

FAKTOR–FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TERJADINYA HIPERTENSI PADA IBU HAMIL

Bunga Tiara Carolin*, Liyana Safitri, Rukmaini, Shinta Novelia

Prodi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional
Jl. Harsono RM No.1, Ragunan, Kota Jakarta Selatan

e-mail: bunga.tiara@civitas.unas.ac.id

Artikel Diterima : 05 Maret 2024, Direvisi : 11 Maret 2024, Diterbitkan : 29 Maret 2024

ABSTRAK

Pendahuluan: Tekanan darah pada masa kehamilan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor penyebab. Usia ibu, kelahiran pertama, paritas dan peningkatan indeks massa tubuh, tingkat pendidikan, dukungan keluarga, stres merupakan faktor predisposisi munculnya hipertensi dalam kehamilan. **Tujuan:** untuk melihat faktor-faktor yang mempengaruhi hipertensi pada ibu hamil di Puskesmas Sriamur Kecamatan Tambun Utara. **Metode:** Penelitian ini menggunakan pendekatan case control menggunakan analisis chi square. Populasi ini adalah seluruh ibu hamil dengan jumlah 839 ibu hamil. Dengan menggunakan teknik purposive sampling yang memenuhi kriteria sebanyak 90 ibu hamil dengan jumlah 30 ibu hamil hipertensi sebagai kasus dan 60 ibu hamil tidak hipertensi sebagai kontrol. **Hasil:** analisis data dilakukan secara anivariat dengan hasil ibu yang mengalami hipertensi sebanyak 33,3%, usia yang beresiko 70%, paritas berisiko 50%, obesitas 66,7 %, stress 36,7%, gaya hidup tidak sehat 66,7 %, dan aktifitas fisik 60% dan hasil bivariat (0,05) pengaruh antara usia ($p=0.000$), paritas ($p= 0.002$), obesitas ($p=0.001$), stress ($p=0,006$), gaya hidup ($p=0,021$) dan aktivitas fisik ($p=0.019$) dengan kejadian hipertensi pada ibu hamil di Puskesmas Sriamur 2023. **Kesimpulan dan Saran:** Ada hubungan signifikan antara usia, paritas, stress, gaya hidup dan aktivitas fisik ibu hamil dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Sriamur Kecamatan Tambun Utara. Ibu hamil diharapkan menjaga pola makan, gaya hidup sehat, tidak melakukan aktivitas berat dan sebaiknya ibu hamil tidak terbebani oleh masalah yang dapat menyebabkan stress.

Kata Kunci: aktivitas fisik; hipertensi; gaya hidup; obesitas; stress

ABSTRACT

Introduction: Blood pressure during pregnancy can be influenced by several factors. Maternal age, first birth, parity and increase in body mass index, level of education, family support, stress are predisposing factors for the emergence of hypertension in pregnancy. **Objective:** This study aims to look at the factors that influence hypertension in pregnant women in the working area of the Sriamur Health Center, Tambun Utara District. **Methods:** This study uses observational analytic with a case control approach. This population is all pregnant women with a total of 839 pregnant women. Using a purposive sampling technique that meets the criteria of 90 pregnant women with a total of 30 pregnant women with hypertension as cases and 60 pregnant women without hypertension as controls. Data analysis included univariate analysis with frequency distribution and bivariate using the chi square test. **Results:** data analysis was carried out univariately with the results of mothers who experienced hypertension as much as 33.3%, age at risk 70%, parity at risk 50%, obesity 66.7%, stress 36.7%, unhealthy lifestyle 66.7%, and physical activity 60% and bivariate results (0.05) influence between age ($p=0.000$), parity ($p=0.002$), obesity ($p=0.001$), stress ($p=0.006$), lifestyle ($p=0.021$) and physical activity ($p=0.019$) with the incidence of hypertension in pregnant women in the Work Area of the Sriamur Health Center 2023. **Conclusion and Suggestion:** There is a significant relationship between age, parity, stress, lifestyle and physical activity of pregnant women with the incidence of hypertension in the working area of the Sriamur Health Center, Tambun Utara District. Pregnant women are expected to maintain a healthy diet, lifestyle, not do strenuous activities and pregnant women should not be burdened by problems that can cause stress.

Keywords: physical activity; hypertension; lifestyle obesity; stress

PENDAHULUAN

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah penyakit dimana tekanan darah di dalam pembuluh darah terus meningkat. Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg (WHO, 2018). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia mendefinisikan hipertensi sebagai peningkatan tekanan darah sistolik di atas 140 mmHg dan peningkatan tekanan darah diastolik di atas 90 mmHg dalam dua kali pengukuran dengan jarak lima menit dalam keadaan tenang atau dapat diterima. Untuk bersantai hipertensi adalah penyakit kardiovaskular yang mempengaruhi banyak orang di seluruh dunia. Sehingga masuk dalam permasalahan global dunia (Alatas 2019).

