

## **Analisis Korelasi Pola Konsumsi Makanan Pemicu Hipertensi Pada Petani Di Pedesaan Kabupaten Jember**

### ***Correlation Analysis of Food Consumption Pattern that Induced Hypertension on Farmer in Rural Areas of Jember Regency***

Ida Srisurani Wiji Astuti

Laboratorium Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran Universitas Jember

Jalan Kalimantan No. 37 Kampus Tegalboto, Jember 68121

e-mail korespondensi: [ranifkuj@gmail.com](mailto:ranifkuj@gmail.com)

#### **Abstrak**

Pola konsumsi makanan telah lama diduga sebagai salah satu pencetus penyakit hipertensi, dimana selain pola konsumsi makanan juga dipengaruhi oleh gaya hidup yang lain. Kejadian hipertensi meningkat pada petani di pedesaan. Alasan mendasar adalah beratnya pekerjaan yang dilakukan dan bagaimana cara petani menghadapi problema kehidupan merupakan faktor pemicu kejadian hipertensi. Penelitian ini bertujuan membuktikan apakah pola konsumsi makanan pemicu hipertensi banyak dianut oleh petani di desa. Para petani seharusnya menganut pola konsumsi sehat karena dekat dengan sawah dan ladang sebagai penghasil bahan makanan alami. Jenis penelitian ini adalah analitik observasional dengan metode uji asosiasi asimetri  $\lambda$  statistik  $LB$  untuk mengetahui hubungan pola konsumsi pemicu hipertensi dengan kejadian hipertensi pada petani. Sebanyak 100 responden dari 2 kecamatan di Jember (Mayang dan Ledokombo) diberikan kuesioner dengan metode *food frequency*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hubungan pola konsumsi pemicu hipertensi dengan kejadian hipertensi pada penelitian ini signifikan. Beberapa aspek seperti makanan tinggi kolesterol, susu dan olahannya, serta makanan dengan kandungan MSG tinggi memiliki  $p$  value kurang dari 0,05 (0,000).

**Kata kunci:** petani, pola konsumsi, hipertensi

#### **Abstract**

*Food consumption pattern has been suspected as a factor that cause hypertension, whereas other than that it may also induced by another life style. Farmers' hypertension prevalence is growing up in rural areas. This fact shows that the activity of farm as heavy as how farmers facing their problem in daily live. The aim of the study is explaining how the food consumption pattern of farmers induced hypertension meanwhile they are living in the rural areas, as the firsthand customer of the fresh product from farming and agroindustry. An observational analytic study by using asymmetry association of  $\lambda$  was conducted to prove the correlation between hypertensive pattern consumption and prevalence hypertension of farmers. One hundred respondents (from Mayang and Ledokombo districts) were given food frequency questionnaire. The results showed the food pattern with high level of cholesterol, dairy milk and the product of it and using high mono sodium glutamate, were having a significant level of  $p$  value ( $< 0,05$ ). It means there are strong correlation between them to hypertension prevalence.*

**Keywords:** farmer, consumption pattern, hypertension

## Pendahuluan

Berdasarkan penelitian di Rembang, Jawa Timur terhadap pekerjaan yang menderita hipertensi pada mereka yang bekerja sebagai buruh, petani dan nelayan ( 39,5 %). Kejadian hipertensi lebih banyak terjadi pada pekerja sebagai buruh atau petani, karena salah satu faktor risikonya adalah berkaitan erat dengan gaya hidup. Hal-hal seperti cara menghadapi permasalahan juga oleh berat ringannya pekerjaan seseorang seperti para buruh atau petani maka kejadian hipertensi paling banyak terjadi pada golongan pekerja seperti mereka. Pengaruh konsumsi kopi sekecil apapun terhadap tekanan darah akan menimbulkan dampak pada kesehatan masyarakat, karena kopi di konsumsi secara luas di masyarakat (Mubin, 2010).

Data laporan sensus pertanian menurut Badan Pusat Statistik tahun 2013 didapatkan jumlah usaha pertanian di Kabupaten Jember sebesar 325.633, dimana data tersebut menempati urutan pertama di Provinsi Jawa Timur (BPS, 2013). Berdasarkan penelitian Hanafi (2016) mengenai gambaran gaya hidup penderita hipertensi di Kecamatan Sukowono Kabupaten Semarang didapatkan bahwa penderita hipertensi terbanyak yaitu responden yang bekerja sebagai petani (57,8%). Salah satu faktor yang mempengaruhi yaitu rendahnya sosial ekonomi yang akan berpengaruh pada kebiasaan makan yang tidak baik (60%).

