

Hubungan Rasio Lingkar Pinggang Panggul dengan Penderita Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Wire Kabupaten Tuban

Ida Nur Ariyanti¹, Lilia Faridatul Fauziah²

^{1,2*}Program Studi Sarjana Gizi, Fakultas Kesehatan, Institut Ilmu Kesehatan Nahdlatul Ulama Tuban, Tuban, Indonesia

Email: ¹idaariyanti321@gmail.com, ²3003lili@email.com

Abstract

High blood pressure or hypertension is a public health problem in Indonesia. High blood pressure or hypertension is a condition in which blood pressure in the arteries increases consistently above normal limits. This study aims to analyze the relationship between the waist-hip circumference ratio and the incidence of hypertension in the elderly in the Wire Health Center work area of Tuban Regency. This study uses an observational analytical research design with a "Cross-sectional" data collection method. The sample of this study was 163 people who met the inclusion criteria, namely the elderly aged 60 years and over who were willing to be respondents, determined by the Simple Random Sampling technique. With the independent variable Waist-hip circumference ratio. The dependent variable is hypertension. The analysis of this study used the Spearman Rank correlation statistical test. The results of the study, most of the waist-hip circumference ratios were classified as at risk. The results of the analysis between Waist-hip circumference ratio and the incidence of hypertension showed a p value of 0.001, there was a significant relationship. From the description above, it can be concluded that the greater the waist-hip circumference ratio, the higher the risk of hypertension in the elderly in the Wire Health Center work area of Tuban Regency.

Keywords: Waist-Hip Circumference Ratio, Hypertension.

Abstrak

Tekanan darah tinggi atau hipertensi merupakan masalah kesehatan masyarakat di Indonesia. Tekanan darah tinggi atau hipertensi adalah kondisi dimana tekanan darah dalam arteri meningkat secara konsisten di atas batas normal. penelitian ini untuk menganalisis hubungan rasio lingkar pinggang panggul dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Wire Kabupaten Tuban. Penelitian ini menggunakan desain penelitian analitik observasional dengan metode pengumpulan data "Cross-sectional". Sampel penelitian ini berjumlah 163 orang yang memenuhi kriteria inklusi yaitu lansia yang ber usia 60 tahun ke atas yang bersedia menjadi responden, ditentukan dengan teknik *Simple Random Sampling*. Dengan variabel independen Rasio lingkar pinggang panggul. Variabel dependen hipertensi. Analisis penelitian ini menggunakan uji statistik korelasi *Rank Spearman*. Hasil penelitian sebagian besar rasio lingkar pinggang panggul tergolong berisiko. Hasil analisis antara Rasio lingkar pinggang panggul dengan kejadian hipertensi menunjukkan nilai p value sebesar 0,001 terdapat hubungan yang signifikan. Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa semakin besar angka rasio lingkar pinggang panggul, semakin tinggi risiko kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Wire Kabupaten Tuban.

Kata Kunci: Rasio Lingkar Pinggang Panggul, Hipertensi.

1. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang signifikan di Indonesia, terutama pada kelompok lanjut usia (lansia). Berdasarkan data Risesdas 2018, prevalensi hipertensi pada lansia mencapai 63,2%, menjadikannya salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas di populasi ini. Hipertensi yang tidak terkontrol meningkatkan risiko komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal, dan gangguan kognitif (Aidha & Tarigan, 2019). Hal ini tidak hanya berdampak pada individu tetapi juga menambah beban ekonomi keluarga dan system pelayanan kesehatan (Dinkes Kab.Tabanan, 2020).

Menurut BPS (2019), dalam waktu hampir lima dekade persentase lansia di Indonesia meningkat sekitar dua kali lipat terhitung mulai tahun 1971 sampai tahun 2019, yaitu sebesar 9,6% (25 juta-an). Sementara itu, persentase lansia yang berada di Provinsi Jawa Timur sebesar 12,96% (BPS, 2019). Tingkat angka kejadian penyakit hipertensi di Provinsi Jawa Timur itu sekitar 36,3% atau 11.008.334 penduduk, dengan proporsi Perempuan sebesar 48,83% dan proporsi laki-laki 51,17%. Dari jumlah tersebut, penderita hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan sebesar 35,60% atau 3.919.489 penduduk (Dinkes Jatim, 2020). Di Kabupaten Tuban sendiri terdapat penderita hipertensi sebesar 32% dengan jumlah estimasi 295.706 jika atau sekitar $\geq 2,6\%$ dari nilai prevalensi wilayah Provinsi Jawa Timur (Dinkes Jatim, 2021). Prevalensi hipertensi mengalami peningkatan yang signifikan pada pasien berusia 60 tahun ke atas (Tirtasari & Kodim, 2019).