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular sampai saat ini masih menjadi masalah kesehatan utama di seluruh dunia lebih dari satu miliar orang. Berdasarkan data World Health Organization (WHO) menunjukkan pada tahun 2013 bahwa ada sekitar satu miliar orang di dunia yang

menderita tekanan darah tinggi, dan jumlah ini dapat meningkat dari tahun ke tahun selanjutnya (Alatas, 2019).

Menurut ISSHP (International Society for the Study of Hypertension in Pregnancy), ada empat kategori hipertensi gestasional, yaitu preeklampsia- eklampsia, hipertensi gestasional, hipertensi kronis, dan preeklampsia dengan hipertensi kronis yang dilapiskan. Tekanan darah pada masa kehamilan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor (berbagai penyebab). Usia ibu (<20 atau ≥ 35 tahun), kelahiran pertama, paritas nol dan peningkatan indeks massa tubuh (IMT), tingkat pendidikan, dukungan keluarga, stres merupakan faktor predisposisi munculnya hipertensi dalam kehamilan (Classification et al. 2018).

Hipertensi juga merupakan salah satu masalah kesehatan yang paling umum terjadi selama kehamilan dan juga menyebabkan komplikasi pada 2-3% kehamilan terjadi (Imaroh et al., 2018). Oleh karena itu Hipertensi Dalam Kehamilan (HDK) juga terus menjadi penyebab utama kematian ibu selama persalinan dan juga memiliki banyak

efek penting lainnya selama persalinan. HDK Hal ini dapat terjadi pada 5 persen dari seluruh kehamilan (Alatas, 2019).

Data dari WHO (World Health Organization) menunjukkan bahwa hipertensi gestasional merupakan salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas pada kehidupan ibu dan janin di seluruh dunia. Secara global, 80% kematian ibu yang diklasifikasikan sebagai kematian ibu langsung disebabkan oleh perdarahan (25%), biasanya perdarahan postpartum dan hipertensi pada ibu hamil.(12%), eklampsia (8%), abortus (13%) dan sebab lain (7%) (Arikah et al., 2020).

Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu indikator untuk melihat keberhasilan upaya kesehatan ibu. Pada tahun 2019 penyebab kematian Sebagian besar ibu mengalami perdarahan (1.280 kasus) dan tekanan darah tinggi selama kehamilan(1.066 kasus) dan infeksi (207 kasus) (Departemen Kesehatan RI, 2020) . AKI di Indonesia telah mencapai angka kematian bayi sebesar 359 per 100.000 Angka Kematian Bayi (AKB) mencapai 32 kasus per 1.000 kelahiran hidup. Di Indonesia penyebab kematian ibu didominasi oleh tiga kejadian utama yaitu perdarahan, HDK dan infeksi. (Sari et.al., 2018). AKI di Indonesia adalah 305/100.000, yang menempatkan Indonesia pada urutan ke-14 di kawasan ASEAN. Penyebab utama kematian ibu adalah perdarahan, tekanan darah tinggi saat hamil dan infeksi. 32,26% disebabkan tekanan darah tinggi menyebabkan kejang dan toksemia kehamilan yang mengakibatkan kematian ibu (Makmur dan Fitriahadi 2020).

Prevalensi hipertensi pada ibu hamil berdasarkan data Riskesda 6,18 dan hipertensi terbesar di provinsi Jawa Barat (10,57%). Penyebab kematian ibu juga di Jawa Barat Perdarahan 33,19%, tekanan darah rendah 32,16%. Hamil, 3,36% infeksi, 9,80% penyakit peredaran darah (jantung), 1,75% gangguan metabolisme dan 19,74% penyebab lain (Dinkes Jabar,2019).

HDK merupakan salah satu penyebab

utama kematian pada ibu hamil. Banyak faktor yang bisa menyebabkan tekanan darah tinggi, seperti yang ditunjukkan oleh beberapa penelitian. Faktor-faktor yang dilaksanakan, yaitu, usia ibu yang ditemukan pada ibu hamil usia <20 tahun dan >35 tahun lebih rentan terhadap tekanan darah tinggi Kehamilannya, dikarenakan pada ibu hamil dengan usia <20 tahun maka perkembangan dari organ-organ reproduksi dan fisiologisnya belum terbentuk dengan optimal, tekanan darah pada ibu hamil meningkat di usia >30 tahun\dengan bertambahnya usia. Faktor selanjutnya adalah jumlah kehamilan,dimana pada ibu primigravida rentan terhadap HDK,karena ibu baru pertama kali terpapar dengan vilus korion maka akan terbentuk blocking antibody yang dapat menyebabkan HDK. Selain itu, hipertensi juga terjadi pada ibu hamil, meskipun HDK juga dapat terjadi pada ibu hamil dengan riwayat hipertensi akibat peningkatan kadar natrium intraseluler dan rasio kalium terhadap natrium yang rendah. Dan terakhir, faktor status gizi tinggi, dimana ibu hamil dengan indeks massa tubuh (IMT) tinggi juga rentan terhadap HDK, karena terjadi peningkatan volume plasma dan curah jantung pada ibu hamil dengan IMT yang tinggi sehingga dapat meningkatkan tekanan darah (Anggraeny, 2020).

