

HUBUNGAN KARAKTERISTIK DENGAN HIPERTENSI PADA WANITA USIA SUBUR DI POSBINDU “BERAS SELAWE”

TRI ANASARI¹, ULFA FADILLA RUDATININGTYAS²

Prodi Sarjana Kesehatan Masyarakat, STIKes Bina Cipta Husada Purwokerto^{1,2}

e-mail: sari@stikesbch.ac.id¹

Abstract: Hypertension is known as the "silent killer" because it generally develops without specific signs or symptoms, often only being detected after complications have developed. Based on the Banyumas Regency Health Profile for 2023 and 2024, the number of hypertension cases among residents aged 15 years and older in Banyumas Regency was recorded at 169,460 in 2024 and 158,687 in 2025, with a higher proportion of sufferers being female. Meanwhile, data from the Bergas Waras Selawase Integrated Guidance Post (Posbindu) in 2024 showed that of the 143 participants who underwent examination, 50 (34.9%) were diagnosed with hypertension. The incidence of hypertension is influenced by various factors, including age, gender, education level, occupation, family history, dietary patterns, smoking habits, and obesity. This study used a descriptive analytical design with a case-control approach to analyze the relationship between these factors and the incidence of hypertension. A sample size of 56 people was selected using simple random sampling. Data were analyzed using univariate and bivariate analyses with the chi-square test. The results of this study indicate that the majority of respondents had a high level of education (35%, 62.5%), were employed (32%, 57.1%), had a normal waist circumference (31%, 55.4%), and there was a relationship between occupation and waist circumference with hypertension. There was no relationship between education level and hypertension among women of childbearing age at the Beras Selawe Posbindu.

Keywords: characteristics, hypertension, women of childbearing age

Abstrak: Hipertensi dikenal sebagai *the silent killer* atau "pembunuh senyap" karena pada umumnya berkembang tanpa disertai tanda maupun gejala yang spesifik, sehingga sering kali baru terdeteksi setelah menimbulkan komplikasi. Berdasarkan Profil Kesehatan Kabupaten Banyumas tahun 2023 dan 2024, jumlah kasus hipertensi pada penduduk usia >15 tahun di Kabupaten Banyumas tercatat sebanyak 169.460 orang pada tahun 2024 dan 158.687 orang pada tahun 2025, dengan proporsi penderita lebih banyak pada perempuan. Sementara itu, data Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu) Bergas Waras Selawase "Beras Selawe" tahun 2024 menunjukkan bahwa dari 143 peserta yang menjalani pemeriksaan, sebanyak 50 orang (34,9%) terdiagnosis hipertensi. Kejadian hipertensi dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan, riwayat keturunan, pola konsumsi makanan, kebiasaan merokok, serta obesitas. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan *case control* untuk menganalisis hubungan antara faktor-faktor tersebut dengan kejadian hipertensi. Jumlah sampel sebanyak 56 orang dengan teknik pengambilan sampel menggunakan metode *simple random sampling*. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji *chi square*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden mempunyai tingkat pendidikan tinggi sebanyak 35 (62,5%), bekerja sebanyak 32 (57,1%), lingkaran perut normal sebanyak 31 (55,4%), ada hubungan antara pekerjaan dan lingkaran perut dengan hipertensi dan tidak ada hubungan tingkat pendidikan dengan hipertensi pada wanita usia subur di Posbindu Beras Selawe.

Kata Kunci: karakteristik, hipertensi, wanita usia subur

A. Pendahuluan

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis degeneratif yang hingga saat ini masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat di Indonesia. Kondisi ini berperan sebagai faktor risiko utama yang dapat memicu berbagai penyakit degeneratif, seperti penyakit jantung koroner, stroke, serta gangguan pada pembuluh darah lainnya yang berpotensi meningkatkan angka kesakitan dan kematian. Hipertensi juga dikenal sebagai *the silent killer* atau "pembunuh senyap" karena umumnya berkembang tanpa disertai gejala atau keluhan yang

khas, sehingga banyak penderitanya tidak menyadari bahwa mereka telah mengalami hipertensi. Akibatnya, penyakit ini sering baru terdiagnosis setelah muncul komplikasi serius, seperti stroke, serangan jantung, maupun gangguan kardiovaskular lainnya (Aulia et al., 2023).

