



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

GAMBARAN PENCEGAHAN HIPERTENSI PADA MAHASISWA TINGKAT II STIKES

BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

TAHUN 2024

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

Sarjana Keperawatan

DANANG PRASETYA

2203006

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN

STIKES BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA TAHUN 2024

NASKAH PUBLIKASI

GAMBARAN PENCEGAHAN HIPERTENSI PADA MAHASISWA TINGKAT II STIKES

BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

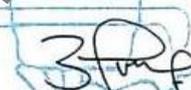
TAHUN 2024

Disusun Oleh:

DANANG PRASETYA

2203406

Telah melalui Sidang Skripsi pada 7 Agustus 2024

Ketua Penguji	Penguji I	Penguji II
		
Nurlia Ikaningtyas, M.Kep., Sp.Kep.MB, Ph.D.NS	Mei Rianita Elfrida Sinaga S.Kep., Ns., M.Kep	Indrayanti, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.,Kom

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan
STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta


Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep

**Description of hypertension prevention in 2nd year students of STIKES
Bethesda Yakkum Yogyakarta in 2024**

Danang Prasetya¹, Indrayanti²

ABSTRACT

Background: Yogyakarta is ranked 12th out of all provinces in terms of hypertension prevalence². Gunung Kidul has the highest prevalence of hypertension in the Special Region of Yogyakarta (39.25%), followed by Kulon Progo (34.70%), Sleman (32.01%), Bantul (29.89%), and Yogyakarta City (29.28%)², while at STIKES Bethesda Yogyakarta from the results of a preliminary study conducted by researchers with 6 students, there are still many students with unhealthy lifestyles such as rarely exercising, being active smokers and paying less attention to maintaining a diet as an example of the risk of hypertension in adolescents.

Objective: To determine the description of hypertension prevention in second year students of STIKES Bethesda Yogyakarta in 2024.

Method: Quantitative descriptive research design with a cross-sectional approach. The sampling technique used simple random sampling with a population of 154 students and a sample of 61 respondents with a hypertension prevention questionnaire including physical activity, diet, alcohol consumption, smoking habits.

Results: Most of the respondent characteristics were dominated by female gender (90.2%), age 20 years (52.5%), Description of hypertension prevention in second year students of STIKES Bethesda Yogyakarta as many as (93.4%) in the "Good" category.

Conclusion: The description of hypertension prevention in second year students of STIKES Bethesda Yogyakarta in 2024 shows a description of hypertension prevention in the "Good" category. Suggestion: This study can be a consideration for further research to analyze or make modifications by adding interventions as prevention of hypertension risk in students or in adulthood.

Keywords: Hypertension-Students-Description of hypertension prevention

¹ Student of Bachelor of Nursing, Bethesda Institute for health Sciences

² Lecturer at Nursing Program, Bethesda institute for Health Sciences

Gambaran Pencegahan Hipertensi Pada Mahasiswa Tingkat II STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Tahun 2024

Danang Prasetya¹, Indrayanti²

ABSTRAK

Latar belakang: Yogyakarta menempati urutan ke-12 dari seluruh provinsi dalam hal prevalensi hipertensi². Gunung Kidul memiliki prevalensi hipertensi tertinggi di Daerah Istimewa Yogyakarta (39,25%), disusul Kulon Progo (34,70%), Sleman (32,01%), Bantul (29,89%), dan Kota Yogyakarta (29,28%)², sedangkan di STIKES Bethesda Yogyakarta dari hasil study pendahuluan yang telah dilakukan peneliti dengan 6 mahasiswa bahwa masih banyak mahasiswa dengan pola hidup kurang sehat seperti jarang berolah raga, menjadi perokok aktif dan kurang memperhatikan dalam menjaga pola makan menjadi salah satu contoh adanya resiko terjadinya hipertensi di usia remaja.

Tujuan: Mengetahui bagaimana gambaran pencegahan hipertensi pada mahasiswa Tingkat II di STIKES Bethesda Yogyakarta Tahun 2024.

