

BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Kondisi lokasi penelitian

Puskesmas Denpasar Barat terdiri dari Puskesmas I Denpasar Barat dan Puskesmas II Denpasar Barat berlokasi di Desa Tegal Kerta, Kecamatan Denpasar Barat Kota Denpasar tepatnya di Jalan Gunung Rinjani No 65, Perumnas Monang-Maning. Operasional pertama sebagai awal berdirinya Puskesmas ini pada tanggal 10 Oktober 1990. Dengan adanya penambahan jumlah kecamatan dari tiga kecamatan menjadi empat kecamatan di wilayah Kota Denpasar maka terjadilah penyesuaian jumlah desa binaan serta jumlah Puskesmas di tiap-tiap Kecamatan. Dengan keputusan Walikota Denpasar No 138 tanggal 16 Mei 2006, maka resmi Puskesmas IV Denpasar Barat menjadi Puskesmas I Denpasar Barat sampai dengan sekarang. Puskesmas I Denpasar Barat merupakan Puskesmas perkotaan yang terletak pada daerah dataran rendah dengan luas wilayah $\pm 10,62$ km². Puskesmas I Denpasar Barat secara administratif terdiri dari 3 Desa dan 2 Kelurahan yaitu Desa Padang Sambian Kaja, Kelurahan Padang Sambian, Desa Tegal Kerta, Desa Tegal Harum, dan Kelurahan Pemecutan. Sedangkan jumlah total banjar di wilayah kerja Puskesmas I Denpasar Barat sebanyak 63 banjar dan posyandu.

2. Karakteristik subjek responden

Subjek pada penelitian ini yaitu remaja yang menderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas I Denpasar Barat. Karakteristik yang digunakan antara lain : jenis

kelamin, usia, riwayat hipertensi, indeks massa tubuh, yang akan disajikan sebagai berikut:

a. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat disajikan dalam tabel 3 berikut ini:

Tabel 3.
Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Kecamatan Denpasar Barat Kota Denpasar Tahun 2023

No	Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Laki-laki	13	58.1
2.	Perempuan	18	41.9
	Total	31	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa mayoritas jenis kelamin responden yaitu perempuan sebanyak 18 orang (58,1%).

b. Karakteristik berdasarkan kelompok usia

Distribusi responden berdasarkan kelompok usia di wilayah kerja Puskesmas I Denpasar Barat disajikan dalam tabel 4 berikut ini :

Tabel 4.
Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Kecamatan Denpasar Barat Kota Denpasar Tahun 2023

No	Usia/Th	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	11-13	4	12.9
2.	14-17	14	45.2
3.	18-21	13	41.9
	Total	31	100

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 14 – 17 tahun sebanyak 14 orang (45,2%).

- c. Karakteristik responden berdasarkan riwayat hipertensi pada keluarga

Distribusi responden berdasarkan riwayat hipertensi pada keluarga di wilayah kerja Puskesmas I Denpasar Barat disajikan dalam tabel 5 berikut:

Tabel 5.
Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Hipertensi Pada Keluarga di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Kecamatan Denpasar Barat Kota Denpasar Tahun 2023

No	Riwayat Hipertensi Pada Keluarga	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Ya	12	38.7
2.	Tidak	19	61.3
	Total	31	100

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa mayoritas responden tidak memiliki riwayat hipertensi sebanyak 19 orang (61,3%).

- d. Karakteristik responden berdasarkan indeks massa tubuh

Distribusi responden berdasarkan indeks massa tubuh di wilayah kerja Puskesmas I Denpasar Barat disajikan dalam tabel 6 berikut:

Tabel 6.
Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Indeks Massa Tubuh di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Kecamatan Denpasar Barat Kota Denpasar Tahun 2023

No	Indeks Massa Tubuh	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Dibawah normal ($\leq 18,5$)	3	9.7
2.	Normal (18,5-24,9)	17	54.8
3.	Pre obesitas (25,0-29,9)	6	19.4
4.	Obesitas Kelas I (30,0-34,9)	5	16.1
	Total	31	100

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa mayoritas IMT responden pada kategori normal sebanyak 17 orang (54,8%).