Menurut data *World Health Organization* (WHO), penyakit kardiovaskular menyebabkan sekitar 9,4 juta kematian setiap tahun di seluruh dunia. Prevalensi hipertensi pada populasi dewasa diperkirakan berkisar antara 30–45% dan cenderung meningkat seiring bertambahnya usia. Pada kelompok usia di atas 60 tahun, prevalensinya bahkan mencapai lebih dari 60%. Peningkatan kasus hipertensi terjadi lebih cepat di negara-negara berkembang yang menampung sekitar 80% kasus hipertensi global. Kondisi ini diperburuk oleh rendahnya tingkat pengendalian hipertensi, sehingga turut meningkatkan kejadian penyakit kardiovaskular dan serebrovaskular (*cardiovascular disease/CVD*). Setiap tahun, hipertensi diperkirakan menyebabkan sekitar 8 juta kematian di dunia, dengan sekitar 1,5 juta di antaranya terjadi di kawasan Asia Tenggara (WHO, 2013).

Di Indonesia, hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi mengalami peningkatan menjadi 34,1%, lebih tinggi dibandingkan hasil Riskesdas tahun 2013 yang sebesar 25,8%. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia memperkirakan bahwa hanya sekitar seperempat penderita hipertensi yang telah terdiagnosis. Selain itu, proporsi penderita hipertensi yang telah terdiagnosis dan mengonsumsi obat antihipertensi secara rutin juga masih sangat rendah, yaitu sekitar 0,7% (Kepmenkes, 2021). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa deteksi dini dan pengendalian hipertensi di Indonesia masih menjadi tantangan yang perlu mendapat perhatian.

Berdasarkan kelompok umur, prevalensi hipertensi menunjukkan kecenderungan meningkat seiring bertambahnya usia. Persentase kejadian hipertensi pada kelompok usia 18–24 tahun sebesar 13,2%, meningkat menjadi 31,6% pada usia 35–44 tahun, kemudian 45,3% pada usia 45–54 tahun, 55,2% pada usia 55–64 tahun, 63,2% pada usia 65–74 tahun, dan mencapai 69,5% pada kelompok usia 75 tahun ke atas. Data tersebut menggambarkan bahwa proses penuaan merupakan salah satu faktor yang berperan penting dalam meningkatnya risiko hipertensi, sehingga upaya pencegahan, skrining, dan pengendalian perlu lebih diintensifkan terutama pada kelompok usia lanjut (P2PTM Kemenkes, 2024).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Balitbangkes Jawa Tengah tahun 2018, Kabupaten Wonogiri merupakan daerah dengan prevalensi hipertensi tertinggi di Provinsi Jawa Tengah, yaitu sebesar 45,86%. Posisi berikutnya ditempati oleh Kabupaten Wonosobo dengan prevalensi 45,41% dan Kabupaten Brebes sebesar 43,73%. Sementara itu, Kabupaten Banyumas berada pada peringkat ke-11 dengan prevalensi hipertensi sebesar 38,90% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Jawa Tengah, 2018).

Data Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2023 menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi penyakit tidak menular (PTM) dengan proporsi kasus tertinggi, yaitu mencapai 72% dari seluruh kasus PTM yang dilaporkan. Jumlah estimasi penderita hipertensi pada penduduk usia lebih dari 15 tahun mencapai 8.554.672 orang. Dari jumlah tersebut, sekitar 78,51% telah memperoleh pelayanan kesehatan, yang menunjukkan adanya peningkatan cakupan layanan meskipun masih diperlukan upaya untuk menjangkau seluruh penderita hipertensi secara optimal.

