

## HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN RISIKO HIPERTENSI DALAM KEHAMILAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI PUSKESMAS REJO SARI PEKAN BARU TAHUN 2017

NELFI SARLIS

Akademi Kebidanan Sempena Negeri Pekanbaru  
nelfi\_sarlis@yahoo.com

**Abstract:** Hypertension In Pregnancy (HDK) is one of the vascular disorders that occur during pregnancy or at the time of postpartum mother. It is said pregnancy hypertension when blood pressure  $\geq 140/90$  mmHg caused by pregnancy itself, has the potential to cause serious disorders in pregnancy. This study aims to determine the relationship of diet with risk of hypertension in pregnancy in third trimester pregnant women at Rejosari Puskesmas Pekanbaru Year 2017. This research method using this type of research is quantitative with cross sectional design. This research was conducted at Puskesmas Rejosari Pekanbaru in May 2017. Sampling technique using consecutive sampling, population in this study amounted to 2304 people and the sample amounted to 96 people. Data collection using primary data using questionnaire. Data processing done by SPSS include editing, coding, scoring and tabulating. The analysis used is univariate and bivariate. Result of research got majority of responden have good diet as much 58 people (60,4%) and do not risk pregnancy hypertension counted 75 person (78,1%). Based on the result of bivariate analysis, there is correlation between eating pattern and hypertension in Puskesmas Rejosari Pekanbaru Year 2017 with Pvalue that is  $0,009 < 0,05$ . It is hoped that the Rejosari Pekanbaru Puskesmas should inform pregnant women about the good diet during pregnancy whose purpose is to prevent pregnancy hypertension.

**Keywords:** Diet and Hypertension in Pregnancy

**Abstrak:** Hipertensi dalam kehamilan dapat menyebabkan komplikasi pada saat persalinan seperti preeklamsi hingga ibu berisiko mengakibatkan kematian pada ibu. Berdasarkan data yang diperoleh dari dinas kesehatan kota Pekanbaru tahun 2016, didapatkan data jumlah ibu hamil yang mengalami hipertensi nomor satupaling terbanyak terdapat di Puskesmas Rejosari Pekanbaru. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dengan risiko hipertensi dalam kehamilan pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Rejosari Pekanbaru Tahun 2017. Metode penelitian dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini diadakan di Puskesmas Rejosari Pekanbaru. Teknik sampling menggunakan *consecutive sampling*, populasi dalam penelitian ini berjumlah 2304 orang dan sampel berjumlah 96 orang. Pengumpulan data menggunakan data primer dengan menggunakan lembar kuesioner. Pengolahan data dilakukan dengan cara SPSS. Analisa yang digunakan adalah *univariat* dan *bivariat*. Hasil penelitian didapatkan mayoritas responden memiliki pola makan yang baik sebanyak 58 orang (60,4%) dan tidak berisiko mengalami hipertensi kehamilan sebanyak 75 orang (78,1%). Berdasarkan hasil uji *chi square* terdapat hubungan pola makan dengan hipertensi di Puskesmas Rejosari Pekanbaru Tahun 2017 dengan  $P_{value}$  yaitu  $0,009 < 0,05$ . Bagi Puskesmas agar dapat meningkatkan pelayanan kepada ibu hamil dan memberikan informasi kepada ibu hamil tentang pola makan yang baik selama kehamilan yang tujuannya untuk mencegah hipertensi kehamilan.