Faktor predisposisi gangguan kehamilan hipertensi di seluruh dunia, seperti:Riwayat keluarga preeklampsia, preeklampsia pada kehamilan sebelumnya dengan kehamilan ganda, obesitas, defisiensi, diabetes, hipertensi kronis dan usia ibu yang ekstrim (Makmur & Fitriahadi, 2020). Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Basri et al., 2018) menemukan bahwa ada hubungan antara usia ibu hamil dengan prevalensi hipertensi dalam kehamilan $p=0,000$. Selain itu, ia juga menemukan adanya hubungan antara kenaikan berat badan selama hamil dengan kejadian hipertensi pada kehamilan $p=0,048$.

Hasil penelitian sebelumnya oleh Ismaroh et al. (2018) menemukan bahwa kejadian hipertensi pada ibu hamil dibandingkan indeks massa tubuh paling banyak terjadi pada kelompok dengan IMT ≥ 25 kg/m² sebanyak 14 responden (63,6%). Kelompok <25 kg/m² sebanyak 8 responden (36,4%). Berdasarkan hasil uji statistik chi-

square dan continuous correction menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara indeks massa tubuh (IMT) dengan prevalensi hipertensi gestasional pada ibu hamil, dengan nilai p sebesar 0,034 ($p < 0,05$), bahwasanya terdapat adanya hubungan yang signifikan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan kejadian hipertensi kehamilan pada ibu hamil.

Hasil penelitian Megawat et al. (2018) menunjukkan bahwa ibu hamil yang mengalami stres memiliki risiko lebih tinggi terkena hipertensi dibandingkan ibu hamil yang stres. Dengan nilai p 0,031, disimpulkan adanya hubungan antara stres dan peningkatan tekanan darah selama kehamilan. Nilai OR sebesar 2,906 dengan interval kepercayaan 95% (1,091-7,741), yang berarti probabilitas terjadinya hipertensi selama kehamilan 2,906 kali lebih tinggi dibandingkan subjek yang stres.

Hasil dari data pada tahun 2020 terdapat 15,46 % ibu hamil yang mengalami HDK, pada tahun 2021 terdapat 15 % ibu hamil yang mengalami HDK, dan pada tahun 2022 mengalami peningkatan sebanyak 16,20 % ibu hamil mengalami HDK. Provinsi Jawa Barat memiliki prevalensi tertinggi sebesar 10,57%. Seiring dengan hal tersebut jumlah kematian ibu tertinggi yang disebabkan oleh hipertensi sebanyak 214 jiwa juga

terdapat di provinsi yang sama (Kementerian Kesehatan RI, 2021).

Dari uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sriamur Kecamatan Tambun Utara Kabupaten Bekasi 2023.

BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian ini adalah observasional analisis dengan desain case control. Terdapat 30 kelompok kasus dan 60 kelompok control dengan perbandingan kasus dan kontrol yaitu 1:2. Teknik pengambilan sampel yaitu menggunakan purposive sampling. Penelitian ini mengkaji dinamika korelasi antara faktor-faktor yang mempengaruhi tekanan darah pada ibu hamil. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan lembar kuisisioner. Kuisisioner diberikan kepada responden. Analisis data menggunakan univariat dan bivariat. Metode statistik univariat menggambarkan masing-masing variabel yaitu secara independen dan tergantung pada gambaran distribusi frekuensi, membuat tabel distribusi frekuensi dan merepresentasikan masing-masing frekuensi. Analisis bivariat yang digunakan yaitu analisis statistik uji Chi Square dengan nilai signifikansi $\leq 0,05$.

