

## Pravalensi dan Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular di Desa Tanjung Selamat

Farhatu Zahra Adhani<sup>1</sup>, Fitri Annisa Nuryadi<sup>2</sup>, Mhd Dirga Riandi Ritonga<sup>3</sup>, Mia Afrianti Harahap<sup>4</sup>, Zata Ismah<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup>UIN Sumatera Utara

farhatuzahraadhani@gmail.com<sup>1</sup>, mf196633@gmail.com<sup>2</sup>,  
mhddirgariandiritonga@gmail.com<sup>3</sup>, miaafrianti241@gmail.com<sup>4</sup>,  
zataismah@uinsu.ac.id<sup>5</sup>

### ABSTRACT

*Non-communicable diseases (NCDs) are chronic diseases that are not transmitted through direct contact. The occurrence of an epidemiological transition in response to changes in several factors in Indonesia today and causing changes in the pattern of disease distribution from infectious diseases to non-communicable diseases (PTM). Hypertension is a type of chronic disease whose symptoms are an increase in blood pressure in the arterial walls. Diabetes mellitus is a type of disease that is not contagious and is included in the type of metabolic disorder, this disease is characterized by chronic hyperglycemia caused by abnormalities in insulin secretion, insulin action and or both. The research method used in this study is the observation method through questionnaires distributed to the Tanjung Selamat village community, totaling 210 people with an age range of 19-84 years. In this study, PBL students of UIN Sumut (UINSU) Medan observed the people of Tanjung Selamat, and identified the level and factors that influence the risk of diabetes and PTM hypertension in Tanjung Selamat village. Based on the results of the study, respondents who were diagnosed with hypertension were 57.1% while those who did not were 42.9%, then respondents who experienced hypertension mostly had an age range above 30 years with male sex, had a smoking habit, lacked physical activity, and eat salty foods. From observation, based on history of diabetes mellitus, the most respondents who did not have a history of DM with a percentage of 55.7% and respondents who had a history of DM with a percentage of 44.3%. From the data, it was found that when respondents were still implementing eating patterns that triggered the risk of diabetes, namely consuming sweet foods and consuming sweet drinks, as well as other behavioral factors such as smoking and lack of physical activity.*

**Keywords :** *prevalence, risk factors, diabetes mellitus, hypertension, ptm.*

### ABSTRAK

Penyakit tidak menular (PTM) adalah penyakit kronis yang penularannya tidak melalui kontak langsung. Terjadinya transisi epidemiologi sebagai respon terhadap perubahan beberapa faktor di Indonesia saat ini dan menyebabkan terjadinya perubahan pola persebaran penyakit dari jenis penyakit menular ke jenis penyakit tidak menular (PTM). Hipertensi, merupakan jenis penyakit kronis yang gejalanya yaitu adanya peningkatan tekanan darah pada dinding arteri. Penyakit Diabetes mellitus merupakan jenis penyakit yang tidak menular dan masuk kedalam jenis gangguan metabolisme, penyakit ini ditandai dengan adanya hiperglikemia kronis yang diakibatkan oleh kelainan sekresi insulin, kerja insulin dan atau keduanya. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah metode observasi melalui angket yang disebarakan kepada masyarakat desa Tanjung Selamat yang berjumlah 210 orang dengan rentang usia 19-84 tahun. Dalam penelitian ini, mahasiswa PBL UIN Sumut (UINSU) Medan mengamati masyarakat Tanjung Selamat, dan mengidentifikasi tingkat dan faktor-faktor yang mempengaruhi risiko diabetes dan hipertensi PTM di desa Tanjung Selamat. Berdasarkan hasil penelitian bahwa responden yang didiagnosis hipertensi yaitu sebesar 57,1% sedangkan yang tidak sebesar 42,9%, kemudian responden yang

mengalami hipertensi sebagian besarnya memiliki rentang usia diatas 30 tahun dengan jenis kelamin laki - laki, memiliki kebiasaan merokok, kurang beraktifitas fisik, dan mengonsumsi makanan asin. Dari observasi, berdasarkan Riwayat penyakit diabetes melitus paling banyak yaitu responden yang tidak memiliki Riwayat penyakit DM dengan persentase 55,7% dan responden yang memiliki Riwayat penyakit DM yaitu dengan persentase 44,3%. Dari data diperoleh bahwa waktu responden masih menerapkan pola makan yang memicu risiko terjadinya diabetes, yaitu mengonsumsi makanan manis dan mengonsumsi minuman manis, serta faktor perilaku yang lainnya seperti merokok dan kurangnya aktifitas fisik.