Sementara itu, berdasarkan Profil Kesehatan Kabupaten Banyumas tahun 2022–2025, jumlah kasus hipertensi pada penduduk berusia di atas 15 tahun masih tergolong tinggi meskipun menunjukkan tren penurunan setiap tahunnya. Pada tahun 2022 tercatat sebanyak 181.948 kasus, kemudian menurun menjadi 172.022 kasus pada tahun 2023, 169.460 kasus pada tahun 2024, dan 158.687 kasus pada tahun 2025. Selama periode tersebut, sebagian besar kasus hipertensi ditemukan pada perempuan, sehingga kelompok ini memerlukan perhatian lebih dalam upaya pencegahan, deteksi dini, dan pengendalian hipertensi di tingkat masyarakat.

Hipertensi merupakan kondisi ketika tekanan darah sistolik mencapai atau melebihi 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik mencapai atau melebihi 90 mmHg. Berdasarkan nilai tekanan darah sistolik dan diastolik, hipertensi diklasifikasikan ke dalam beberapa derajat keparahan. Kejadian hipertensi bersifat multifaktorial karena dipengaruhi oleh berbagai faktor risiko, baik yang tidak dapat diubah maupun yang dapat dimodifikasi. Faktor yang tidak dapat

dimodifikasi meliputi usia, jenis kelamin, ras atau etnis, tingkat pendidikan, pekerjaan, serta riwayat genetik atau keturunan. Sementara itu, faktor yang dapat dimodifikasi mencakup kelebihan berat badan atau obesitas, obesitas sentral yang ditandai dengan peningkatan lingkaran perut, konsumsi garam berlebih, kurangnya aktivitas fisik atau gaya hidup sedentari, konsumsi alkohol berlebihan, efek samping penggunaan obat tertentu, kebiasaan merokok, kadar gula darah yang tinggi atau diabetes melitus, gangguan fungsi ginjal, serta berbagai faktor risiko lainnya (P2PTM Kemenkes, 2024).

Temuan penelitian mendukung bahwa karakteristik individu memiliki peran penting terhadap kejadian hipertensi. Penelitian yang dilakukan oleh Pebrisiana et al. (2022) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan, dan riwayat hipertensi dengan kejadian hipertensi pada pasien di RSUD dr. Doris Sylvanus Provinsi Kalimantan Tengah. Selain itu, penelitian Arifin et al. (2019) juga melaporkan adanya hubungan yang bermakna antara lingkaran perut dengan tekanan darah pada karyawan STIKES YARSI Mataram. Hasil kedua penelitian tersebut mengindikasikan bahwa faktor demografi, karakteristik individu, dan status antropometri merupakan determinan penting yang perlu diperhatikan dalam upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi.

Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu) merupakan salah satu bentuk upaya kesehatan berbasis masyarakat yang berfokus pada deteksi dini dan pemantauan faktor risiko penyakit, khususnya penyakit tidak menular. Kegiatan ini dikelola serta diselenggarakan oleh masyarakat dengan pembinaan dari tenaga kesehatan, dan dilaksanakan secara terpadu, rutin, serta berkesinambungan sebagai upaya mewujudkan masyarakat yang sehat dan sejahtera. Salah satu Posbindu yang aktif di wilayah Kelurahan Karanglewas Lor adalah Posbindu Bergas Waras Selawase "Beras Selawe", yang berada di bawah pembinaan Puskesmas Purwokerto Barat. Posbindu tersebut mulai beroperasi pada Agustus 2022 di RW 05 Kelurahan Karanglewas Lor.

Data kunjungan Posbindu menunjukkan bahwa pada periode Agustus 2022 hingga Maret 2023 terdapat 308 orang yang mengikuti pemeriksaan, dengan 116 orang (37,7%) di antaranya terdiagnosis hipertensi. Sementara itu, pada tahun 2024 tercatat 143 orang mengikuti kegiatan Posbindu, dan sebanyak 50 orang (34,9%) mengalami hipertensi. Temuan tersebut menunjukkan bahwa sekitar sepertiga peserta pemeriksaan menderita hipertensi, sehingga menggambarkan tingginya beban penyakit di wilayah tersebut.