HASIL

Setelah dilakukan penelitian dan pengolahan data didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Analisis univariat

Variabel	Hipertensi			
	Kasus		Kontrol	
	f	%	f	%
Usia				
Beresiko	21	70	10	16,7
Tidak bersiko	9	30	50	83,3
Paritas				
Beresiko	15	50	10	16,7
Tidak bersiko	15	50	50	83,3
Obesitas				
Obesitas	20	66,7	17	28,3
Tidak obesitas	10	33,3	43	71,7
Stres				
Stres	11	36,7	6	10
Tidak stres	19	63,3	54	90
Gaya hidup				
Tidak sehat	20	66,7	23	38
sehat	10	33,3	37	38,3
Aktivitas fisik				
Kurang	18	60	19	31,7
Cukup	12	40	41	68,3

Tabel 2. Hasil Analisis Bivariat

Variabel	Hipertensi						p-value (CI)	OR
	Ya		Tidak		Jumlah			
	f	%	f	%	f	%		
Usia								
Beresiko	21	70	10	16,7	31	34,4	0,000	11,667
Tidak beresiko	9	30	50	83,3	59	65,6	(4,145-32,835)	
Paritas								
Beresiko	15	50	10	16,7	24	27,8	0,002	5,000
Tidak beresiko	15	50	50	83,3	65	72,2	(1,864-13,409)	
Obesitas								
Obesitas	20	66,7	17	28,3	37	41,1	0,001	5,059
Tidak Obesitas	10	33,3	43	71,7	53	58,9	(1,968-13,005)	
Stres								
Stres	11	36,7	6	10	17	18,9	0,006	5,211
Tidak stres	19	63,3	54	90	73	81,1	(1,694-16,029)	
Gaya hidup								
Tidak sehat	20	66,7	23	38,3	43	47,8	0,021	3,217
Sehat	10	33,3	37	61,7	47	52,2	(1,282-8,076)	
Aktivitas fisik								
Kurang	18	60	19	41,1	37	41,1	0,019	3,237
Cukup	12	40	41	58,9	53	58,9	(1,302-8,047)	

PEMBAHASAN

1. Hubungan Faktor Usia pada Ibu Hamil dengan Kejadian Hipertensi

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah ibu hamil yang hipertensi dengan usia beresiko sebanyak 70 % sedangkan jumlah ibu hamil tidak hipertensi dengan dengan usia tidak beresiko sebanyak 83,3 %, hasil uji statistik terdapat hubungan yang signifikan antara usia ibu saat hamil dengan kejadian hipertensi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori bahwa semakin bertambahnya usia meningkatkan risiko terkena hipertensi. Usia > 40 tahun berisiko mengalami tekanan darah tinggi karena perubahan alami tubuh yang mengurangi elastisitas pembuluh darah dan menurunkan daya tahan tubuh. pasien rentan terhadap penyakit. penyakit dan risiko hipertensi lebih tinggi bila memasuki usia lanjut atau lanjut usia (Yurianti *et al.* 2020).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Liawati *et al.*,(2018). Faktor risiko hipertensi dibagi menjadi dua kelompok yaitu hipertensi ireversibel dan hipertensi yang dapat dimodifikasi. Faktor risiko hipertensi yang tidak dapat diubah antara lain umur, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, dan riwayat keluarga. Sedangkan faktor risiko hipertensi yang dapat dimodifikasi antara lain aktivitas fisik, obesitas, merokok, konsumsi alkohol, konsumsi kopi, asupan garam tinggi, dan asupan makanan tinggi lemak (Kaimudin *et al.*, 2018).

Menurut asumsi peneliti usia merupakan bagian yang sangat penting dari status fertilitas dikaitkan dengan peningkatan atau penurunan fungsi tubuh yang sangat mempengaruhi keadaan kesehatan manusia. Berada di bawah usia 20 tahun dapat menyebabkan tekanan darah tinggi saat hamil karena ukuran rahim belum mencapai ukuran normal untuk kehamilan, yang dapat dengan mudah menyebabkan gangguan kehamilan, dan berusia di atas 35 tahun dapat menyebabkan tekanan darah

tinggi saat hamil karena selama proses degeneratif yang menyebabkan perubahan struktural maupun fungsional pembuluh darah perifer, menempatkan ibu hamil pada peningkatan risiko hipertensi.

2. Hubungan Faktor Paritas pada Ibu dengan Kejadian Hipertensi

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah ibu hamil yang hipertensi dengan paritas beresiko sebanyak 50% sedangkan jumlah ibu hamil tidak hipertensi sebanyak 83,3 % ,hasil uji statistik terdapat hubungan yang signifikan antara paritas ibu saat hamil dengan kejadian hipertensi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori bahwa salah satu faktor yang dapat meningkatkan risiko HDK adalah paritas. Kelahiran berulang membawa banyak risiko untuk kehamilan berikutnya. Memiliki lebih dari satu kehamilan empat kali lipat atau kelipatan besar dapat menyebabkan berbagai komplikasi kehamilan pada ibu, termasuk tekanan darah tinggi selama kehamilan. Pada setiap kehamilan terjadi peregangan rahim, seiring berjalannya kehamilan, rahim semakin lemah, sehingga dikhawatirkan terjadi komplikasi selama kehamilan, persalinan dan juga setelah melahirkan (Nurfatihah *et al.* 2020).