**Kata kunci : prevalensi, faktor risiko, diabetes melitus, hipertensi, ptm.**

## **PENDAHULUAN**

Penyakit tidak menular (PTM) adalah penyakit kronis yang penularannya tidak melalui kontak langsung. Terjadinya transisi epidemiologi sebagai respon terhadap perubahan beberapa faktor di Indonesia saat ini dan menyebabkan terjadinya perubahan pola persebaran penyakit dari jenis penyakit menular ke jenis penyakit tidak menular (PTM). Kematian akibat penyakit tidak menular diproyeksikan akan terus meningkat di seluruh dunia, dengan peningkatan terbesar terjadi di Negara-negara berpenghasilan menengah dan rendah. Kejadian penyakit tidak menlar berhubungan dengan perubahan gaya hidup akibat modernisasi, urbanisasi, gobalisasi dan pertumbuhan penduduk. (Lestari, 2020).

Umur, riwayat keluarga, kebiasaan merokok, kebiasaan berolahraga ,dan juga Indeks Massa Tubuh memiliki hubungan signifikan dengan hipertensi. Faktor resiko hipertensi adalah umur dan riwayat genetik (Sartik, 2017). Tetapi, di desa Tanjung Selamat didapatkan bahwa perilaku merokok merupakan faktor yang paling banyak di Desa Tanjung Selamat.

Saat ini, model penyakit telah berubah dari penyakit menular menjadi penyakit tidak menular. Perubahan epidemiologi ini disebabkan oleh perubahan sosial ekonomi, lingkungan dan demografi, dimana masyarakat sering melakukan gaya hidup yang tidak sehat seperti merokok, kurang olahraga, makanan yang kurang bergizi, kandungan lemak dan kalori yang tinggi serta konsumsi alkohol. koefisien PTM (Ekowati Rahajeng, 2009). Berdasarkan Survei Kesehatan Dasar (Risikesdas) tahun 2007 dan 2013, prevalensi PTM mengalami peningkatan. Fenomena ini harus terus berlanjut di masa depan. Menurut Risikesdas 2013, secara nasional prevalensi hipertensi yang diukur dengan tekanan darah adalah 25,8%. Data Survei Indeks Kesehatan (Sirkesnas) 2016 menunjukkan prevalensi hipertensi meningkat menjadi 30,9 persen. Banyak penderita hipertensi yang tidak menyadarinya (Yulia Primiyani, 2019).

Hipertensi adalah jenis penyakit yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah di dinding arteri, yang membuat jantung bekerja lebih keras untuk mengedarkan darah. Hal Ini kemudian menghambat aliran darah, merusak pembuluh darah, munculnya penyakit degenerative dan bahkan kematian. Secara umum, tekanan darah berubah seiring dengan aktivitas dan juga emosi seseorang. Hambatan atau interupsi dalam proses peredaran darah dapat menciptakan tekanan (N.I.S, 2022).

Diabetes melitus (DM) merupakan salah satu jenis penyakit tidak menular dan termasuk dalam jenis gangguan metabolisme. Penyakit ini ditandai dengan hiperglikemia kronis akibat kelainan sekresi insulin, kerja insulin, dan/atau keduanya. Secara umum, penyakit ini dibagi jadi dua jenis yaitu diabetes tipe 1 (DMT1) yang merupakan kondisi yang sering disebut sebagai insulin-dependent DM dan diabetes tipe 2 (DMT2) yang merupakan kebalikan DMT1. Sekitar 80% dari semua kasus Diabetes Melitus merupakan DMT2, gejalanya ditandai dengan adanya hiperglikemia, resistensi insulin, dan defisiensi insulin relatif. Diabetes melitus jenis ini lebih banyak terjadi di orang usia dewasa, tetapi terdapat peningkatan kasus pada anak-anak dengan usia rata-rata 12 sampai 16 tahun, dengan insiden lebih tinggi pada wanita dibandingkan pria (H.W, 2015).