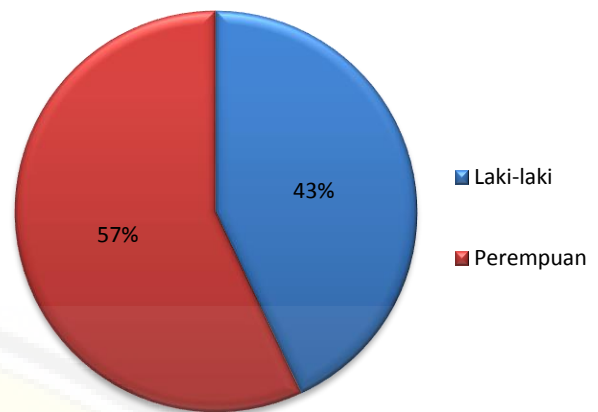
## Metode Penelitian

Rancangan penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross sectional* (Notoadmojo, 2010). Waktu penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 1– 17 September 2016. Lokasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah wilayah kerja Puskesmas Ledokombo dan Mayang, Kabupaten Jember. Populasi yang penulis gunakan sebagai objek penelitian adalah petani yang berada di Kedua wilayah kerja puskesmas tersebut yang berusia 20-65 tahun. Metode *consecutive sampling* dipakai untuk menjangkau responden sesuai besar sampel yang diperlukan, yakni sebanyak 100 responden.

## Hasil Penelitian

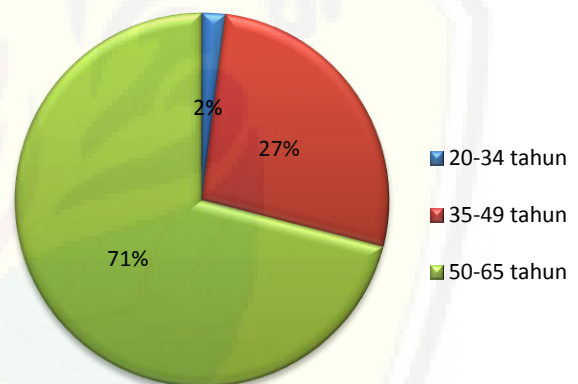
Hasil penelitian berikut menampilkan analisis univariat dari variabel jenis kelamin, usia, pendidikan terakhir, dan riwayat merokok. Adapun distribusi jenis kelamin responden dalam penelitian tampak pada Gambar 1.

Berdasarkan Gambar 1, dapat diketahui bahwa dari 100 responden terdiri dari laki-laki dan perempuan. Sebagian besar responden dalam penelitian ini yaitu 57 orang berjenis kelamin perempuan, sedangkan sisanya berjenis kelamin laki-laki (Ardhiaswari dan Budiono, 2016; Haque dan Wulandari, 2016).



Gambar 1. Jenis Kelamin Responden

Adapun distribusi usia responden dalam penelitian ini tampak pada Gambar 2.

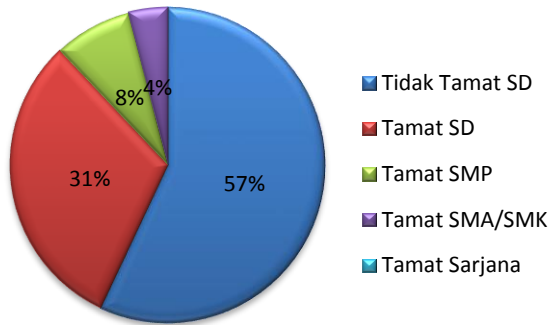


Gambar 2. Usia Responden

Berdasarkan data penelitian, rentang usia dari 100 responden yaitu antara usia 20 sampai 65 tahun. Sebagian besar responden berusia 50 tahun ke atas (71 orang), sebanyak 27 orang berusia 35 sampai 49 tahun. Sedangkan sisanya (2 orang) berusia 20 sampai 34 tahun.<sup>1,4</sup>

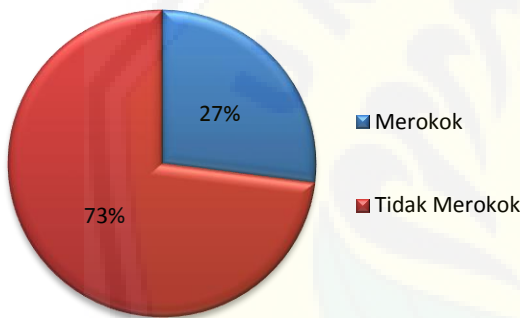
Adapun distribusi pendidikan terakhir responden dalam penelitian tampak pada Gambar 3.

Gambar 3 menunjukkan bahwa sebanyak 57 responden tidak tamat SD, tamat SD sebanyak 31 responden, tamat SMP sebanyak 8 responden, tamat SMA/SMK sebanyak 4 responden, sedangkan tidak ada responden yang tamat sarjana (Ardhiaswari dan Budiono, 2016; Haque dan Wulandari, 2016).