Paritas merupakan kondisi wanita yang berkaitan dengan jumlah anak yang dilahirkan dan dapat menyebabkan tekanan darah tinggi pada ibu hamil. Karena ibu baru pertama hamil yang mudah cemas dan khawatir saat hamil, yang berujung pada peningkatan tekanan darah. Paritas anak kedua hingga ketiga merupakan paritas yang paling aman dibandingkan dengan memiliki lebih dari tiga anak, yang memiliki angka kematian ibu lebih tinggi (Nurul, 2022).

Hasil penelitian oleh (Makmur & Fitriahadi, 2020), dimana hasil penelitian menyebutkan bahwa dari 19,9% ibu yang menderita tekanan darah tinggi saat hamil, mayoritas berada pada usia beresiko yaitu sebanyak berapa harganya 11,3%. Hasil uji chi-square juga memberikan p=0,000, yang berarti ada hubungan antara usia ibu

dengan prevalensi hipertensi gestasional.

Menurut asumsi peneliti paritas merupakan salah satu faktor terjadinya hipertensi memiliki kelahiran berulang membawa banyak risiko untuk kehamilan berikutnya karena pada setiap kehamilan terjadi peregangan rahim, seiring berjalannya kehamilan, rahim semakin lemah, sehingga dikhawatirkan terjadi komplikasi selama kehamilan, persalinan dan juga setelah melahirkan.

3. Hubungan Faktor Obesitas pada Ibu Hamil dengan Kejadian Hipertensi

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah ibu hamil yang hipertensi dengan beresiko obesitas sebanyak 66,7 % sedangkan ibu hamil tidak hipertensi dengan tidak obesitas sebanyak 71,7%, hasil uji statistik terdapat hubungan yang signifikan antara obesitas ibu saat hamil dengan kejadian hipertensi.

Hasil penelitian Evitasari (2019) sejalan dengan teori bahwa obesitas berhubungan dengan prevalensi hipertensi. Karena kelebihan berat badan meningkatkan detak jantung dan kadar insulin darah. Semakin berat massa tubuh, semakin banyak darah yang dibutuhkan untuk mengantarkan oksigen dan nutrisi ke jaringan dalam tubuh. Ini berarti volume darah yang bersirkulasi di pembuluh darah meningkat, memberi tekanan lebih besar pada dinding arteri. Risiko relatif hipertensi pada orang gemuk 5 kali lebih tinggi dibandingkan orang normal (Evitasari dan Nuraeni 2020).

Obesitas memicu terjadinya preeklampsia melalui sejumlah mekanisme, termasuk preeklampsia yang dilapiskan, serta metabolit dan aktivator mikromolekul lainnya. Setiap kenaikan berat badan 5-7 kg/m², risiko preeklampsia meningkat dua kali lipat. Preeklampsia adalah sindrom sistemik kehamilan asal dari plasenta karena invasi tidak lengkap trofoblas plasenta, diikuti oleh disfungsi endotel maternal yang luas. Semua gambaran klinis preeklampsia disebabkan oleh endotelium glomerulus, peningkatan permeabilitas vaskular, dan respons inflamasi sistemik yang menyebabkan

kerusakan organ dan/atau hipoperfusi. Obesitas cenderung meningkatkan volume plasma, yang pada gilirannya meningkatkan curah jantung, menyebabkan peningkatan tekanan darah (Shay *et al.* 2019)

Menurut asumsi peneliti obesitas merupakan salah satu penyebab tekanan darah tinggi akibat pola hidup yang tidak sehat, tidak mampu mengontrol makan. Indeks masa tubuh yang tinggi merupakan masalah gizi akibat kelebihan kalori, kelebihan gula dan garam, yang dapat menjadi faktor munculnya berbagai penyakit degeneratif seperti diabetes, hipertensi gestasional, penyakit koroner dan masih banyak lagi lainnya.

4. Hubungan Faktor Stress pada Ibu Hamil dengan Kejadian Hipertensi

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah ibu hamil yang hipertensi dengan tidak stres sebanyak 63,3 % sedangkan jumlah ibu hamil yang tidak hipertensi dengan tidak stres sebanyak 90 % hasil uji statistik terdapat hubungan yang signifikan antara stress ibu saat hamil dengan kejadian hipertensi..