Metode: Desain penelitian studi deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Teknik sampel menggunakan simple random sampling dengan populasi 154 mahasiswa dan sampel sebanyak 61 responden dengan kuesiener pencegahan hipertensi meliputi aktifitas fisik, pola makan, mengkonsumsi alcohol, kebiasaan merokok.

Hasil: Sebagian besar karakteristik responden didominasi oleh jenis kelamin Perempuan sebanyak (90,2%), usia 20 tahun (52,5%), Gambaran pencegahan hipertensi pada mahasiswa tingkat II STIKES Bethesda Yogyakarta sebanyak (93,4%) dalam kategori "Baik".

Kesimpulan: Gambaran pencegahan hipertensi pada mahasiswa tingkat II STIKES Bethesda Yogyakarta tahun 2024 menunjukkan gambaran pencegahan hipertensi dalam kategori "Baik".

Kata Kunci: Hipertensi-Mahasiswa-Gambaran pencegahan hipertensi

¹ Mahasiswa Sarjana Keperawatan, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

² Dosen Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu Penyakit Tidak Menular (PTM). Karena angka kejadiannya yang tinggi dan terus meningkat, hipertensi merupakan penyakit kronis yang telah menjadi masalah kesehatan global. Penyakit jantung, penyakit ginjal, stroke, dan penyakit kardiovaskular lainnya dapat berakibat fatal atau sangat menyakitkan bagi penderitanya. Hipertensi adalah faktor risiko utama untuk kondisi ini. Istilah "hipertensi" mengacu pada suatu kondisi dimana tingkat tekanan darah sistolik dan diastolik meningkat melebihi batas normal. ($\geq 140/90$ mmHg)

Menurut data WHO (2018), hipertensi mempengaruhi sekitar 26,4% populasi global, dengan 26,6% laki-laki dan 26,1% perempuan terkena dampaknya. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018) menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi pada penduduk usia >18 tahun yang didiagnosis oleh petugas kesehatan adalah sebesar 9,4%, sedangkan pada penduduk yang menggunakan obat hipertensi sebesar 9,5%. Diperkirakan 60% penderita hipertensi tinggal di negara berkembang, termasuk Indonesia¹¹.

Diperkirakan ada 210.112 kasus hipertensi di antara mereka yang berusia minimal 15 tahun. Diperkirakan 69,6% penderita hipertensi yang berusia minimal 15 tahun telah mendapatkan pertolongan medis. Dengan total 138.702 kasus, hipertensi termasuk dalam 10 penyakit teratas di Sleman menurut data Dinas Kesehatan Sleman (2020)². Hipertensi tidak hanya menyerang usia tua, tetapi juga bisa terjadi pada usia remaja¹¹. Secara global, prevalensi hipertensi pada usia 18-24 tahun sebesar 13,2% dan usia 25-34 tahun sebesar 20,1%¹¹. Berdasarkan kelompok umur maka prevalensi hipertensi pada tahun 2020 pada kelompok umur 18-24 tahun sebesar 13.22%, umur 25-34 tahun sebesar 20.13%, umur 35-44 tahun sebesar

