
PROFIL PENDERITA HIPERTENSI DI DESA GUMENO, KECMATAN MANYAR, KABUPATEN GRESIK

Lilik Wijayati¹, Istiroha*², Akhmad Suyudi³

^{1,2,3} Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Gresik

*e-mail: istiroha08@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang dominan di Indonesia. Faktor penyebab hipertensi dapat berupa factor yang tidak dapat dikendalikan seperti usia, jenis kelamin, genetic, dan ras. Factor lain adalah factor yang dapat dikendalikan seperti pola makan, kebiasaan olahraga, konsumsi garam, kopi alkohol dan stress. Tujuan penelitian ini adalah mengidentifikasi karakteristik demografi penderita hipertensi di Desa Gumeno Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik. Desain penelitian menggunakan deskriptif analitik dengan pendekatan survey. Data diambil di Desa Gumeno dan Puskesmas Sembayat Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik pada tanggal 10-27 Mei 2025. Populasi penelitian ini sebanyak 150 penderita hipertensi di Desa Gumeno Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik. Teknik random sampling digunakan dan didapatkan sebanyak 109 sampel. Instrument untuk mengambil data usia, jenis kelamin, riwayat hipertensi, riwayat penggunaan obat hipertensi menggunakan kuisoner data demografi, data konsumsi garam diambil menggunakan kuisoner konsumsi garam, data kebiasaan olahraga diambil menggunakan kuisoner kebiasaan olahraga, dan tekanan darah diperiksa dengan tensi meter digital dan lembar observasi. Data yang telah dikumpulkan kemudian diolah dan dianalisis menggunakan analisis bivariat menggunakan SPSS versi 16. Hasil penelitian menunjukkan hampir setengah dari jumlah responden berusia 21-44 tahun, sebagian besar adalah laki-laki, sebagian besar responden mempunyai riwayat hipertensi, sebagian besar responden mempunyai riwayat konsumsi obat hipertensi, sebagian besar responden memiliki kebiasaan konsumsi garam termasuk dalam kategori cukup, sebagian besar responden memiliki kebiasaan olahraga termasuk dalam kategori baik, dan hampir setengah dari total responden memiliki tekanan darah yang termasuk dalam kategori hipertensi derajat. Penderita hipertensi derajat 1 sebagian besar adalah laki-laki usia dewasa awal sehingga bagi masyarakat yang berusia mulai 30 tahun perlu melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin untuk mengetahui status hipertensi dan melakukan olahraga secara rutin untuk mengurangi risiko mendeteksi secara dini terjadinya hipertensi.

Kata kunci: Data Demografi; Desa Gumeno; Gresik; Hipertensi.

ABSTRACT

Hypertension is one of the most prevalent diseases in Indonesia. The causes of hypertension can be uncontrollable factors such as age, gender, genetics, and race. Other factors are controllable factors such as diet, exercise habits, salt intake, coffee, alcohol, and stress. The purpose of this study was to identify the demographic characteristics of people with hypertension in Gumeno Village, Manyar District. The research design used a descriptive analytical approach with a survey method. Data was collected in Gumeno Village and Sembayat Health Center, Manyar Subdistrict, Gresik District, from May 10 to 27, 2025. The study population consisted of 150 hypertensive patients in Gumeno Village, Manyar Subdistrict, Gresik District. Random sampling technique was used, resulting in 109 samples. Data collection instruments included a demographic questionnaire for age, gender, hypertension history, and hypertension medication history; a salt consumption questionnaire for salt intake data; an exercise habits questionnaire for exercise habits data; and blood pressure was measured using a digital blood pressure monitor and an observation sheet. The collected data were

then processed and analyzed using bivariate analysis with SPSS version 16. The results of the study show that nearly half of the respondents aged 21–44 years old, most of whom were male, had a history of hypertension, most respondents had a history of taking hypertension medication, most respondents had salt consumption habits that fell into the moderate category, most respondents had exercise habits that fell into the good category, and nearly half of all respondents had blood pressure levels classified as hypertension. Most patients with stage 1 hypertension are young adult men, so individuals aged 30 and older should undergo regular blood pressure checks to determine their hypertension status and engage in regular exercise to reduce the risk of developing hypertension.