Jika dibandingkan dengan prevalensi hipertensi nasional berdasarkan Risesdas 2018 sebesar 34,1%, proporsi kasus hipertensi di Posbindu "Beras Selawe" relatif lebih tinggi pada periode Agustus 2022–Maret 2023 dan masih berada pada kisaran yang sama pada tahun 2024. Kondisi ini mengindikasikan bahwa hipertensi masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian serius, terutama dalam upaya pengendalian faktor risiko di tingkat komunitas. Oleh karena itu, diperlukan identifikasi karakteristik individu yang berhubungan dengan kejadian hipertensi agar intervensi kesehatan dapat dilakukan secara lebih efektif.

Analisis terhadap karakteristik penderita, seperti usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan, dan lingkaran perut, diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai faktor-faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya hipertensi. Informasi tersebut menjadi dasar dalam penyusunan strategi promotif dan preventif yang lebih tepat sasaran. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan karakteristik, khususnya tingkat pendidikan, pekerjaan, dan lingkaran perut, dengan kejadian hipertensi pada wanita usia subur di Posbindu Bergas Waras Selawase "Beras Selawe".

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan *case control*. Variabel independen dalam penelitian meliputi karakteristik responden yang terdiri atas tingkat pendidikan, pekerjaan, dan lingkaran perut, sedangkan variabel dependen adalah kejadian hipertensi. Data yang digunakan merupakan data sekunder yang diperoleh dari laporan bulanan Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu) Bergas Waras Selawase "Beras Selawe".

Populasi penelitian adalah seluruh peserta Posbindu Penyakit Tidak Menular (PTM) "Beras Selawe" di Kelurahan Karanglewas Lor, Kecamatan Purwokerto Barat, Kabupaten

Banyumas, yang melakukan pemeriksaan kesehatan selama tahun 2025, dengan jumlah sebanyak 169 orang. Sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi, yaitu wanita usia subur (15–49 tahun) yang memiliki data pemeriksaan lengkap sesuai dengan kebutuhan penelitian.

Berdasarkan kriteria tersebut, diperoleh sampel sebanyak 56 responden yang dibagi menjadi dua kelompok dengan perbandingan 1:1, yaitu 28 responden yang mengalami hipertensi sebagai kelompok kasus dan 28 responden dengan tekanan darah normal sebagai kelompok kontrol. Pemilihan sampel ini bertujuan untuk membandingkan karakteristik kedua kelompok sehingga dapat dianalisis hubungan antara tingkat pendidikan, pekerjaan, dan lingkaran perut dengan kejadian hipertensi.

Pengumpulan data menggunakan lembar observasi yang berisi tentang tingkat pendidikan, pekerjaan, lingkaran perut, dan hipertensi/tidak hipertensi. Variabel tingkat pendidikan dibagi menjadi 3 kategori yaitu dasar (SD, SMP), menengah (SMA/SMK), tinggi (D#/S1/S2), variabel pekerjaan dibagi menjadi 2 kategori yaitu bekerja dan tidak bekerja dan variabel lingkaran perut dibagi menjadi 2 kategori yaitu kategori normal (lingkaran perut ≤ 80 cm) dan kategori tidak normal (lingkaran perut > 80 cm). Analisis data menggunakan uji *chi square* untuk mengetahui hubungan karakteristik dengan hipertensi.

C. Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Hubungan Tingkat Pendidikan Dengan Hipertensi Pada Wanita Usia Subur di Posbindu Beras Selawe

Penderita Demam Berakut					
Kejadian Hipertensi					
Tingkat Pendidikan	Hipertensi		Tidak Hipertensi		<i>p-value</i>
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	
Dasar+Menengah	9	32,1	12	42,9	0,582
Tinggi	19	67,9	16	57,1	
Total	28	100	28	100	

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa responden yang mengalami hipertensi mayoritas mempunyai tingkat pendidikan tinggi sebanyak 19 orang (67,9%) dan responden yang tidak mengalami hipertensi mayoritas juga mempunyai tingkat pendidikan tinggi sebanyak 16 orang (57,1%). Hasil uji *chi-square* menunjukkan nilai *p-value* = 0,582 ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pendidikan dengan kejadian hipertensi. Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat pendidikan formal bukan merupakan faktor yang secara langsung memengaruhi kejadian hipertensi pada wanita usia subur di Posbindu “Beras Selawe”.

Menurut Notoatmodjo, S. (2017), pendidikan merupakan salah satu determinan sosial kesehatan yang dapat memengaruhi kemampuan seseorang dalam memperoleh, memahami, dan menerapkan informasi kesehatan. Individu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi umumnya memiliki literasi kesehatan yang lebih baik sehingga lebih mudah mengakses informasi mengenai pencegahan hipertensi. Namun demikian, kejadian hipertensi merupakan penyakit multifaktorial yang dipengaruhi oleh usia, faktor genetik, obesitas, konsumsi garam berlebih, aktivitas fisik, stres, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, serta kepatuhan menjalani pengobatan. Oleh karena itu, pendidikan formal tidak selalu berbanding lurus dengan rendahnya risiko hipertensi apabila faktor-faktor risiko lainnya tidak dapat dikendalikan. Hal ini menjelaskan mengapa pada penelitian ini responden dengan pendidikan tinggi tetap ditemukan mengalami hipertensi (P2PTM Kemenkes, 2024).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Yunandar et al. (2025) yang meneliti hubungan usia, pendidikan, dan tingkat pengetahuan terhadap kejadian hipertensi. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa tingkat pendidikan tidak memiliki hubungan yang bermakna

dengan kejadian hipertensi, sedangkan faktor usia menunjukkan hubungan yang lebih kuat terhadap peningkatan tekanan darah. Peneliti menjelaskan bahwa pendidikan hanya berperan sebagai faktor tidak langsung karena perubahan perilaku kesehatan dipengaruhi pula oleh lingkungan, budaya, dan gaya hidup sehari-hari. Selain itu, penelitian Pebrisiana, et.al. (2022) pada pasien rawat jalan di RSUD dr. Doris Sylvanus Kalimantan Tengah juga menyatakan bahwa pendidikan bukan satu-satunya determinan hipertensi karena pengaruh usia, pola hidup, dan faktor biologis lebih dominan dibandingkan karakteristik pendidikan.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pendidikan bukan faktor yang berhubungan secara signifikan dengan kejadian hipertensi, sehingga program pencegahan hipertensi perlu diberikan kepada seluruh kelompok masyarakat tanpa membedakan tingkat pendidikan. Upaya promotif dan preventif hendaknya difokuskan pada pengendalian faktor risiko yang dapat dimodifikasi, seperti penerapan pola makan rendah garam, peningkatan aktivitas fisik, menjaga berat badan ideal, berhenti merokok, mengelola stres, dan melakukan pemeriksaan tekanan darah secara berkala. Dengan demikian, pengendalian hipertensi tidak hanya mengandalkan tingkat pendidikan masyarakat, tetapi juga peningkatan literasi kesehatan, perubahan perilaku hidup sehat, serta dukungan pelayanan kesehatan primer (P2PTM Kemenkes, 2024).