Desa Tanjung Selamat adalah desa yang terletak di Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang, seluas 1.633 hektar. Dalam penelitian ini, mahasiswa PBL UIN Sumut (UINSU) Medan mengamati masyarakat Tanjung Selamat, dan mengidentifikasi tingkat dan faktor-faktor yang mempengaruhi risiko hipertensi dan diabetes melitus PTM di desa Tanjung Selamat.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode wawancara dan observasi dengan penyebaran kuesioner kepada warga Desa Tanjung Selamat, respondennya adalah warga Desa Tanjung Selamat berjumlah 210 orang, berusia antara 19 sampai 8 tahun. Responden berusia di atas 19 tahun diklasifikasikan berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah, Tekanan darah sistolik > 130 mmHg atau tekanan darah diastolik > 90 mmHg. Penderita diabetes adalah orang yang kadar gula darahnya lebih dari 126 mg/dL.

Analisis data menggunakan aplikasi SPSS 2020 untuk melihat persentase data yang didapat dari kuisisioner.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **HIPERTENSI**

#### **1. Tekanan darah**

<b>Pemeriksaan Tekanan Darah</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Tidak</b>	32	15,2
<b>Ya</b>	178	84,8
<b>Total</b>	210	100

Data diatas menunjukkan responden yang memeriksakan tekanan darah sebesar 84,8% sedangkan responden yang tidak memeriksakan tekanan darah sebesar 15,2%.

#### **2. Hasil pengukuran menunjukkan tekanan darah**

<b>Mengalami Tekanan Darah</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
--------------------------------	----------	----------

<b>Tidak</b>	86	41
<b>Ya</b>	124	59
<b>Total</b>	210	100

Data tersebut menunjukkan hasil pengukuran yang mengalami tekanan darah pada responden menjawab ya sebesar 59% sedangkan responden menjawab tidak sebesar 41%.

### **3. Diagnosis hipertensi**

<b>Hipertensi</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Tidak</b>	90	42,9
<b>Ya</b>	120	57,1
<b>Total</b>	210	100

Berdasarkan dari data diatas bahwa responden yang didiagnosis hipertensi yaitu sebesar 57,1% sedangkan yang tidak sebesar 42,9%.

### **4. Meminum obat anti hipertensi**

<b>Minum Obat Hipertensi</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Tidak Hipertensi</b>	108	51,4
<b>Tidak</b>	37	17,6
<b>Ya</b>	65	31
<b>Total</b>	210	100

Berdasarkan dari data diatas bahwa responden yang meminum obat anti hipertensi sebesar 31% sedangkan responden tidak meminum obat pencegah atau anti hipertensi sebesar 17,6%.

### **5. Alasan tidak meminum obat hipertensi**

<b>Alasan tidak minum obat</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Tidak Hipertensi</b>	108	51,5
<b>Merasa sudah sehat</b>	55	26,2
<b>Tidak rutin berobat ke fasyankes</b>	12	5,6
<b>Tidak tahan efek samping</b>	1	0,5

<b>Obat tidak tersedia</b>	17	8,1
<b>Sering lupa</b>	17	8,1
<b>Total</b>	210	100

Berdasarkan dari data diatas bahwa alasan terbanyak responden yang terkena hipertensi tidak rutin meminum obat hipertensi adalah merasa sudah sehat dengan persentase sebesar 26,2%

### **FAKTOR RESIKO HIPERTENSI**

Berdasarkan hasil riset terdapat dua jenis faktor risiko yang menyebabkan hipertensi yaitu faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi yaitu faktor usia dan jenis kelamin. Kemudian ada faktor risiko yang dapat dimodifikasi seperti merokok, kurang aktifitas fisik, konsumsi garam berlebih dan stress (Lewis, et. al, 2010). Dari hasil yang didapat di lapangan, faktor risiko hipertensi di desa Tanjung Selamat paling banyak faktor risiko yang dapat dimodifikasi