31.61%³ terus mengalami peningkatan jika dibandingkan dengan hasil Riskesdas 2018 secara berturut-turut yaitu 8.7%, 14.7% dan 24.8%¹¹. Sekitar 9,4% kematian di seluruh dunia disebabkan oleh komplikasi hipertensi; serangan jantung menyumbang 45% dari kematian tersebut, sementara stroke menyumbang 51%. Menurut Septiawan dkk. (2018), kemungkinan akan terjadi peningkatan jumlah kematian akibat penyakit kardiovaskular seperti stroke dan jantung koroner hingga mencapai 23,3 juta pada tahun 2030¹⁰. Kerusakan ginjal dan retinopati merupakan risiko tambahan yang terkait dengan hipertensi⁹. Hipertensi dapat disebabkan oleh beberapa faktor, beberapa di antaranya dapat dimodifikasi, seperti konsumsi alkohol dan garam yang berlebihan, merokok, obesitas, dan lain sebagainya. variabel yang tidak dapat diubah, seperti ras, usia, jenis kelamin, dan riwayat hipertensi dalam keluarga. Sumbungan dengan komponen usia, hipertensi idiopatik⁹.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain Studi Deskriptif Kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Penelitian dilakukan pada 20 Juni 2024 pada mahasiswa Tingkat II di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta. Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Tingkat II di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun ajaran 2023/2024 yang aktif mengikuti kegiatan perkuliahan berjumlah 154 mahasiswa sedangkan sampel dalam penelitian ini adalah 61 mahasiswa dari Sarjana Keperawatan Reguler, Diploma III Keperawatan, Sarjana Fisioterapi. Alat ukur pada penelitian ini adalah Kuesioner yang digunakan pada penelitian ini diadaptasi dari kuesioner yang disusun oleh Sri Susanti pada tahun 2015 dan sudah dilakukan uji validitas dengan dari 10 pertanyaan dengan jumlah sampel reponden 30 menunjukkan hasil dari 10 pertanyaan semuanya dinyatakan valid dengan Rhitung $>0,361$ dan dinyatakan realible dengan hasil Rhitung (Cronbach Alpha) $0,619^8$. Penelitian ini telah

mendapatkan Ethical Clearance (EC) dengan nomor No.067/KEPK.02.01/VI/2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Tabel 1

Distribusi karakteristik responden mahasiswa di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2024.

No	Profil	Frekuensi	Presentase
A	Usia		
1	19 tahun	15	24.6
2	20 tahun	32	52.5
3	21 tahun	8	13.1
4	22 tahun	2	3.3
5	23 tahun	2	3.3
6	24 tahun	1	1.6
7	25 tahun	1	1.6
	Total	61	100%
B	Jenis Kelamin		
1	Laki - laki	6	9.8
2	Perempuan	55	90.2
	Total	61	100%

Sumber : data primer terolah 2024

Analisis : tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan umur 19th sebanyak 15 responden (24.6%), 20th sebanyak 32 responden (52.5%), 21th sebanyak 8 responden (13.1%), 22th sebanyak 2 responden (3.3%), 23th sebanyak 2 responden (3.3%), 24th sebanyak 1 responden (1.6%), dan 25th sebanyak 1 responden (1.6%). Dari hasil penelitian diatas yang mendominasi adalah usia 20th sebanyak 32 responden dengan presentai 52.5%. Berdasarkan jenis kelamin di dominasi oleh jenis kelamin Perempuan sebanyak 55 responden dengan presentase 90.2% sedangkan responden dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 6 responden dengan persentase 9.2%.

Tabel 2

Gambaran pencegahan hipertensi pada mahasiswa tingkat II di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2024.

No	Pencegahan Hipertensi	Frekuensi	Presentasi
1	Baik	57	93.4
2	Kurang	4	6.6
Total		61	100%

Sumber : data primer terolah 2024

Analisis : table 10 menunjukkan distribusi frekuensi gambaran pencegahan hipertensi sebanyak 57 responden (93.4%) dalam kategori “Baik”, dan 4 responden (6.6%) dalam kategori “Kurang”.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik responden

a. Usia responden

Hasil penelitian berdasarkan karakteristik responden menunjukkan bahwa responden dengan usia 20 tahun memiliki persentase yaitu 53%. Berdasarkan kelompok umur maka prevalensi hipertensi pada tahun 2020 pada kelompok umur 18-24 tahun sebesar 13.22%, umur 25-34 tahun sebesar 20.13%, umur 35-44 tahun sebesar 31.61%¹¹ terus mengalami peningkatan jika dibandingkan dengan hasil Riskesdas 2018 secara berturut-turut yaitu 8.7%, 14.7% dan 24.8%¹¹. Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Eltania Giovanni et al (2021) tentang Gambaran Tingkat Pengetahuan Mahasiswa Keperawatan tentang Caring di AKPER Rumah Sakit