Tabel 2. Hubungan Pekerjaan Dengan Hipertensi Pada Wanita Usia Subur di Posbindu Beras Selawe

Pekerjaan	Kejadian Hipertensi				<i>p-value</i>
	Hipertensi		Tidak Hipertensi		
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	
Bekerja	20	71,4	12	42,9	0,031
Tidak Bekerja	8	28,6	16	57,1	
Total	28	100	28	100	

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa responden yang mengalami hipertensi mayoritas bekerja sebanyak 20 orang (71,4%) sedangkan responden yang tidak mengalami hipertensi mayoritas tidak bekerja sebanyak 16 orang (57,1%). Hasil uji *chi-square* menunjukkan nilai *p-value* = 0,031 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pekerjaan dengan kejadian hipertensi. Hasil ini menunjukkan bahwa status pekerjaan merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap meningkatnya risiko hipertensi pada responden. Pekerjaan dapat memengaruhi kondisi kesehatan seseorang melalui berbagai mekanisme, seperti beban kerja, tekanan psikologis, aktivitas fisik, pola istirahat, maupun pola hidup yang dijalani selama bekerja.

Menurut Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia (PDHI, 2023) bahwa seseorang yang bekerja dengan beban pekerjaan tinggi cenderung mengalami stres yang dapat mengaktifkan sistem saraf simpatis sehingga meningkatkan sekresi hormon adrenalin dan kortisol. Kondisi tersebut menyebabkan peningkatan denyut jantung, vasokonstriksi pembuluh darah, dan akhirnya meningkatkan tekanan darah. Selain itu, pekerja sering kali memiliki waktu istirahat yang terbatas, kurang melakukan aktivitas fisik yang teratur, mengonsumsi makanan tinggi natrium, serta memiliki kebiasaan merokok atau mengonsumsi kafein yang turut meningkatkan risiko hipertensi. World Health Organization (WHO, 2023) menyatakan bahwa hipertensi dipengaruhi oleh kombinasi faktor perilaku dan lingkungan, di antaranya konsumsi garam berlebih, kurang aktivitas fisik, obesitas, konsumsi alkohol, merokok, dan stres yang berkepanjangan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Harahap et al. (2022) yang melaporkan adanya hubungan bermakna antara pekerjaan dengan kejadian hipertensi pada masyarakat usia produktif ($p = 0,021$). Penelitian tersebut menjelaskan bahwa individu yang bekerja memiliki risiko lebih tinggi mengalami hipertensi karena tingginya tuntutan pekerjaan dan rendahnya

waktu untuk melakukan perilaku hidup sehat. Penelitian Kurniawati et al. (2021) juga menemukan bahwa responden dengan pekerjaan yang memiliki tingkat stres tinggi memiliki risiko hipertensi hampir dua kali lipat dibandingkan kelompok yang tidak mengalami stres kerja. Temuan tersebut memperkuat bahwa pekerjaan tidak hanya berkaitan dengan aktivitas fisik, tetapi juga berhubungan dengan faktor psikososial yang memengaruhi tekanan darah.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Suryani et al. (2023) menunjukkan bahwa status pekerjaan berhubungan signifikan dengan hipertensi pada kelompok usia dewasa ($p < 0,05$). Penelitian tersebut menjelaskan bahwa pekerja dengan jam kerja panjang memiliki kecenderungan mengalami peningkatan tekanan darah akibat kurangnya waktu untuk beristirahat dan berolahraga. Hasil tersebut juga diperkuat oleh penelitian Wang et al. (2024) yang menunjukkan bahwa beban kerja tinggi dan stres kerja merupakan faktor independen yang berhubungan dengan peningkatan kejadian hipertensi pada pekerja dewasa setelah dikontrol oleh usia, indeks massa tubuh, dan kebiasaan merokok.

Tabel 3. Hubungan Lingkar Perut Dengan Hipertensi Pada Wanita Usia Subur di Posbindu Beras Selawe

Kejadian Hipertensi					
Lingkar Perut	Hipertensi		Tidak Hipertensi		<i>p-value</i>
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	
Tidak Normal	17	60,7	8	28,6	0,016
Normal	11	39,3	20	71,4	
Total	28	100	28	100	

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa responden yang mengalami hipertensi mayoritas mempunyai lingkar perut tidak normal sebanyak 17 orang (60,7%) sedangkan responden yang tidak mengalami hipertensi mayoritas mempunyai lingkar perut normal sebanyak 20 orang (71,4%). Hasil uji *chi-square* menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,016$ ($p < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara lingkar perut dengan kejadian hipertensi. Hasil ini menunjukkan bahwa obesitas sentral yang diukur menggunakan lingkar perut merupakan faktor yang berhubungan dengan meningkatnya risiko hipertensi pada responden.