**Kata Kunci:** Pola Makan dan Hipertensi dalam Kehamilan

### A. Pendahuluan

Hipertensi Dalam Kehamilan (HDK) adalah salah satu gangguan vaskular yang terjadi pada saat kehamilan atau pada saat ibu post partum. Dikatakan hipertensi kehamilan apabila tekanan darah  $\geq 140/90$  mmHg yang disebabkan karena kehamilan itu sendiri, memiliki potensi yang menyebabkan gangguan serius pada kehamilan (Rukiyah, 2011). Angka Kematian Ibu (AKI) adalah indikator dibidang kesehatan obstetri. Sekitar 800 wanita meninggal setiap harinya dengan penyebab yang berkaitan dengan kehamilan dan persalinan. Hampir seluruh kematian maternal terjadi di negara berkembang dengan tingkat mortalitas yang lebih tinggi didaerah pedesaan, komunitas miskin dan berpendidikan rendah (WHO, 2012).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Riset Kesehatan Dasar (Riskedas, 2007), di 33 provinsi di Indonesia, yang dilakukan dalam dua tahap yaitu tahap pertama dimulai pada awal Agustus 2007 sampai Januari 2008 di 28 provinsi dan dilanjutkan tahap kedua dari Agustus sampai September 2008 di lima provinsi (NTT, Maluku, Maluku Utara, Papua, dan Papua Barat). Dari 217 kasus kematian perinatal 96,8% dari bayi baru lahir terganggu kesehatannya ketika hamil. Penyakit yang banyak dialami ibu hamil pada bayi yang lahir mati secara berturut-turut adalah hipertensi dalam kehamilan (24%), komplikasi ketika bersalin (partus macet) sebesar (17.5%), sedangkan gangguan kesehatan ibu hamil dari bayi meninggal berumur 0-6 hari adalah ketuban pecah dini (23%) dan hipertensi dalam kehamilan (22%).

Menurut Profil Dinas Kesehatan Provinsi Riau (2012), AKI Provinsi Riau pada tahun 2012 sebesar 112.7 per 1000 kelahiran hidup. Penyebab kematian ibu di Provinsi Riau Tahun 2012 adalah pendarahan sebanyak 39%, diikuti dengan hipertensi dalam kehamilan sebesar 20% dan penyakit lain seperti penyakit jantung, diabetes dan lain-lain.

Hipertensi dalam kehamilan merupakan 5-15% penyulit kehamilan dan merupakan salah satu dari tiga penyebab tertinggi mortalitas dan morbiditas ibu bersalin (Prawirohardjo, 2011). Hipertensi pada kehamilan dapat menyebabkan morbiditas atau kesakitan pada ibu termasuk kejang/eklampsia, pendarahan otak, *edema* paru (cairan di dalam paru), gagal ginjal akut, dan pengentalan darah didalam pembuluh darah. Serta morbiditas pada janin mengakibatkan pertumbuhan janin terhambat, kematian janin di dalam rahim, solusio plasenta, dan kelahiran prematur (Prawirohardjo, 2009).

Hipertensi merupakan salah satu masalah medis yang kerap kali muncul selama kehamilan (Laurensius Arliman S, 2017) dan dapat menimbulkan komplikasi pada 2-3 % kehamilan. Hipertensi dalam kehamilan sering terjadi pada kehamilan trimester ke III. Hipertensi pada kehamilan dapat menyebabkan morbiditas/kesakitan pada ibu (termasuk kejang eklampsia, perdarahan otak, edema paru (cairan di dalam paru), gagal ginjal akut, dan penggumpalan/pengentalan darah di dalam pembuluh darah) serta morbiditas pada janin (termasuk pertumbuhan janin terhambat di dalam rahim, kematian janin di dalam rahim, solusio plasenta/plasenta terlepas dari tempat (Laura, 2015).

Salah satu faktor yang berhubungan dengan hipertensi kehamilan adalah pola makan. Pola makan yang kurang baik misalnya seperti terlalu banyak mengkonsumsi garam dapat memicu terjadinya hipertensi dalam kehamilan (Aulia, 2008). Berdasarkan hasil penelitian Paramitasari (2005) dalam Rozikhan, (2007) tentang hubungan antara gaya hidup selama masa kehamilan dan kejadian preeklampsia diketahui bahwa pola makan sebagai salah satu bentuk dari gaya hidup yang memiliki hubungan signifikan dengan kejadian pre-eklampsia pada ibu hamil. Untuk itu, perlu disarankan pada ibu hamil agar memastikan pola makannya memenuhi kebutuhan gizi yang dianjurkan. Faktor predisposisi lain yang berhubungan dengan kejadian pre-eklampsia diantaranya adalah primigravida, obesitas, dan kenaikan berat badan yang berlebihan.

Berdasarkan data yang diperoleh dari dinas kesehatan kota Pekanbaru tahun 2016, didapatkan data jumlah ibu hamil yang mengalami hipertensi nomor satu paling terbanyak terdapat di Puskesmas Rejosari Pekanbaru dengan jumlah sasaran ibu hamil sebanyak 2.304 orang dan 133 orang diantaranya mengalami hipertensi.