Keywords: *Demographic Data; Gumeno Village; Gresik; Hypertension.*

1. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang dominan di Indonesia (Kemenkes, 2019). Hipertensi merupakan penyakit vaskuler yang dapat menyebabkan komplikasi seperti gagal jantung, penyakit ginjal, stroke, kecacatan bahkan kematian. Faktor penyebab hipertensi dapat berupa factor yang tidak dapat dikendalikan seperti usia, jenis kelamin, genetic, dan ras. Factor lain adalah factor yang dapat dikendalikan seperti pola makan, kebiasaan olahraga, konsumsi garam, kopi alkohol dan stress (WHO, 2023).

Angka kejadian hipertensi secara global pada tahun 2022 mencapai 22% dari total penduduk dunia dan pada tahun 2023 sekitar 1,3 miliar penduduk dunia mengalami hipertensi (WHO, 2023). Menurut data Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023, prevalensi hipertensi pada penduduk berdasarkan diagnosis dokter adalah 8,6%. Pada Laporan Riskesdas (2018), hipertensi terjadi pada kelompok usia 31-44 tahun (31,6%), usia 45-54 tahun (45,3%), usia 55-64 tahun (55,2%) (Kemenkes RI, 2019). Prevalensi penduduk dengan tekanan darah tinggi di Provinsi Jawa Timur sebesar 36,3%. Jumlah estimasi penderita hipertensi yang berusia ≥ 15 tahun di Provinsi Jawa Timur sekitar 11.600.444 penduduk, dengan proporsi laki - laki 48,8% dan perempuan 51,2%. Berdasarkan data Bidang Pencegahan dan Pengendalian Penyakit, Dinas Kesehatan, Kabupaten Gresik tahun 2023 menunjukkan dibulan November tercatat jumlah penduduk Kabupaten Gresik yang menderita hipertensi sebanyak 21.838 jiwa (Emiliyawati, 2023). Data di UPT Puskesmas Sembayat tahun 2024 jumlah penderita penyakit hipertensi di Desa Gumenno sebanyak 150 orang.

Hipertensi meningkat seiring bertambahnya usia karena elastisitas arteri menurun sehingga mengurangi sensitivitas pembuluh darah. Penurunan elastisitas pembuluh darah juga dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah sistolik dan penurunan volume darah aorta sehingga menyebabkan penurunan tekanan darah diastolic (Singh, et al., 2023). Hipertensi atau tekanan darah terjadi akibat perubahan struktur pada sistem pembuluh darah perifer. Faktor resiko hipertensi dibagi menjadi 2 yaitu faktor yang tidak dapat diubah dan dapat diubah. Faktor yang tidak dapat diubah adalah riwayat keluarga, usia, jenis kelamin, ras/etnik. Faktor yang dapat

diubah adalah merokok, kurangnya olahraga, konsumsi alkohol, kebiasaan konsumsi garam, kebiasaan konsumsi makanan lemak (Singh, et al., 2023). Konsumsi garam >2000 mg perhari beresiko lebih besar atau 5 kali lebih tinggi dibandingkan orang yang mengkonsumsi garam <2000 mg perhari atau setara dengan 5 gram atau 1 sendok teh. Garam mengandung natrium yang mempunyai sifat menahan air sehingga menyebabkan volume darah meningkat dan penyempitan pembuluh darah. Kebiasaan olahraga yang kurang lebih beresiko menyebabkan terjadinya hipertensi (Putriastuti, 2015). Orang-orang yang tidak aktif cenderung mempunyai detak jantung lebih cepat dan otot jantung mereka harus bekerja lebih keras pada setiap kontraksi, semakin keras dan sering jantung harus memompa semakin besar pula kekuatan yang mendesak arteri (Harahap, 2017). Tujuan penelitian ini adalah mengidentifikasi karakteristik demografi penderita hipertensi di Desa Gumeno Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik.

2. METODE

Desain penelitian menggunakan deskriptif analitik dengan pendekatan survey. Data diambil di Desa Gumeno dan Puskesmas Sembayat Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik pada tanggal 10-27 Mei 2025. Populasi penelitian ini sebanyak 150 penderita hipertensi di Desa Gumeno Kecamatan Manyar Kabupaten Gresik. Peneliti menggunakan teknik random sampling untuk menentukan besar sampel dan didapatkan sebanyak 109 sampel.