Lingkar perut merupakan indikator antropometri yang menggambarkan penumpukan lemak visceral atau obesitas sentral. Penumpukan lemak visceral memicu pelepasan sitokin proinflamasi menyebabkan resistensi insulin, disfungsi endotel, aktivasi sistem renin-angiotensin-aldosteron (RAAS), dan peningkatan aktivitas sistem saraf simpatis. Mekanisme tersebut menyebabkan vasokonstriksi pembuluh darah, natrium, serta peningkatan curah jantung sehingga tekanan darah meningkat (Arifin, Z. et al., 2019). World Health Organization (WHO, 2023) menegaskan bahwa obesitas, terutama obesitas abdominal, merupakan salah satu faktor risiko utama hipertensi yang dapat dimodifikasi melalui pengendalian berat badan, aktivitas fisik, dan pola makan sehat.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Saraswati Hakim, Setyoko, dan Tursinawati (2022), yang menyatakan bahwa adanya hubungan bermakna antara lingkar perut dengan hipertensi sistolik pada lansia ($p = 0,001$). Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa lingkar perut lebih mampu menggambarkan risiko hipertensi dibandingkan indikator obesitas umum karena mencerminkan distribusi lemak visceral. Penelitian Rumaisyah et al. (2023) yang menggunakan data RISKESDAS 2018 juga menemukan bahwa obesitas abdominal berhubungan signifikan dengan hipertensi pada dewasa muda Indonesia dengan adjusted OR sebesar 1,79, sehingga lingkar perut direkomendasikan sebagai salah satu indikator skrining hipertensi pada masyarakat.

Temuan penelitian ini juga diperkuat oleh penelitian Das Gupta et al. (2024) yang menunjukkan bahwa individu dengan obesitas abdominal memiliki peluang mengalami

hipertensi 31–105% lebih tinggi dibandingkan individu tanpa obesitas abdominal. Risiko tersebut semakin meningkat apabila obesitas abdominal disertai kelebihan berat badan. Selain itu, penelitian Hilyatin et al. (2024) juga melaporkan bahwa lingkar perut berpengaruh signifikan terhadap peningkatan tekanan darah sistolik ($p=0,005$), sehingga pengukuran lingkar perut direkomendasikan sebagai pemeriksaan rutin pada pelayanan kesehatan primer.

D. Penutup

Simpulan

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden mempunyai tingkat pendidikan tinggi sebanyak 35 (62,5%), bekerja sebanyak 32 (57,1%), lingkar perut normal sebanyak 31 (55,4%), ada hubungan antara pekerjaan dan lingkar perut dengan hipertensi dan tidak ada hubungan tingkat pendidikan dengan hipertensi pada wanita usia subur di Posbindu Beras Selawe.

Saran

1. Bagi wanita usia subur diharapkan dapat melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin dan pemantauan lingkar perut secara berkala.
2. Bagi tenaga Kesehatan diharapkan dapat melakukan edukasi gizi seimbang, pembatasan konsumsi makanan tinggi lemak jenuh dan natrium, peningkatan aktivitas fisik minimal 150 menit per minggu, serta pengelolaan stress.