#### **1. Perilaku Merokok**

Rokok merupakan salah satu faktor eksternal yang dapat menyebabkan tekanan darah tinggi, rokok mengandung nikotin yang dapat menaikkan tekanan darah, nikotin diserap oleh pembuluh darah kecil di paru-paru dan beredar melalui pembuluh darah ke otak, kemudian otak bereaksi terhadap nikotin, untuk memberi sinyal pada kelenjar adrenal untuk melepaskan epinefrin. (Adrenalin). Hal ini sesuai dengan data lapangan kami dimana 78,1% responden memiliki hipertensi dan kebiasaan merokok.

#### **2. Kurang aktivitas fisik**

Meningkatkan aktivitas fisik dapat membantu menurunkan tekanan darah dan hipertensi ringan. Dengan melakukan aerobic secara teratur, maka dapat menurunkan tekanan darah. (Kemenkes Direktorat PPTM Subdit Pengendalian Penyakit Jantung Dan Pembuluh Darah, 2013). Berdasarkan informasi lapangan yang diperoleh peneliti, sebagian besar penderita hipertensi tidak melakukan olahraga yaitu 51,9%.

#### **3. Konsumsi garam berlebihan**

Mengonsumsi terlalu banyak garam dapat meningkatkan risiko hipertensi dan penyakit jantung karena kadar natrium yang tinggi dalam darah dapat mempengaruhi pembuluh darah. Hal ini sejalan dengan hasil data di lapangan yang kami dapatkan, dimana responden yang mengonsumsi makanan asin dalam 1-2 kali/minggu sebanyak 34,9% dan untuk 1 kali/hari sebanyak 25,8%.

#### **4. Stress**

Stres dapat memicu hipertensi dengan mengaktifkan sistem saraf simpatis, yang menyebabkan peningkatan tekanan darah secara periodik (abnormal) (Andria, 2013).

Berdasarkan informasi yang kami terima, rata-rata responden tidak mengalami stres, dan yang mengalami stres sekitar 9,6%.

## **DIABETES MELITUS**

### **1. Pemeriksaan gula darah**

<b>Pemeriksaan gula darah</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Tidak</b>	68	32,4
<b>Ya</b>	142	67,6
<b>Total</b>	210	100

Berdasarkan data di atas diperoleh bahwa responden yang memeriksakan gula darah sebanyak 142 orang dengan persentase sebesar 67,6%

### **2. Riwayat Diabetes Melitus**

<b>Diagnosis DM</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Tidak</b>	187	89
<b>Ya</b>	27	11
<b>Total</b>	210	100

Dari hasil data tersebut, berdasarkan Riwayat penyakit diabetes mellitus paling banyak yaitu reponden yang tidak memiliki Riwayat penyakit DM dengan persentase 89% dan responden yang memiliki Riwayat penyakit DM yaitu dengan persentase 11%

### **3. Jenis pengobatan DM**

<b>Pengobatan yang diperoleh</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Tidak DM</b>	118	56,2
<b>Tidak berobat</b>	2	1,0
<b>Herbal</b>	1	,5
<b>A dan B</b>	5	2,4
<b>Obat Anti DM</b>	51	24,3
<b>Injeksi insulin</b>	33	15,7
<b>Total</b>	210	100

Berdasarkan data di atas diperoleh bahwa obat yang diminum penderita DM yang terbanyak adalah obat anti DM dengan persentase sebesar 24,3%.

## **FAKTOR RISIKO DIABETES MELITUS**

Berdasarkan studi tahun 2021 oleh (Made K. Murtiningsih, Karel Pandelak dan Bisuk P. Sedli) Konsumsi makanan tidak sehat dan bergizi seperti makanan cepat saji, junk food, makanan tinggi karbohidrat dan minuman manis serta gaya hidup dengan sedikit olahraga dan lebih sedikit jam duduk dikaitkan . berisiko tinggi terkena diabetes (tipe 2) (Made K. Murtiningsih, 2021).