3. Hasil Pengamatan Terhadap Subjek Penelitian

- a. Hasil pengamatan berdasarkan pola makan remaja dengan hipertensi

Hasil pengamatan berdasarkan pola makan remaja dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas I Denpasar Barat disajikan dalam tabel 7 berikut:

Tabel 7.
Distribusi Pola Makan Remaja Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Kecamatan Denpasar Barat Kota Denpasar Tahun 2023

No	Pola Makan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Sehat	12	38,7
2.	Tidak sehat	19	61,3
	Total	31	100

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa mayoritas responden dengan pola makan tidak sehat sebanyak 19 orang (61,3%).

b. Hasil pengamatan pola makan berdasarkan jenis kelamin

Hasil pengamatan pola makan berdasarkan jenis kelamin di wilayah kerja Puskesmas I Denpasar Barat disajikan pada tabel 8 berikut :

Tabel 8.
Distribusi Pola Makan Berdasarkan Jenis Kelamin di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Kecamatan Denpasar Barat Kota Denpasar Tahun 2023

No	Jenis Kelamin	Pola Makan Sehat		Pola Makan Tidak Sehat		Total	
		f	%	F	%	f	%
1.	Perempuan	7	22,6	10	32,3	17	54,8
2.	Laki-laki	5	16,1	9	29,0	14	45,2
	Total	12	38,7	19	61,3	31	100

Berdasarkan tabel 8 menunjukkan bahwa pola makan tidak sehat mayoritas pada responden perempuan (54,8%).

c. Hasil pengamatan pola makan berdasarkan usia

Hasil pengamatan pola makan berdasarkan usia di wilayah kerja Puskesmas I Denpasar Barat disajikan pada tabel 9 berikut :

Tabel 9.
Distribusi Pola Makan Berdasarkan Usia di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Kecamatan Denpasar Barat Kota Denpasar Tahun 2023

No	Usia/Th	Pola makan sehat		Pola makan tidak sehat		Total	
		F	%	F	%	f	%
1.	11-13	2	6,5	2	6,5	4	12,9
2.	14-17	6	19,4	8	25,8	14	45,2
3.	18-21	4	12,9	9	29,0	13	41,9
	Total	12	38,7	19	61,3	31	100

Berdasarkan tabel 9 menunjukkan bahwa mayoritas pola makan responden tidak sehat berada pada umur 18-21 tahun (45,2%).

d. Hasil pengamatan pola makan berdasarkan riwayat hipertensi pada keluarga

Hasil pengamatan pola makan berdasarkan riwayat hipertensi pada keluarga di wilayah kerja Puskesmas I Denpasar Barat disajikan pada tabel 10 berikut :

Tabel 10.
Distribusi Pola Makan Berdasarkan Riwayat Hipertensi Pada Keluarga di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Kecamatan Denpasar Barat Kota Denpasar Tahun 2023

No	Riwayat Hipertensi Pada Keluarga	Pola makan sehat		Pola makan tidak sehat		Total	
		F	%	f	%	F	%
1.	Ada	6	19,4	6	19,4	12	38,7
2.	Tidak	6	19,4	13	41,9	19	61,3
	Total	12	38,7	19	61,3	31	100

Berdasarkan tabel 10 menunjukkan bahwa mayoritas pola makan responden yaitu tidak sehat pada riwayat tidak hipertensi yaitu dengan jumlah yang sama sebanyak 19 orang (61,3%).

e. Hasil pengamatan pola makan berdasarkan indeks massa tubuh

Hasil pengamatan pola makan berdasarkan indeks massa tubuh di wilayah kerja Puskesmas I Denpasar Barat disajikan pada tabel 11 berikut :

Tabel 11.
Distribusi Pola Makan Berdasarkan Indeks Massa Tubuh di Wilayah Kerja
Puskesmas I Denpasar Barat Kecamatan Denpasar Barat Kota Denpasar
Tahun 2023