## B. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian *analitik kolerasi* dengan pendekatan *cross sectional*. Adapun populasi pada penelitian ini yaitu seluruh ibu trimester III yang datang memeriksakan kehamilannya di Puskesmas Rejosari sebanyak 2.304 pada tahun 2017. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Rejosari Pekanbaru. Teknik pengambilan sampel dengan cara *consecutive sampling*. Instrumen penelitian berupa lembar checklist dan tensimeter. Analisis data dilakukan secara univariat untuk mempersentasikan gambaran distribusi dari semua variabel dan analisis bivariat untuk melihat hubungan antar variabel.

## C. Hasil Dan Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan pola makan dengan risiko hipertensi dalam kehamilan pada ibu hamil trimester III Di Puskesmas Rejosari Pekanbaru tahun 2017. Penelitian ini dilakukan pada bulan November 2016 – Februari 2017

### Analisis Univariat

1. Distribusi Frekuensi Pola Makan. Berdasarkan distribusi frekuensi pola makan responden dapat dilihat sebagai berikut:

**Tabel 1**  
**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pola Makan**  
**Di Puskesmas Rejosari Pekanbaru Tahun 2017**

No	Pola makan	Frekuensi	Persentase
1.	Kurang	38	39,6
2.	Baik	58	60,4
<b>Total</b>		<b>96</b>	<b>100</b>

*Sumber : Data primer tahun 2017*

Dari tabel1 dapat digambarkan bahwa mayoritas responden memiliki pola makan yang baik sebanyak 58 orang (60,4%).

2. Distribusi frekuensi hipertensi. Berdasarkan distribusi frekuensi hipertensi pada responden dapat di lihat sebagai berikut:

**Tabel 2**  
**Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Hipertensi Dalam Kehamilan**  
**Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas**  
**Rejosari Pekanbaru**

No	Hipertensi	Frekuensi	Persentase
1.	Ya	21	21,9
2.	Tidak	75	78,1
<b>Total</b>		<b>96</b>	<b>100</b>

*Sumber : Data primer tahun 2017*

Dari tabel2 dapat digambarkan bahwa mayoritas responden tidak berisiko mengalami hipertensi kehamilan sebanyak 75 orang (78,1%), dan minoritas berisiko sebanyak 21 orang (21,9%)

### Analisa Data Bivariat

Hubungan pola makan dengan hipertensi dalam kehamilan

**Tabel 3**

#### **Korelasi Hubungan Pola Makan dengan Hipertensi dalam Kehamilan Di Puskesmas Rejosari Pekanbaru**

**Tahun 2017**

Pola makan	Hipertensi				Total	%	p valuee	A
	Ya	%	Tidak	%				
Kurang	14	36,8	24	63,3	38	100	0,009	0,05
Baik	7	12,1	51	87,9	58	100		
<b>Total</b>	<b>21</b>	<b>57,0</b>	<b>75</b>	<b>78,1</b>	<b>96</b>	<b>100</b>		

Sumber : Data Primer tahun 2017

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa hasil uji statistik diperoleh  $P_{value}$  yaitu  $0,009 < 0,05$  artinya bahwa terdapat hubungan pola makan dengan risiko hipertensi dalam kehamilan pada ibu hamil trimester III Di Puskesmas Rejosari Pekanbaru tahun 2017. Hipertensi Dalam Kehamilan (HDK) adalah salah satu gangguan vaskular yang terjadi pada saat kehamilan atau pada saat ibu post partum. Dikatakan hipertensi kehamilan apabila tekanan darah  $\geq 140/90$  mmHg yang disebabkan karena kehamilan itu sendiri, memiliki potensi yang menyebabkan gangguan serius pada kehamilan (Rukiyah, 2011).

Hipertensi dalam kehamilan merupakan 5-15% penyulit kehamilan dan merupakan salah satu dari tiga penyebab tertinggi mortalitas dan morbiditas ibu bersalin (Prawirohardjo, 2011). Hipertensi pada kehamilan dapat menyebabkan morbiditas atau kesakitan pada ibu termasuk kejang/eklampsia, pendarahan otak, edema paru (cairan di dalam paru), gagal ginjal akut, dan pengentalan darah didalam pembuluh darah. Serta morbiditas pada janin mengakibatkan pertumbuhan janin terhambat, kematian janin di dalam rahim, solusio plasenta, dan kelahiran prematur (Prawirohardjo, 2009).