Instrument untuk mengambil data usia, jenis kelamin, riwayat hipertensi, riwayat penggunaan obat hipertensi menggunakan kuisoner data demografi, sedangkan data konsumsi garam diambil menggunakan kuisoner konsumsi garam yang dikutip dari Widanti (2023), data kebiasaan olahraga diambil menggunakan kuisoner kebiasaan olahraga yang dikutip dari Kusuma (2023), dan data tekanan darah diambil menggunakan pemeriksaan langsung dengan tensi meter digital dan lembar observasi. Data yang telah dikumpulkan kemudian diolah dan dianalisis menggunakan analisis bivariat dengan menggunakan SPSS versi 16.

Pengumpulan data dilakukan dengan mengajukan surat permohonan izin kepada tempat penelitian, kemudian peneliti menjelaskan tujuan, manfaat, dan prosedur penelitian kepada calon responden, memberikan lembar inform consent kepada calon responden yang bersedia berpartisipasi dalam penelitian, membagi lembar kuisoner dan menjelaskan prosedur pengisian kuisoner, dan peneliti melakukan pengukuran tekanan darah. Data yang telah terkumpul diolah kemudian dianalisis menggunakan analisis bivariante dengan menggunakan program SPSS versi 16.

3. HASIL

Table 1 menunjukkan bahwa hampir setengah dari jumlah responden berusia 21-44 tahun (44%), sebagian besar adalah laki-laki (60%), sebagian besar responden mempunyai riwayat hipertensi (72%), sebagian besar responden mempunyai riwayat konsumsi obat hipertensi (51%). Hasil kuesioner didapatkan sebagian besar responden memiliki kebiasaan konsumsi garam termasuk dalam kategori cukup (56%), sebagian besar responden memiliki kebiasaan olahraga termasuk dalam kategori baik (53%), dan hampir setengah dari total responden memiliki tekanan darah yang termasuk dalam kategori hipertensi derajat 1 (39%).

Tabel 1. Karakteristik Responden (n=109)

Variabel	n	%
Usia		
10-20 tahun	0	0
21-44 tahun	48	44
45-59 tahun	37	34
>65 tahun	24	4,4
Jenis Kelamin		
Laki-laki	65	60
Perempuan	44	40
Riwayat Hipertensi		
Tidak ada	30	28
Ada	79	72
Riwayat Konsumsi Obat Hipertensi		
Tidak ada	53	49
Ada	56	51
Kebiasaan Konsumsi Garam		
Cukup	61	56
Lebih	48	44
Kebiasaan Olahraga		
Kurang	5	5
Cukup	36	33
Baik	58	53
Baik sekali	10	9
Kategori Tekanan darah		
Normal	6	6
Prehipertensi	32	29
Hipertensi derajat 1	43	39
Hipertensi derajat 2	28	26

4. PEMBAHASAN

Hipertensi merupakan penyakit yang sering kita jumpai dimasyarakat sekitar dan penyakit ini sangat beresiko karena bisa menyebabkan komplikasi bagi penderitanya. Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah melewati batas normal sistolik 140 mmHg atau lebih dan diastolik 90 mmHg atau lebih pada 2 kali pengukuran dalam waktu selang 2 menit (Erdwin et al., 2023). Hipertensi terjadi karena banyak faktor, yang terbagi menjadi dua faktor yaitu faktor yang tidak dapat dikendalikan seperti umur, jenis kelamin, genetik, dan ras. Faktor yang dapat dikendalikan yaitu pola makan, kebiasaan olahraga, konsumsi garam, kopi alkohol dan stress (Suiraoaka, 2018). Responden pada penelitian ini menunjukkan hampir setengah dari total responden memiliki tekanan darah yang termasuk dalam kategori hipertensi derajat 1 (39%), dengan sebagian besar responden mempunyai riwayat hipertensi dan mempunyai riwayat konsumsi obat hipertensi. Hipertensi derajat 1 merupakan kategori hipertensi dengan tekanan darah sistolik antara 140-159 mmHg dan/atau tekanan diastolik antara 90-99 mmHg.