No	IMT	Pola makan sehat		Pola makan tidak sehat		Total	
		F	%	f	%	f	%
1.	Dibawah Normal (<18,5)	1	3,2	2	6,5	3	9,7
2.	Normal (18,5-24,0)	8	25,8	9	29,0	17	54,8
3.	Preobesitas (25,0-29,9)	2	6,5	4	12,9	6	19,4
4.	Obesitas kelas I (30,0-34,9)	0	0	5	16,1	5	16,1
Total		12	38,7	19	61,3	31	100

Berdasarkan tabel 11 menunjukkan bahwa mayoritas pola makan responden yaitu tidak sehat pada IMT normal sebanyak 17 orang (54,8%).

B. Pembahasan

1. Gambaran karakteristik subjek penelitian

a. Jenis kelamin

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas jenis kelamin responden pada perempuan sebanyak 18 orang (41,9%), sedangkan laki-laki sebanyak 13 orang (58,1%). Penelitian ini sejalan dengan (Oktavia, 2021) menunjukkan bahwa 99 orang pasien Rawat Jalan di RSUD dr. Doris Sylvanus Provinsi Kalimantan Tengah dari 99 responden (100%) diketahui bahwa responden berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 27 Responden (27.3%) sedangkan berjenis kelamin perempuan sebanyak 72 Responden (72.7%). Perempuan pada usia remaja cenderung mengalami kenaikan kadar lemak tubuh yang dipengaruhi oleh hormon pertumbuhan yaitu hormone androgen (Istiany & Rusilanti, 2018). Hal ini menunjukkan bahwa ketika usia semakin meningkat pada remaja hormon androgen

akan mengalami peningkatan sehingga tekanan darah juga akan meningkat (Maranon R, 2018). Peneliti berpendapat bahwa mayoritas penderita hipertensi pada remaja perempuan disebabkan oleh faktor pertumbuhan dan hormon yang dapat mengakibatkan peningkatan tekanan darah.

b. Usia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas usia responden pada 14 – 17 tahun sebanyak 14 orang (45,2%), sedangkan umur 18 – 21 tahun sebanyak 13 orang (41,9%) dan umur 11 – 13 tahun sebanyak 4 orang (12,9%). Hal ini dapat disebabkan oleh tekanan darah yang meningkat seiring penambahan umur, berat dan tinggi badan, dimana anak yang memiliki tinggi atau berat berlebih pada tingkat umurnya cenderung mengalami penambahan kandungan high density lipoprotein, trigliserida, kolestrol, penurunan aktivitas dan resisten pada insulin, selain itu juga lemak bisa menyebabkan penyumbatan pembuluh darah yang membuat jantung memompa lebih untuk mengedarkan darah (Pebrisiana,dkk. 2022). Peneliti berpendapat bahwa semakin bertambahnya umur seseorang akan mengalami hipertensi tidak menutup kemungkinan bagi remaja untuk mengalami hipertensi akibat pola makan yang tidak sehat

c. Riwayat hipertensi

Berdasarkan riwayat hipertensi bahwa mayoritas responden yaitu tidak ada riwayat sebanyak 19 orang (61,3%), sedangkan ada riwayat sebanyak 12 orang (38,7%). Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Adam, dkk (2018) yang menunjukkan ada hubungan antara riwayat keluarga dengan hipertensi di Puskesmas Paceda Kota Bitung. Hal ini ditunjukkan dengan ditemukannya pasien riwayat hipertensi pada keluarga sebanyak 51 orang (57,3%)