Daftar Pustaka

- Arifin, Z., Antari, G. Y., & Albayani, M. I. (2019). Hubungan Lingkar Perut dan Tekanan Darah Karyawan STIKES Yarsi Mataram. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, 7(1), 13–17. <https://doi.org/10.37824/jkqh.v7i1.2019.64>
- Aulia, A. T., Mappahya, A., Nurhikmawati, N., Wisudawan, W., & Ardiansar, A. M. (2023). Karakteristik Pasien Hipertensi Pada Usia kurang dari 45 Tahun Di Klinik Kimia Farma Pada Juli Tahun 2023. *Wal'afiat Hospital Journal*, 4(2), 128-138.
- Badan Litbang Kesehatan Jawa Tengah. (2018). *Laporan Provinsi Jawa Tengah Riskesdas 2018*. In Kementerian Kesehatan RI.
- Das Gupta, R., Parray, A. A., Kothadia, R. J., et al. (2024). The association between body mass index and abdominal obesity with hypertension among South Asian population: Findings from nationally representative surveys. *Clinical Hypertension*, 30(3). <https://doi.org/10.1186/s40885-023-00257-2>.
- Direktur Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular, Kemenkes. 2024. *Pedoman Pengendalian Hipertensi Di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama 2024*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Harahap, R. A., Siregar, F. A., & Lubis, Z. (2022). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada usia produktif. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 17(2), 95–103.
- Hilyatin, Ni'ma et al. The influences of nutritional status and abdominal circumference systolic blood pressure in adult men. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, [S.l.], v. 9, n. 2, p. 280-289, june 2024. ISSN 2548-5741. <http://dx.doi.org/10.30867/action.v9i2.1668>
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MENKES/4634/2021 Tentang *Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Hipertensi Dewasa*.
- Kurniawati, D., Wahyuni, S., & Prasetyo, B. (2021). Hubungan stres kerja dengan kejadian hipertensi pada pekerja sektor formal. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(4), 258–265.
- Notoatmodjo, S. (2017). *Konsep Pengetahuan, Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: EGC.
- Pebrisiana, Tambunan, LN., Baringbing, EP. 2022. Hubungan Karakteristik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan Di Rsud Dr. Doris Sylvanus Provinsi Kalimantan Tengah. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 8 (3), 176 – 186.
- Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia. 2023. *Panduan Promotif & Preventif Hipertensi*. Jakarta: PDHI.
- Profil Kesehatan Kabupaten Banyumas Tahun 2022.

- Profil Kesehatan Kabupaten Banyumas Tahun 2023.
Profil Kesehatan Kabupaten Banyumas Tahun 2024.
Profil Kesehatan Kabupaten Banyumas Tahun 2025.
- Rumaisyah, R., Fatmawati, I., Ayu Arini, F., & Octaria, Y. C. (2023). Association between Types of Obesity and Hypertension in Young Adults in Indonesia: Hubungan Tipe-Tipe Obesitas dengan Hipertensi pada Usia Dewasa Muda di Indonesia. *Amerta Nutrition*, 7(2SP), 24–30. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i2SP.2023.24-30>
- Saraswati Hakim, Y., Setyoko, S., & Tursinawati, Y. (2022). Relationship between Body Mass Index and Waist Circumference with Isolated Systolic Hypertension in the Elderly. *Jurnal Biomedika Dan Kesehatan*, 5(3), 182–191. <https://doi.org/10.18051/JBiomedKes.2022.v5.182-191>
- Suryani, N., Fitriani, A., & Rahmawati, D. (2023). Faktor pekerjaan dan kejadian hipertensi pada masyarakat usia dewasa. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 14(3), 173–181.
- Wang, Y., Zhang, X., Liu, J., et al. (2024). Occupational stress and hypertension among working adults: A multicenter cross-sectional study. *BMC Public Health*, 24, 1156.
- World Health Organization. (2023). *Hypertension*. Geneva: World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Yunandar, R., Soekiswati, S., Basuki, S. W., Triastuti, N. J., & Istiqomah, N. (2025). Hubungan usia, pendidikan, dan tingkat pengetahuan dengan kejadian hipertensi berpendekatan *cross sectional*. *Jurnal Keilmuan dan Keislaman*, 4(2), 179–188. <https://doi.org/10.23917/jkk.v4i2.399>