Menurut Zweifel dalam Manuaba (2007) mengungkapkan bahwa cukup banyak teori tentang bagaimana hipertensi pada kehamilan dapat terjadi sehingga disebut sebagai “*disease of theory*”. Beberapa landasan teori yang dikemukakan yaitu teori genetik, teori immunologis, teori iskemia region uteroplaster, teori kerusakan endotel pembuluh darah, teori radikal bebas, teori trombosit dan teori diet. Kebiasaan makan ibu hamil sangat mempengaruhi kondisi fisik ibu maupun janinnya. Gizi yang baik membantu ibu mengurangi terjadinya kesulitan dalam kehamilan dan kelelahan yang biasanya akan menyebabkan ketegangan dan bertambahnya rasa sakit pada proses persalinan. Salah satu faktor yang berhubungan dengan hipertensi kehamilan adalah pola makan. Pola makan yang kurang baik misalnya seperti terlalu banyak mengkonsumsi garam dapat memicu terjadinya hipertensi dalam kehamilan (Aulia, 2008).

Menurut asumsi peneliti, adanya hubungan antara pola makan dengan hipertensi kehamilan didasari oleh sebagian responden memiliki pola makan yang kurang baik, sehingga hal ini mempengaruhi tekanan darah mereka, kondisi ini didukung dari kenyataan dilapangan bahwa sebagian responden sering mengkonsumsi makanan yang asin. Selain itu sebagian responden didapatkan pola makan baik namun mereka masih mengalami hipertensi, hal di pengaruhi oleh faktor lain yaitu faktor keturunan dan riwayat kehamilan sebelumnya.

#### D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian di Puskesmas Rejosari Pekanbaru tahun 2017, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan pola makan dengan hipertensi di Puskesmas Rejosari Pekanbaru Tahun 2017 dengan  $P_{value}$  yaitu  $0,009 < 0,05$ . Artinya  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak.

#### E. Ucapan Terimakasih

Alhamdulillahirobbil'alamin, penulis dapat menyelesaikan penyusunan jurnal yang berjudul hubungan pola makan dengan risiko hipertensi dalam kehamilan pada ibu hamil trimester III di puskesmas rejosari Pekanbaru tahun 2017. Penulis menyadari bahwa jurnal ini tidak akan selesai tanpa bantuan berbagai pihak. Maka dari itu penulis mengucapkan terima kasih kepada Direktur Akademi Kebidanan Sempena Negeri Pekanbaru, LPPM dan Pimpinan Puskesmas Sidomulyo Pekanbaru yang sudah memfasilitasi penelitian ini sehingga penulis dapat menyelesaikan jurnal ini.

#### Daftar Pustaka

- Laura, *Kehamilan dan Persalinan*. Jakarta, ECG, 2015.
- Laurensius Arliman S, *Pertanggung Jawaban Dokter Dalam Hukum Kesehatan (Tinjauan Terhadap Dokter Coass Dan Residen)*, Jurnal Advokasi, Volume 8, Nomor 1, 2017.
- Liana, *Kesehatan Wanita*. Jakarta, ECG, 2010.
- Manuaba, *Obstetri*. Jakarta, ECG, 2007.
- Mochtar, *Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta, ECG, 2010.
- Notoatmodjo, *Ilmu Kesehatan Perilaku Masyarakat*. Jakarta, ECG, 2007.
- Notoatmodjo, *Metodelogi Penelitian*. Jakarta, ECG, 2010.
- Profil Dinas Kesehatan Provinsi Riau, *AKI Provinsi Riau*, 2012.
- Prawirohardjo, *Ilmu Kandungan*. Jakarta, ECG, 2009.
- Riskedas, Hipertensi dalam Kehamilan. Diperoleh dari <http://www.respatory.ac.id>, pada 12 Desember 2016.
- Saputra, Hipertensi dalam Kehamilan. Diperoleh dari <http://www.respatory.ac.id>, pada 12 Desember 2016.
- Saifudin, *Ginekologi Obstetri Kebidanan*. Jakarta, ECG, 2010.
- WHO, Hipertensi dalam kehamilan. Diperoleh dari <http://www.respatory.ac.id>, pada 12 Desember 2016.