sedangkan responden yang tidak memiliki riwayat hipertensi dalam keluarga berjumlah 38 orang (42,7%). Salah satu faktor hipertensi adalah tingginya peranan faktor keturunan yang memengaruhi. Faktor genetik berkaitan dengan metabolisme pengaturan garam dan renin membran sel. Menurut Davidson bila kedua orang tuanya menderita hipertensi maka sekitar 45% akan diturunkan kepada anak-anaknya dan bila salah satu orang tuanya menderita hipertensi maka sekitar 30% akan turun kepada anak-anaknya (Aristoteles, 2018). Peneliti berpendapat bahwa riwayat hipertensi pada keluarga tidak sepenuhnya mempengaruhi kejadian hipertensi pada remaja karena hipertensi dapat juga di akibatkan karena pola makan remaja yang tidak sehat

d. IMT

Mayoritas IMT responden pada kategori normal sebanyak 17 orang (54,8%), sedangkan pre obesitas sebanyak 6 orang (19,4%), obesitas kelas 1 sebanyak 5 orang (16,1%), dan dibawah normal sebanyak 3 orang (9,7%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Pratiwi Harmanda, dkk (2019) sebanyak 30 (60%) responden memiliki IMT normal sedangkan 20 (40%) responden memiliki IMT Obesitas. Berat badan atau IMT dengan kategori obesitas, lebih memiliki resiko untuk terkena hipertensi namun tidak menutup kemungkinan untuk remaja yang ber IMT normal (Mardianti,dkk. 2021). Peneliti berpendapat bahwa obesitas dapat menyebabkan hipertensi pada remaja tetapi tidak menutup kemungkinan pada remaja yang memiliki IMT normal dengan pola makan yang tidak sehat dapat mengalami hipertensi.

2. Gambaran Pola makan remaja yang menderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas I Denpasar Barat Kecamatan Denpasar Barat Kota Denpasar

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas pola makan responden yaitu tidak sehat sebanyak 19 orang (61,3%). Sedangkan pola makan yang sehat sebanyak 12 orang (38,7%). Penelitian ini sejalan dengan (Paridah, 2022) menunjukkan dari total 116 responden (100%), 59 responden (50,9%) memiliki pola makan yang tidak sehat dan 57 responden (49,1%) memiliki pola makan yang sehat.

Pola makan mengacu pada pengaturan jenis dan jumlah makanan yang di konsumsi oleh seseorang atau sekelompok orang pada saat tertentu, yang meliputi frekuensi makan, jenis makanan, dan ukuran porsi. Pada sebagian besar orang, prevalensi hipertensi ditemukan meningkat seiring dengan peningkatan asupan garam. Jika asupan garam kurang dari 3 gram, prevalensi hipertensi hanya beberapa persen, dan jika asupan garam harian antara 5-15 gram, prevalensi akan meningkat menjadi 5-15%. Orang yang mengonsumsi terlalu banyak garam dalam waktu singkat akan meningkatkan resistensi perifer dan tekanan darah. Menurunkan garam ke tingkat 60-90 mmol/ hari akan menurunkan tekanan darah kebanyakan orang. Pengaruh asupan garam terhadap timbulnya hipertensi terjadi melalui peningkatan volume plasma, curah jantung dan tekanan darah, selain pengaruh faktor lain, akresi garam tidak meningkat (Nani,dkk.2021).

Menurut peneliti remaja yang mengalami hipertensi harus dapat mengubah perilakunya menjadi lebih sehat untuk mencegah atau mengatasi tekanan darah tinggi akibat hipertensi dengan cara mengatur pola makan . Hal ini dikarenakan

pola makan dapat menjadi faktor risiko pemicu terjadinya hipertensi atau peningkatan tekanan darah bagi penderita hipertensi.

3. Gambaran Pola makan remaja yang menderita hipertensi berdasarkan karakteristik responden di wilayah kerja Puskesmas I Denpasar Barat Kecamatan Denpasar Barat Kota Denpasar