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori bahwa stres merupakan salah satu penyebab tekanan darah tinggi pada ibu hamil, dengan risiko terjadinya hipertensi sebesar 3,9% pada kehamilan pertama, 1,7% pada kehamilan kedua dan 18% pada kehamilan ketiga. Efek fisiologis kehamilan seperti mood swing akibat perubahan hormonal, kelelahan, nyeri punggung, kekhawatiran kehamilan dan persalinan sering terjadi pada ibu primigravida dan menimbulkan stres (Ningsih dan Restu 2018).

Secara psikologis juga terdapat beberapa penyebab stres yaitu ibu yang tidak terbiasa dengan keadaannya menyebabkan hormon kortisol meningkat sehingga membuat ibu merasa frustrasi dan sedih. Selain itu ibu juga akan mengalami morning sickness yang akan menimbulkan stres, dan pada umumnya ibu dengan preeklampsia pada trimester 3 akan lebih stres lagi karena ibu mudah merasa lelah,

posisi tidur yang tidak nyaman juga terpengaruh. (Sinambela dan Sari 2018).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Megawat et al. (2018) menunjukkan bahwa ibu hamil yang mengalami stres memiliki risiko lebih tinggi terkena hipertensi dibandingkan ibu hamil yang stres. Dengan nilai $p = 0,031$, disimpulkan adanya hubungan antara stres dan peningkatan tekanan darah selama kehamilan. Nilai OR sebesar 2,906 dengan interval kepercayaan 95% (1,091-7,741), yang berarti probabilitas terjadinya hipertensi selama kehamilan 2,906 kali lebih tinggi dibandingkan subjek yang stress.

Menurut asumsi peneliti stres merupakan salah satu faktor risiko terjadinya hipertensi., karena fisiologis kehamilan seperti mood swing akibat perubahan hormonal, kelelahan, nyeri punggung, kekhawatiran kehamilan dan persalinan sering terjadi pada ibu primigravida dan menimbulkan stress.

5. Hubungan Faktor Gaya Hidup pada Ibu Hamil dengan Kejadian Hipertensi

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah ibu hamil yang hipertensi dengan gaya hidup beresiko sebanyak 66,7 % sedangkan pada ibu hamil yang tidak hipertensi dengan gaya hidup sehat sebanyak 38,3% , hasil uji statistik terdapat hubungan yang signifikan antara gaya hidup ibu saat hamil dengan kejadian hipertensi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Amalia (2019) Dari hasil uji chi square, diperoleh hasil perhitungan p value = 0.000 maka p value = 0,000 $p < 0,05$, yang artinya ada Hubungan Gaya Hidup Dengan Terjadinya Hipertensi Gestasional Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Manggeng Kabupaten Aceh Barat Daya tahun 2019.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Desy (2018) di RSUD Caruban dari hasil analisa data dengan menggunakan uji statistik Uji *rank spearman* $\alpha = 0,05$. Hasil Penelitian menunjukkan gaya hidup ibu hamil yaitu sehat sebanyak 9 responden (36,0%) dan

kejadian preeklampsia pada ibu hamil yaitu tidak preeklampsia sebanyak 11 responden (44,0%) preeklampsia ringan sebanyak 4 responden (16,0) preeklampsia berat sebanyak 10 responden (40,0%). Didapatkan hasil nilai $p = 0,000$ dengan nilai $\alpha = 0,05$, karena nilai $p = 0,000 < 0,05$ hasil H_0 ditolak dan H_1 diterima. Kesimpulan penelitian adalah ada hubungan gaya hidup dengan kejadian preeklampsia pada ibu hamil di RSUD Caruban, jadi ibu hamil diharapkan melakukan gaya hidup sehat untuk mengurangi kejadian preeklampsia.

Dalam gaya hidup modern yang menghambat kesuksesan, kerja keras dalam situasi stres, dan stres akibat berkepanjangan adalah yang paling umum. Sedikit tekanan dan tantangan diperlukan untuk menjaga kewarasan kita dan meningkatkan motivasi pribadi kita. Namun, terlalu banyak stres dapat menyebabkan berbagai penyakit, seperti sakit kepala, sulit tidur, sakit maag, tekanan darah tinggi, penyakit jantung, dan stroke (Vita, 2018).

Selain itu, gaya hidup modern yang sibuk juga membuat orang kurang berolahraga dan berusaha mengatasi stres dengan merokok, minum alkohol atau kopi. Padahal semua ini masuk dalam daftar penyebab yang meningkatkan risiko tekanan darah tinggi (Vita, 2018).