Gambar 3. Pendidikan Terakhir Responden

Adapun distribusi riwayat merokok responden dalam penelitian tampak pada Gambar 4.



Gambar 4. Riwayat Merokok Responden

Berdasarkan data penelitian, dapat diketahui bahwa 73 responden memiliki riwayat merokok dan sebanyak 27 petani yang menjadi responden dalam penelitian ini tidak merokok.<sup>1,4</sup>

Asosiasi *lambda* dipakai untuk mengetahui hubungan variabel independen (pola konsumsi pemicu hipertensi) dengan variabel dependen (kejadian hipertensi pada petani). Hasil analisis tersebut tampak pada Tabel 1.

Berdasarkan pola konsumsi bahan makanan pemicu hipertensi diperoleh hasil bahwa bahan makanan yang sering dikonsumsi responden untuk makanan tinggi kolesterol adalah kuning telur ayam sebanyak 6 responden (6%), untuk makanan tinggi natrium adalah keripik sebanyak 12 responden (12%), untuk makanan yang diawetkan adalah pindang sebanyak 11 responden (11%), untuk susu dan olahannya adalah 3 responden (3%), untuk minuman berkafein adalah kopi sebanyak 38 responden (38%), dan untuk pemakaian bumbu MSG adalah sebanyak 98 responden (98%).<sup>1,4</sup> Hasil signifikansi menunjukkan

makanan dengan kadar kolesterol tinggi, susu dan olahannya, serta pemakaian bumbu penyedap memiliki *p value* 0,000. Sedangkan makanan dengan kandungan natrium tinggi memiliki *p value* 1,000; makanan yang diawetkan memiliki *p value* 0,315; makanan berkafein memiliki *p value* 0,654, hal ini berarti tidak signifikan secara statistik.

Tabel 1. Distribusi Jenis Makanan Pemicu Hipertensi Dan Hubungannya dengan Kejadian Hipertensi Pada Petani

Jenis Makanan	Sering		Jarang		Tidak pernah		Asimetri Lambda Statistik L <sub>b</sub> Sig.
	N	%	N	%	N	%	
1. Makanan tinggi kolesterol							0,000
a. Daging sapi	0	0	97	97	3	3	( <i>p</i> <0,05)
b. Daging kambing	0	0	40	40	60	60	
c. Daging atau kulit ayam	1	1	93	93	6	6	
d. Kuning telur ayam	6	6	82	82	12	12	
e. Jeroan	0	0	21	21	79	79	
2. Makanan tinggi natrium							1,000
a. Biskuit	5	5	40	40	55	55	( <i>p</i> >0,05)
b. Craker	2	2	28	28	70	70	
c. Keripik	12	12	50	50	38	38	
3. Makanan yang diawetkan							0,315
a. Dendeng	0	0	35	35	65	65	( <i>p</i> >0,05)
b. Abon	1	1	23	23	76	76	
c. Ikan asin	10	10	58	58	32	32	
d. Pindang	11	11	66	66	23	23	
e. Telur asin	1	1	37	37	62	62	
4. Susu dan olahannya	3	3	28	28	69	69	0,000
							( <i>p</i> <0,05)
5. Minuman berkafein							0,654
a. Kopi	38	38	30	30	32	32	( <i>p</i> >0,05)
b. Teh	20	20	62	62	18	18	
6. Bumbu penyedap (MSG)	0	0	35	35	65	65	0,000
							( <i>p</i> >0,05)

### Pembahasan

Penelitian ini menunjukkan prevalensi hipertensi pada jenis kelamin perempuan lebih banyak daripada laki-laki. Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Indrawati, *et al* (2009) bahwa jenis kelamin perempuan (52,1%) lebih banyak menderita hipertensi dibandingkan laki-laki (47,9%). Demikian juga dengan variabel usia,

sebagian besar hipertensi dialami oleh wanita berusia lanjut. Hormon estrogen berubah kuantitasnya sesuai dengan umur wanita secara alami, yang umumnya mulai terjadi pada wanita umur 45-55 tahun sehingga menopause erat kaitannya dengan kejadian hipertensi pada jenis kelamin perempuan (Widyaningrum, 2012). Penelitian ini menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi terjadi pada sebagian besar masyarakat yang tidak tamat SD sebanyak 57 responden yaitu 57%. Penelitian yang dilakukan di Malaysia pada tahun 2010 menunjukkan bahwa hipertensi ditemukan paling tinggi pada masyarakat yang buta huruf atau pada masyarakat dengan tingkat pendidikan yang rendah. Tingkat pendidikan secara tidak langsung mempengaruhi tekanan darah karena akan mempengaruhi gaya hidup seseorang seperti kebiasaan merokok, asupan makanan, dan aktivitas fisik (Indrawati, 2009).