PGI Cikini menunjukkan data usia mahasiswa keperawatan berdasarkan tingkat usia, didapatkan data mayoritas responden mempunyai kelompok usia 20-21 tahun sebanyak 28 responden (53,8%), diikuti kelompok usia 18–19 tahun sejumlah 20 responden (38,5%), dan paling sedikit kelompok usia 22–23 tahun sejumlah 4 responden (7,7%)⁴.

b. Jenis kelamin

Hasil penelitian menunjukkan Sebagian besar responden berjenis kelamin Perempuan sebanyak 54 responden dengan persentase 91,7%. Berdasarkan data dari Kemenkes pada tahun 2020 menunjukkan prevalensi terjadinya hipertensi pada perempuan menunjukkan sebanyak (32,9%) lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki dengan presentasi sebanyak (28,2%)¹¹.

Hasil penelitian sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Eltania Giovanni et al (2021) tentang Gambaran Tingkat Pengetahuan Mahasiswa Keperawatan tentang Caring di AKPER Rumah Sakit PGI Cikini menunjukkan mayoritas responden jenis kelamin laki-laki sebanyak 8 responden (15,4%) dan responden jenis kelamin perempuan sebanyak 44 responden (84,6%)⁴.

2. Gambaran pencegahan hipertensi mahasiswa tingkat II di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa distribusi frekuensi berdasarkan gambaran pencegahan hipertensi 93% dari 61 responden dalam kategori gambaran pencegahan hipertensi “Baik” dan sebesar 7% dari 61 responden dalam kategori gambaran pencegahan hipertensi “Kurang”, hasil diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden sudah melakukan pola hidup sehat guna mencegah terjadinya hipertensi di usia muda, Sebagian besar responden menyetujui pentingnya mengontrol berat badan, mengecek rutin tekanan darah, melakukan aktivitas fisik dan

juga mengurangi makanan yang mengandung minyak dan lemak.

Adapun responden yang masih tergolong kurang dalam melakukan pola hidup sehat dikarenakan masih memiliki kebiasaan merokok, jarang beraktifitas dan tidak memperhatikan makana yang kurang sehat.

Perilaku sehat dapat membantu orang menghindari hipertensi, seperti makan makanan yang seimbang, berolahraga secara teratur, tidak merokok, tidak mengonsumsi alkohol dan narkoba, mendapatkan cukup istirahat, mengendalikan stres, dan melakukan hal-hal lain yang baik untuk kesehatan⁵.