Dilihat dari umur responden, hampir setengah dari jumlah responden berusia 21-44 tahun (44%). Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan Adam (2017) yang menjelaskan bahwa tekanan darah akan cenderung meningkat seiring bertambahnya usia karena terjadi penurunan fungsi fisiologis serta daya tahan tubuh dan hilangnya elastisitas jaringan dan arteriosklerosis serta pelebaran pembuluh darah. Penelitian ini menunjukkan bahwa pada era global ini hipertensi dapat terjadi pada usia dewasa awal (21-44 tahun) yang mana sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Cumayunaro & Dephinto (2019) yang menunjukkan bahwa dari 45 responden di Wilayah Kerja Puskesmas Anadala Padang yang memiliki riwayat hipertensi berusia dewasa (26-45 tahun), 44,4% diantaranya berusia dewasa awal dan sebanyak 55,6% berusia dalam kategori dewasa akhir dan rata-rata memiliki tekanan darah >140/90 mmHg. Hasil penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa responden dewasa dengan hipertensi memiliki kebiasaan gaya hidup yang kurang baik yakni aktifitas fisik yang minimal dan pola makan yang tidak sehat.

Jika dilihat dari jenis kelamin, pada penelitian ini sebagian besar responden adalah laki-laki. Jenis kelamin berkaitan erat dengan kejadian hipertensi karena faktor biologis, terutama perbedaan hormon. Wanita, sebelum menopause, dilindungi oleh hormon estrogen yang membantu menjaga kestabilan tekanan darah. Namun, setelah menopause, kadar estrogen menurun, meningkatkan risiko hipertensi. Di sisi lain, pria umumnya lebih berisiko mengalami hipertensi lebih awal dalam hidup mereka, sebelum usia 45 tahun. Perbedaan ini menunjukkan

bahwa jenis kelamin berperan dalam pengaturan tekanan darah, dengan wanita pascamenopause memiliki risiko lebih tinggi mengalami hipertensi dibandingkan pria (Hanif *et al.*, 2021).

Hasil kuesioner didapatkan sebagaimana besar responden memiliki kebiasaan konsumsi garam termasuk dalam kategori cukup. Salah satu faktor resiko penyebab hipertensi adalah asupan natrium yang berlebihan (Rust & Ekmekcioglu, 2017). Natrium dapat menyebabkan retensi cairan meningkat. Konsumsi garam >2000 mg perhari beresiko tekanan darah meningkat lebih besar atau 5 kali lebih tinggi dibandingkan orang yang mengkonsumsi garam <2000 mg perhari atau setara dengan 5 gram atau 1 sendok teh. Pola makan yang mencakup konsumsi makanan olahan, makanan cepat saji, dan makanan tradisional yang kaya akan garam menjadi faktor signifikan dalam asupan garam (Rust & Ekmekcioglu, 2017). Budaya dan tradisi memasak yang menggunakan garam dalam jumlah besar, seperti pada makanan fermentasi atau pengawetan, dapat meningkatkan konsumsi garam. Selain itu, norma sosial seperti kebiasaan makan bersama juga memengaruhi pola konsumsi garam (Yunus *et al.*, 2023).

Faktor resiko lain yang dapat mempengaruhi hipertensi yaitu kurang olahraga (Harahap, *et al.*, 2017). Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden memiliki kebiasaan olahraga termasuk dalam kategori baik dan sebagian dalam kategori cukup. Ada 2 faktor yang mempengaruhi kebiasaan olahraga seseorang yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal ada 4 yaitu motivasi, pengetahuan dan kesadaran kesehatan, waktu luang, kondisi fisik dan kesehatan. Motivasi adalah dorongan dari dalam diri seseorang untuk melakukan suatu aktivitas. Dalam konteks olahraga, motivasi bisa berupa keinginan untuk hidup sehat, memperbaiki penampilan fisik, mengurangi stres, atau meningkatkan stamina. Menurut peneliti, responden dalam penelitian ini memiliki kebiasaan olahraga dalam kategori baik namun tekanan darah masih dalam kategori tinggi dikarenakan konsumsi obat hipertensi yang tidak teratur dan budaya konsumsi garam dari makan olahan yang dikonsumsi.