Menurut asumsi peneliti seseorang yang memiliki gaya hidup sehat akan menjalankan kehidupannya dengan memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan seperti makanan, pikiran, kebiasaan olahraga, dan lingkungan yang sehat. Hal ini akan menyebabkan tingkat kesehatan seseorang menjadi baik. Kesehatan yang baik menjadikan kualitas hidup seseorang meningkat. Sebaliknya, perubahan gaya hidup ke arah tidak sehat seperti konsumsi makanan instan, kurang berolahraga, perilaku merokok, pengendalian stres yang buruk, dan lingkungan yang tidak sehat akan memperburuk kondisi kesehatan. Seseorang dengan gaya hidup tidak sehat dapat memicu terjadinya hipertensi pada kehamilan kondisi ini menjadikan kualitas

hidup seseorang menjadi menurun.

6. Hubungan Faktor Aktivitas Fisik pada Ibu Hamil dengan Kejadian Hipertensi

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah ibu hamil yang hipertensi dengan aktivitas fisik beresiko sebanyak 60 % sedangkan ibu hamil tidak hipertensi dengan aktivitas tidak beresiko sebanyak 68,7%, hasil uji statistik terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik ibu saat hamil dengan kejadian hipertensi.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori bahwa tindakan kurang olahraga meningkatkan kemungkinan obesitas, dan peningkatan asupan garam juga memfasilitasi timbulnya hipertensi. Aktivitas fisik atau olahraga adalah aktivitas fisik sehari-hari yang dilakukan seseorang secara rutin untuk menjaga kebugaran selama seminggu dengan durasi minimal 30 menit, minimal 3-4 kali dalam seminggu (Marleni et al. 2020).

Aktivitas fisik selama kehamilan dapat membantu menjaga berat badan yang sehat. Olahraga teratur juga dapat membantu mengurangi risiko tekanan darah tinggi. Berolahraga selama hamil juga dapat memberikan manfaat tambahan, seperti mengurangi gejala umum kehamilan seperti kaki bengkak, nyeri punggung, dan kelelahan. Faktanya, beberapa penelitian menunjukkan bahwa wanita yang berolahraga saat hamil memiliki komplikasi kelahiran yang lebih sedikit dibandingkan wanita yang tidak berolahraga (Rihiantoro dan Widodo 2018).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sinambella *et al.* (2018) di Wilayah Kerja Puskesmas Pancuran Batu Kecamatan Pancur Batu Kabupaten Deli Serdang. Penelitian ini merupakan jenis penelitian observasional analitik dengan studi kasus kontrol pada 36 kelompok kasus dan 36 kelompok kontrol dengan total 72 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa aktivitas fisik berhubungan dengan prevalensi hipertensi pada ibu hamil yang ditunjukkan dengan

nilai P sebesar 0,000 atau $p < 0,005$. Hasil penelitian juga mengungkapkan OR sebesar 11.200 (95% CI = 3.265-38.420).

Menurut asumsi peneliti Aktivitas fisik dapat mempengaruhi kerja otot dan sirkulasi darah. Sehingga jika terjadi pada ibu hamil akan mengalami perubahan seiring bertambahnya usia kehamilan, terutama pada ibu hamil yang memasuki usia kehamilan trimester 3, semakin keras kerja miokardium untuk memompa darah, semakin besar tekanan yang diberikan pada dinding pembuluh darah, sehingga meningkatkan resistensi perifer yang berujung pada hipertensi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Ada hubungan signifikan antara usia, paritas, stress, gaya hidup dan aktivitas fisik ibu hamil dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Sriamur Kecamatan Tambun Utara. Ibu hamil diharapkan menjaga pola makan, gaya hidup sehat, tidak melakukan aktivitas berat dan sebaiknya ibu hamil tidak terbebani oleh masalah yang dapat menyebabkan stress.

KEPUSTAKAAN

- Alatas, H. (2019). *Hipertensi Pada Kehamilan*. Herb-Medicine Journal Vol. 2, No. 2.
- Alhuur, K R G, Pratama A, Yuniarti E. 2020. The Quality and Good Method of Storing Eggs in an Effort to Maintain Optimal Nutrition during the COVID19 Pandemic Period. *Farmers: Journal of Community Services*. 1 (1): 24-28.
- Amalia & Tulus. 2019. *Perawatan Lansia Oleh Keluarga dan Care Giver*. Jakarta : Bumi Medika
- Amanda Desy, M. S. (2018). Hubungan Karakteristik dan Obesitas Sentral dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 6(1), 43–50. <https://doi.org/10.20473/jbe.v6i12018.43-50>
- Anam, K. (2019). *Hubungan Kehamilan Remaja Dengan Lama Kala II Persalinan Wilayah Kerja Puskesmas*.

