, dinding arteri juga akan kembali ke ukuran awal, sehingga tekanan diastol tetap berada di batas normal, seperti seseorang yang mempunyai kelebihan berat badan maka volume darah beredar melalui pembuluh darah menjadi akan meningkat sehingga memberi tekanan lebih besar pada dinding arteri membuat tekanan darah akan naik (Farid, 2012).

Teori yang ada mengatakan berat badan meningkat diatas berat badan ideal maka resiko hipertensi juga meningkat dan dikarenakan berat badan lebih akan terjadi penumpukan jaringan lemak yang dapat menyebabkan peningkatan resisten pembuluh darah dalam meningkatkan kerja jantung untuk memompa darah ke seluruh tubuh (Schmiedera *et al*, 2009). Orang

yang berbadan kurus tidak menutup kemungkinan untuk mengalami peningkatan tekanan darah. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhinya yaitu kadar kolesterol di dalam darah yang disebabkan oleh gaya hidup yang tidak baik, seperti tidak dapat mengontrol pola makan atau makan yang dikonsumsi sangat berlebih. Kadar kolesterol yang berlebih dapat menimbulkan penyakit jantung dan hipertensi. Selain itu kolesterol yang berlebih atau biasa yang disebut dengan hiperkolesterolemia yang pada umumnya diderita oleh orang gemuk atau orang yang sudah lanjut usia tetapi tidak menutup kemungkinan gangguan metabolisme ini dapat menyerang orang kurus bahkan pada saat usia muda (Aisyah, 2009). Lemak tubuh normal obese dengan tekanan darah didapatkan bahwa ada hubungan normal obese dengan tekanan darah. Sehingga didapatkan hasil penelitian bahwa orang yang lemak tubuh kategori normal cenderung memiliki tekanan darah yang normal 4,9 kali lebih besar dan sebaliknya orang yang memiliki lemak tubuh kategori obese maka memiliki kecenderungannya sama untuk memiliki tekanan darah tinggi. Semakin banyak kelebihan berat badan, semakin besar risiko hipertensi yang harus dihadapi. Semakin banyak berat badan yang diturunkan, maka secara bersamaan akan semakin rendah risiko hipertensi yang ditanggung (Pradono, 2010).

C. Keterbatasan penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang dapat mengganggu hasil dari penelitian tersebut, diantaranya:

1. Pada penelitian ini terdapat keterbatasan pada faktor pengganggu yang tidak dapat mengendalikan diantaranya yaitu genetik, suku, asupan garam, kebiasaan merokok, olahraga dan stress.
2. Pada penelitian ini terdapat keterbatasan dalam pengukuran lingkaran pinggang responden, peneliti tidak mengajarkan posisi inspirasi (tarik napas) pada saat pengukuran berlangsung.