5. KESIMPULAN

Kesimpulan penelitian ini adalah hampir setengah dari jumlah responden berusia 21-44 tahun, sebagian besar adalah laki-laki, sebagian besar responden mempunyai riwayat hipertensi, sebagian besar responden mempunyai riwayat konsumsi obat hipertensi, sebagaimana besar responden memiliki kebiasaan konsumsi garam termasuk dalam kategori cukup, sebagian besar responden memiliki kebiasaan olahraga termasuk dalam kategori baik, dan hampir setengah dari total responden memiliki tekanan darah yang termasuk dalam kategori hipertensi derajat 1. Bagi masyarakat yang berusia mulai 30 tahun perlu melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin untuk mengetahui status hipertensi dan melakukan olahraga secara rutin untuk mengurangi risiko mendeteksi secara dini terjadinya hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, L. (2019). Determinan Hipertensi pada Lanjut Usia. *Jambura Health and Sport Journal*. Vol. 1 No. 2: 82-89
- Cumayunaro, A., Dephinto, Y. (2019). Gaya Hidup (Life Style) dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Dewasa (26-45 tahun) di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Padang. *Jurnal Kesehatan Siantika Meditory*, Vol. 2 No. 1: 163-169
- Hanif, A. A. M., Shamim, A. A., Hossain, M. M., Hasan, M., Khan, M. S. A., Hossaine, M., Ullah, M. A., Sarker, S. K., Rahman, S. M. M., Mitra, D. K., & Mridha, M. K. 2021. Gender-Specific Prevalence And Associated Factors Of Hypertension Among Elderly Bangladeshi People: Findings From A Nationally Representative Cross-Sectional Survey: *BMJ Open*, 11(1), 1–12.
- Harahap, RA., Rochadi, RK., Sarumpaet, S. (2017). Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Hipertensi pada Laki-Laki Dewasa Awal (18-40 tahun) di Wilayah Puskesmas Bromo Medan Tahun 2017. *Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran, dan Ilmu Kesehatan*, Vol. 1, No. 2: 68-73.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). Hipertensi Penyakit Paling Banyak Didap Masyarakat. Diakses dari <https://kemkes.go.id/id/%20hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat>, tanggal 1 Juni 2025.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). Laporan Nasional Riskesdas 2018. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan 2019: Jakarta.
- Kusuma. (2023). Hubungan aktifitas fisik terhadap tekanan darah pada Penderita hipertensi. *JOURNAL OF Medical Surgical Concerns*, 3(2), 94–100. <https://doi.org/10.56922/msc.v3i2.241>
- Putriastuti, L. (2017). The Association between Exercise Habit and Incidence of Hypertension Among Patients over 45 Years Old. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 4(2), 225. <https://doi.org/10.20473/jbe.v4i22016.225-236>
- Rust P, Ekmekcioglu C. (2017). Impact of Salt Intake on the Pathogenesis and Treatment of Hypertension. *Adv Exp Med Biol.*; 956:61-84. doi: 10.1007/5584_2016_147. PMID: 27757935.
- Singh, JN., Nguyen, T., Kerndt, CC., Dharmoon, AS. (2023). Physiology, Blood Pressure Age Related Changes. Diakses dari <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK537297/>, tanggal 2 Maret 2025.
- Widanti. (2023). Hubungan Konsumsi Natrium/Garam dengan Status Hipertensi: Studi Cross Sectional di Kota Makassar. *Multidisciplinary Journal of Education, Economic and Culture*, 2(1), 43–49. <https://doi.org/10.61231/mjeec.v2i1.234>.
- World Health Organization. (2023). Hypertension. Dikases dari <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>, tanggal 1 Juni 2025.
- Yunus, M. H., Kadir, S., & Lalu, N. A. S. (2023). The Relationship between Salt Consumption Patterns and the Incidence of Hypertension in the Elderly at the Kota Tengah Health Center. *Journal Health & Science Community*, 7(1), 163–171. <https://doi.org/10.35971/gojhes.v7i1.16279>