### **1. Mengonsumsi makanan dan minuman manis**

Dari hasil data yang kami dapat di lapangan, ada faktor penyebab Diabetes mellitus yang pertama yaitu mengonsumsi makanan manis rata-rata responden menjawab 3-6 kali dalam seminggu dengan persentase 43,4% . sedangkan responden yang mengonsumsi minuman manis dengan persentase 30,9% sehingga dapat terpicunya penyakit diabetes mellitus.

### **2. Kurangnya aktifitas fisik**

Pada diabetes tipe 2, aktivitas fisik secara signifikan berkontribusi pada penyerapan gula darah ke dalam otot. Ketika otot berkontraksi, maka meningkatnya permeabilitas membran terhadap glukosa. Jadi, ketika otot berkontraksi, mereka bertindak seperti insulin. Oleh karena itu, resistensi insulin menurun selama aktivitas fisik. Berdasarkan informasi dari lapangan, faktor kedua penyebab diabetes adalah kurangnya aktivitas fisik yang tidak pernah sebanding dengan 52, %.

### **3. Perilaku Merokok**

Menurut (Seifu, 2015) merokok diidentifikasi sebagai faktor risiko dari resistensi insulin, precursor prevalensi DM tipe 2. Selain itu, merokok dapat mengganggu metabolisme glukosa yang dapat memicu perkembangan DM tipe 2. Dari hasil data yang kami dapat di lapangan, ada faktor penyebab Diabetes melitus yang ketiga yaitu perilaku merokok, untuk perilaku merokok rata-rata responden yang berjenis kelamin laki-laki mempunyai kebiasaan merokok dengan data persentase 78,1%.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil dari data penelitian kami, bahwa responden yang didiagnosis hipertensi yaitu sebesar 57,1% sedangkan yang tidak sebesar 42,9%. Dari total 210 orang yang di observasi responden yang mengalami hipertensi memiliki kebiasaan merokok sebesar 78,1 %, responden yang mengalami hipertensi sebagian besar adalah orang yang tidak berolahraga sebesar 51,9%, responden yang mengonsumsi makanan asin dalam 1-2 kali/minggu sebanyak 34,9% dan untuk 1 kali/hari sebanyak 25,8%.

Dari observasi, berdasarkan Riwayat penyakit diabetes mellitus paling banyak yaitu responden yang tidak memiliki Riwayat penyakit DM dengan persentase 89% dan responden yang memiliki Riwayat penyakit DM yaitu dengan persentase 11%. Dari data diperoleh bahwa waktu responden masih menerapkan pola makan yang memicu risiko

terjadinya diabetes, yaitu mengonsumsi makanan dan minuman manis, serta kurangnya aktifitas fisik dan merokok.

#### **SARAN**

Saran kepada masyarakat yang memiliki riwayat penyakit tidak menular (PTM) terutama penderita hipertensi dan diabetes melitus untuk menerapkan gaya hidup sehat dan mengatur pola makan.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

Ekowati Rahajeng, S. T. (2009). Prevalensi Hipertensi dan Determinannya di Indonesia. *Artikel Penelitian*, 1-8.

H.W, B. (2015). Classification, Pathophysiology, Diagnosis and Management of Diabetes Mellitus. *Journal of Diabetes and Metabolism*, 1-9.

<https://www.kemendes.go.id>

Lestari, Y. S. (2020). Pengetahuan Penyakit Tidak Menular dan Faktor Risiko Perilaku pada Remaja. *Jurnal Pro Health*, 1-6.

Lewis. (2010). Blood Pressure Response to Cold Pressor Test in The Children of Hypersensitives. *Online J Health Allied Statistic*.

Made K. Murtiningsih, K. P. (2021). Gaya Hidup Sebagai Faktor Risiko Diabetes Melitus Tipe 2. *E-Clinic*, 1-9.

N.I.S, Y. (2022). *Berdamai Dengan Hipertensi*. Jakarta: Sinar Grafika Offset.

Sartik, R. S. (2017). Faktor-Faktor Risiko dan Angka Kejadian Hipertensi Pada Penduduk Palembang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 180-191.

Yulia Primiyani, M. H. (2019). Analisis Pelaksanaan Program Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular di Kota Solok. *Jurnal FK Unand*, 399-406.