Di antara faktor risiko yang dapat diubah, upaya pencegahan dan penanggulangan hipertensi bergantung pada perubahan pola makan dan gaya hidup. Faktor risiko ini termasuk mengubah pola makan Anda, membatasi konsumsi garam hingga 4–6 gram per hari, menghindari makanan yang mengandung kolesterol tinggi, menghindari merokok dan minum alkohol, berolahraga secara teratur, dan menghindari stres⁷.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Delyan Octafyananda et al (2021) tentang gambaran pencegahan hipertensi pada remaja menunjukkan bahwa Sebanyak 50,8% responden memiliki pencegahan hipertensi baik dan 49,2% responden memiliki pencegahan hipertensi kurang baik dikarenakan tidak berolahraga secara rutin 2-3 kali dalam seminggu selama 30 menit, mengonsumsi makanan junkfood (makanan cepat saji) lebih dari 3x dalam 1 minggu, dan tidak menghindari paparan asap rokok dari lingkungan⁹. Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Agnes Apria Simanjuntak et al (2021) tentang gambaran pengetahuan dan sikap terhadap pencegahan hipertensi pada mahasiswa di Universitas Diponegoro Semarang menunjukkan bahwa jumlah sampel yang terkumpul pada penelitian ini sebanyak 425 responden, dengan mayoritas responden penelitian memiliki tingkat pengetahuan yang baik (51,5%) dan sikap yang baik (52%) dalam pencegahan hipertensi¹.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran pencegahan hipertensi pada mahasiswa tingkat II STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta menunjukkan bahwa distribusi frekuensi berdasarkan gambaran pencegahan hipertensi 93.4% dari 61 responden dalam kategori gambaran pencegahan hipertensi “Baik” dan sebesar 6.6% dari 61 responden dalam kategori gambaran pencegahan hipertensi “Kurang”. Saran bagi mahasiswa STIKES Bethesda hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam bidang kesehatan khususnya tentang penyakit hipertensi dan faktor yang bisa memicu terjadinya resiko hipertensi. Bagi peneliti selanjutnya penelitian ini menjadi pertimbangan bagi penelitian selanjutnya untuk menganalisis ataupun memodifikasi untuk ditambahkan pemberian intervensi sebagai pencegahan resiko hipertensi pada mahasiswa STIKES Bethesda YAKKUM Yogyakarta.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah memberikan ijin bagi peneliti untuk melakukan penelitian terkait gambaran pencegahan hipertensi pada mahasiswa tingkat II STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, civitas akademika STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah memberikan ijin dan dukungan selama proses penelitian, dan seluruh pihak yang terlibat dan membantu dalam pelaksanaan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- ¹ Agnes Apria Simanjuntak And Others. (2021). ‘Gambaran Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Pencegahan Hipertensi Pada Mahasiswa (Studi Pada Mahasiswa Universitas Diponegoro Semarang)’, 9.4 <[Http://Ejournal3.Undip.Ac.Id/Index.Php/Jkn](http://Ejournal3.Undip.Ac.Id/Index.Php/Jkn)>
- ² Dinas Kesehatan Provinsi DIY. 2020., ‘Profil Kesehatan Provinsi DIY Tahun 2020’.
- ³ Dharnidharka EA. 2015., ‘Hypertension In The Teenager. Natl Institutes Heal.’
- ⁴ Eltania Giovanni Et Al (2021), ‘Gambaran Tingkat Pengetahuan Mahasiswa Keperawatan Tentang Caring Di AKPER Rumah Sakit PGI Cikini Tahun 2021.’
- ⁵ Kemenkes RI.(2018)., ‘Laporan Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.’
- ⁶ Kemenkes RI.(2018). Laporan Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- ⁷ Kemenkes. 2020, *Direktorat Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Direktorat Jenderal Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit (P2P) Cegah Dan Kendalikan Penyakit Tidak Menular (PTM)*.
- ⁸ Sri Susanti. M.Kes, et al 2015. ‘Persepsi Remaja Tentang Hipertensi Dalam Hubungannya Dengan Perilaku Pencegahan Hipertensi Di Sma Kota Yogyakarta’.
- ⁹ Sugiarto Delyan Octafyananda, Novi Berliana. (2021). ‘Gambaran Pencegahan Hipertensi Pada Remaja’, *Frontiers In Neuroscience*, 14.1, 1–13.
- ¹⁰ Taufik Septiawan, Iman Permana, And Falasifah Ani Yuniarti, ‘Studi Deskriptif Karakteristik Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping II Yogyakarta’, *Prosiding Konferensi Nasional Ke-7*, 2018, 1–9

<<http://www.appptma.org/wp-content/uploads/2019/08/11.-Studi-Deskriptif-Karakteristik-Pasien-Hipertensi-Di-Wilayah-Kerja-Puskesmas-Gamping-II-Yogyakarta.Pdf>>.

¹¹ Tirtasari, S., & Kodim, N. (2019). 'Prevalensi Dan Karakteristik Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 5(2), 1–6.'

¹² Tondang, M. L., & Nasution, S. Z. (2012). 'Pengetahuan Dan Sikap Remaja Tentang Perilaku Hidup'.

STIKES BETHESDA YAKKUM