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas pola makan responden yaitu tidak sehat pada perempuan sebanyak 11 orang (35,5%). Penelitian ini sejalan dengan (Ramonda, 2019) menunjukkan jenis kelamin yaitu sebanyak 61 responden (66,3%) remaja di SMA N 1 Ungaran sebagian besar perempuan yaitu sebanyak 56 responden (60,9%). Faktor jenis kelamin dapat terjadi karena adanya perbedaan konsumsi antara anak laki-laki dan anak perempuan, hal ini dikarenakan gaya hidup terutama pola makan remaja perempuan yang lebih suka mengonsumsi makanan berlemak atau tinggi natrium (Siswanto.,dkk 2020). Kebutuhan gizi dan energi antara laki-laki dan perempuan sangat berbeda, hal ini disebabkan karena pertumbuhan dan perkembangan laki-laki dan perempuan juga berbeda. Dimana laki-laki memiliki massa otot yang lebih besar dibandingkan perempuan. Peneliti berpendapat bahwa pola makan tidak sehat pada remaja perempuan disebabkan karena pola makan remaja perempuan yang lebih suka mengonsumsi makanan berlemak dan tinggi natrium.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas pola makan responden yaitu tidak sehat pada umur 14 – 17 tahun sebanyak 11 orang (35,5%). Penelitian ini sejalan dengan (Multazam, 2022) menunjukkan dengan sebagian besar responden merupakan kelompok umur remaja yaitu 14 - 17 tahun (94,7%). Masa remaja awal merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa. Remaja mulai

tertarik dengan lawan jenis sehingga lebih memperhatikan penampilan. Pada remaja putri biasanya bukan hanya terjadi pada penampilan fisik tapi juga pada bentuk tubuh. Remaja juga sering menghabiskan waktu diluar berkumpul bersama teman dan untuk mencoba jajan makanan yang baru. Bagi remaja perempuan untuk memiliki bentuk fisik yang kurus menyebabkan kebiasaan makan yang kurang baik. Tidak teraturnya makan, mengurangi makan nasi dan mungkin makan hanya pada pagi dan siang saja sedangkan makan malam diabaikan agar tidak mengakibatkan tubuh gemuk (Hafiza, 2020). Peneliti berpendapat bahwa pola makan tidak sehat pada usia 14-17 tahun disebabkan karena remaja sering berkumpul dan mencoba berbagai macam jajanan dan makanan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas pola makan responden yaitu tidak sehat pada riwayat hipertensi dan tidak hipertensi yaitu dengan jumlah yang sama sebanyak 9 orang (29,0%). Pola makan adalah salah satu penyebab terjadinya berbagai penyakit seperti salah satunya adalah hipertensi. Salah satu cara untuk mengurangi terjadinya penyakit hipertensi adalah dengan menjaga pola makan dengan baik yaitu mengurangi asupan banyak lemak dan asupan garam disamping itu perlu meningkatkan buah dan sayur (Nani.,dkk. 2021). Peneliti berpendapat bahwa pola makan yang tidak sehat pada responden sama antara yang memiliki riwayat hipertensi pada keluarga dan yang tidak memiliki riwayat hipertensi pada keluarga.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas pola makan responden yaitu tidak sehat pada IMT normal sebanyak 8 orang (25,8%). Gaya hidup yang semakin modern menjadikan segala hal menjadi praktis. Salah satu gaya hidup modern yaitu konsumsi fast food dan junk food. Kedua jenis makanan tersebut mengandung

lemak yang tinggi sehingga apabila dikonsumsi secara berlebihan dan tidak diikuti dengan aktivitas fisik yang cukup maka akan menyebabkan meningkatnya nilai IMT (Suyasmi.,dkk. 2018). Peneliti berpendapat bahwa pola makan yang tidak sehat ditemukan pada IMT normal karena sering mengkonsumsi makanan fast food dan junk food.

C. Keterbatasan dalam penelitian

Keterbatasan yang dialami oleh peneliti saat melakukan penelitian yaitu keterbatasan waktu yang diberikan saat penelitian menjadi kendala bagi peneliti dan pengurusan ijin penelitian yang memerlukan waktu lama, karena penelitian ini dilakukan secara *door to door* itu juga menjadi salah satu kendalanya keterbatasan waktu pada saat pengumpulan data dikarenakan rumah pasien 1 dan selanjutnya agak jauh.