Jenis makanan yang tinggi kolesterol yang paling sering dikonsumsi adalah kuning telur ayam sebanyak 6 responden (6%). Meskipun kandungan protein sangat lengkap, tetapi telur tidak mengandung karbohidrat. Kadar lipidnya terdiri dari trigliserida dan fosfolipid yang terkandung dalam kuning telur. Kandungan lipid yang tinggi tersebut yang dapat meningkatkan terjadinya hipertensi (Muchtadi, 2000). Dalam hal kebiasaan meminum susu, didapatkan 3 responden yang sering minum susu. Susu memiliki kandungan utama protein dan kalsium, tetapi susu juga merupakan sumber natrium, lemak jenuh dan kolesterol. Susu mengandung natrium dalam jumlah sedang. Natrium dalam susu yang dikonsumsi berkisar antara 30 hingga 230 mg tiap gelas. Asupan natrium yang meningkat menyebabkan tubuh meretensi cairan yang dapat meningkatkan volume darah. Masuknya natrium juga dapat meningkatkan resistensi perifer yang nantinya dapat meningkatkan tekanan darah (Wijayanti, 2007). Jenis bahan makanan lain yang paling sering dikonsumsi oleh responden adalah Monosodium glutamat (MSG) atau yang dikenal masyarakat sebagai bahan penyedap masakan. Dari penelitian didapatkan sebanyak 98 responden (hampir 100%) yang menggunakan MSG untuk bahan penyedap masakan. MSG adalah garam natrium yang berikatan dengan asam amino berupa asam glutamat. Meskipun diperkenankan sebagai penyedap masakan, penggunaan MSG berlebihan dapat mengakibatkan tekanan darah tinggi (Lisdiana, 2004).

## Kesimpulan

Berdasarkan karakteristik responden sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan, berusia lanjut, tidak tamat sekolah dasar, dan tidak merokok.

Hubungan pola konsumsi pemicu hipertensi dengan kejadian hipertensi pada penelitian ini sangat signifikan. Beberapa aspek seperti makanan tinggi kolesterol, susu

dan olahannya, serta makanan dengan kandungan MSG tinggi memiliki *p value* kurang dari 0,05 (0,000).

## Daftar Pustaka

- Ardhiaswari, Y dan Budiono, 2016. *Hubungan Pola Konsumsi Petani Terhadap Hipertensi Primer Di Kecamatan Mayang Kabupaten Jember 2016*. Miniriset IKM. Tidak dipublikasikan. Jember: 2016.
- Badan Pusat Statistik. 2013. *Laporan Hasil Sensus Pertanian 2013*.  
<http://st2013.bps.go.id/st2013esya/booklet/at3500>. Diakses tanggal 30 Agustus 2016.
- Hanafi, 2016 *cit.* Ardhiaswari, Y dan budiono, 2016. *Hubungan Pola Konsumsi Petani Terhadap Hipertensi Primer Di Kecamatan Mayang Kabupaten Jember 2016*. Miniriset. Tidak dipublikasikan. Jember: 2016.
- Haque, I dan Wulandari, R.P. 2016. *Hubungan Pola Konsumsi Petani Terhadap Prevalensi Hipertensi Primer Di Kecamatan Ledokombo Kabupaten Jember Tahun 2016*. Miniriset. Tidak dipublikasikan. Jember: 2016.
- Indrawati, Lely. 2009. *Hubungan Pola Kebiasaan Konsumsi Makanan Masyarakat Miskin dengan Kejadian Hipertensi di Indonesia*. Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Lisdiana. 2004. *Cit.* Haque, I dan Wulandari, R.P. 2016. *Hubungan Pola Konsumsi Petani Terhadap Prevalensi Hipertensi Primer Di Kecamatan Ledokombo Kabupaten Jember Tahun 2016*. Miniriset. Tidak dipublikasikan. Jember: 2016.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Mubin, MF. , Samiasih, A, Hermawanti T. 2010. *Karakteristik dan Pengetahuan Pasien dengan Motivasi Melakukan Kontrol Tekanan Darah di wilayah kerja Puskesmas Sragi Pekalongan*. Universitas Muhammadiyah Semarang.

Muchtadi, D. 2000. *Mana yang Baik Telur Mentah, Setengah Matang atau Rebus?*

[serial online] [http://web.ipb.ac/-tpg/de/pubde\\_tknprcss\\_telur.php](http://web.ipb.ac/-tpg/de/pubde_tknprcss_telur.php) [20 November 2011].

Widyaningrum. 2012. Hubungan antara Konsumsi Makanan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di UPT

Pelayanan Sosial Lanjut Usia Jember. *Skripsi* (Tidak diterbitkan). Jember : FKM Universitas Jember.

Wijayanti, H.S. 2007. Hubungan kOnsumsi Susu Dengan Kejadian Hipertensi. *Skripsi* (Tidak diterbitkan). Semarang: Fakultas Kedokteran.