- Andina Vita Sutanto. 2018 . Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui-Teori dalam Praktik Kebidanan Profesional. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.
- Anggraeny, R. (2020). Faktor Risiko Kejadian Preeklampsia di Kota Parepare. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 3(1), 101-113.
- Annisa, Nurul (2022) *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Hipertensi pada Ibu Hamil di Wilayah Puskesmas Patallasang Kabupaten Takalar Tahun 2022. UIN Alauddin. Makassar*
- Arikah, T., et al., (2020). Faktor Risiko Kejadian Hipertensi pada Ibu Hamil di Puskesmas Kramat Jati Jakarta Timur Tahun 2019. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 1(2), 115-124.
- Basri, H. et al., (2018). Faktor yang berhubungan dengan hipertensi pada ibu hamil di Kota Makassar. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 14(2), 21-30.
- Evitasari, D. & Nuraeni, R., 2020. Faktor - faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi gestasional pada ibu hamil di UPDT Puskesmas DTP Sumberjaya Kabupaten Majalengka. *Prosiding Senantias*, 1(1), p. 1206.
- Husaidah, S., & Nurbaiti, N. (2020). Hubungan Resiko Tinggi Usia Ibu Hamil dengan Kejadian Hipertensi dalam Kehamilan Di Puskesmas Batu Aji. *Zona Kebidanan: Program Studi Kebidanan Universitas Batam*, 10(3), 32-38.
- Imaroh, N. (2018). Risiko Yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Kudungmundu, Kota Semarang Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 6(1), 570-580.
- Kaimmudin, L., Pangemanan, D., Bidjuni, H., Studi, P., Keperawatan, I., Kedokteran, F., & Ratulangi, U. S. (2018). Hubungan Usia Ibu Saat Hamil Dengan Kejadian Hipertensi Di Rsu Gmim Pancaran Kasih Manado. *Jurnal Keperawatan*, 6(1).
- Kementrian Kesehatan RI. (2021) Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020. Jakarta: Kemenkes RI
- Makmur, N. S., & Fitriahadi, E. (2020). Faktor-faktor terjadinya hipertensi dalam kehamilan di Puskesmas X. *JHeS (Journal of Health Studies)*, 4(1), 66–72.
- Makmur, N. S., & Fitriahadi, E. (2020). Faktor- faktor terjadinya hipertensi dalam kehamilan di Puskesmas X. *JHeS (Journal of Health Studies)*, 4(1), 66–72
- Marleni, Lily. "Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Hipertensi Di Puskesmas Kota Palembang." *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)* 15.1 (2020): 66-72.
- Ningsih, Rizqi Restu. (skripsi). (2018). Hubungan Tingkat Stress Dengan Hipertensi Pada Ibu Hamil Di RSUD Muntilan. Yogyakarta.
- Nurfatima, M. S. (2020). Faktor-Faktor Risiko Kejadian Hipertensi Dalam Kehamilan Pada Ibu Hamil Trimester III.
- Nurfatimah, N. et al. (2020) ‘Pengetahuan dan Sikap Tentang Tanda Bahaya Dalam Kehamilan Serta Keaktifan Ibu Dalam Kelas Ibu Hamil’, *Jurnal Sehat Mandiri*, 15(1), pp. 52–61. doi: 10.33761/jsm.v15i1.166.
- Nurfatimah, N., Mohamad, M. S. ., Entoh, C. ., & Ramadhan, K. (2020). Gambaran Faktor Risiko Kejadian Hipertensi dalam Kehamilan pada Ibu Hamil Trimester III: Overview of Risk Factors for Hypertension in Pregnancy among Third-Trimester Pregnant Women. *Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(1), 68–75.
- Rihiantoro T, Widodo M. Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi di Kabupaten Tulang Bawang. *J Ilm Keperawatan Sai Betik*. 2018;13(2):159.
- Sari, T. W., et al. (2018). Hubungan tingkat

- stres dengan hipertensi pada pasien rawat jalan di puskesmas sidomulyo rawat inap kota pekanbaru. *Collaborative Medical Journal (CMJ)*, 1(3), 55-65.
- Sinambela M, Sari NM (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Hipertensi pada Kehamilan di Wilayah Kerja Puskesmas Pancur Batu Kecamatan Pancur Batu Kabupaten Deli Serdang Tahun 2018. *Keperawatan Fisioter*. 2018;1(1):12-19.
- Sinambela, M., & Sari, N. M. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Hipertensi Pada Kehamilan. *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (JKF)*, 1(1), 12–19.
- Vita. (2018). *Hipertensi*. Jakart: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Yurianti Rosy, Umar Yolanda Mareza, D. (2020). Hubungan Umur dan Paritas Ibu dengan Kejadian Hipertensi pada Ibu Hamil di Puskesmas Rajabasa Indah. 1(2), 1–7
- Zakiah E (2020). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Terjadinya Preeklamsia Pada Ibu Di Kabupaten Sukoharjo The Relationship of Physical Activity With Preeclampsia In Mothers At Sukoharjo District. 2020;7(1):44-48