Seseorang dengan obesitas memiliki resiko 5 kali lebih besar untuk mengalami hipertensi dibandingkan dengan seseorang dengan berat badan normal. Peningkatan berat badan memainkan peranan penting pada mekanisme timbulnya hipertensi pada lansia, gizi lebih juga erat kaitannya dengan kegemaran mengkonsumsi makanan yang mengandung tinggi lemak. Asupan lemak jenuh berlebih juga menjadi penyebab hipertensi karena dapat meningkatkan kadar kolesterol dalam darah yang dapat menempel pada dinding pembuluh darah. Lemak yang menempel pada dinding pembuluh darah akan membentuk plak dan menyumbat pembuluh darah sehingga meningkatkan tekanan darah dan gangguan system kardiovaskular (Enita R dkk, 2014). Makin besar massa tubuh, makin banyak darah yang dibutuhkan untuk memasok oksigen dan makanan ke jaringan tubuh. Ini berarti volume darah yang beredar melalui pembuluh darah menjadi meningkat sehingga memberi tekanan lebih besar pada dinding arteri (Hasbullah, dkk., 2018).

Konsumsi makanan yang berlebih apabila tidak dibarengi dengan aktivitas fisik yang cukup dapat menyebabkan penumpukan lemak di bagian tertentu, salah satunya adalah rongga perut. Rasio Lingkar Pinggang Lingkar Panggul (RLPP) dapat digunakan untuk mendeteksi kelebihan lemak tubuh pada seseorang akurat untuk mendeteksi risiko penyebab berbagai penyakit, termasuk hipertensi (Isnaini dkk, 2012). Rasio lingkar pinggang pinggul (RLPP) dapat menggambarkan lemak abdominal. Rasio ini mempunyai *cut off point* berbeda antara laki-laki dan perempuan. Laki-laki yang memiliki RLPP lebih jika melebihi angka $\geq 0,9$ dan perempuan $\geq 0,8$ (Kemenkes RI, 2013). Distribusi lemak tubuh yang lebih banyak disekitar pinggang dapat terkait dengan peningkatan risiko tekanan darah tinggi dan lemak visceral yang terakumulasi disekitar organ dalam perut, Pengukuran rasio ini juga baik dalam memperkirakan adanya timbunan lemak pada daerah panggul dan intraabdomen yang sering diasosiasikan dengan munculnya penyakit kronis, seperti penyakit jantung coroner, pengukuran rasio lingkar pinggang panggul dilakukan dengan membandingkan nilai

lingkar pinggang panggul dilakukan dengan cara berdiri dan menghindari pengukuran dengan memakai pakaian yang tebal.

Rasio Lingkar Pinggang Panggul telah dikaitkan dengan resistensi insulin dan gangguan metabolisme glukosa sehingga lebih relevan dalam memahami hubungan obesitas, resistensi insulin dan tekanan darah.

Distribusi lemak tubuh, khususnya rasio lingkar pinggang-panggul (waist-to-hip ratio/WHR), menjadi salah satu indikator penting dalam menentukan risiko hipertensi. Rasio WHR yang tinggi mencerminkan akumulasi lemak visceral, yang berkaitan erat dengan mekanisme patofisiologi hipertensi, seperti inflamasi sistemik, resistensi insulin, disfungsi endotel, dan aktivasi sistem renin-angiotensin-aldosteron. Penelitian menunjukkan bahwa peningkatan WHR berhubungan dengan tekanan darah tinggi dan risiko kardiovaskular yang lebih besar dibandingkan dengan pengukuran indeks massa tubuh (IMT) saja.

Namun, penelitian tentang hubungan antara rasio lingkar pinggang-panggul dan kejadian hipertensi di Indonesia, khususnya di daerah pedesaan seperti wilayah kerja Puskesmas Wire Kabupaten Tuban, masih terbatas. Wilayah ini didominasi oleh lansia dengan karakteristik sosial ekonomi, gaya hidup, dan pola makan yang mungkin berbeda dengan daerah perkotaan. Hal ini menjadi penting untuk diteliti guna mendapatkan gambaran yang lebih spesifik terkait faktor risiko lokal yang memengaruhi kejadian hipertensi.

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti bertujuan untuk mendeskripsikan distribusi rasio lingkar pinggang-panggul pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Wire Kabupaten Tuban, mengetahui proporsi kejadian hipertensi pada kelompok tersebut, serta menganalisis hubungan antara rasio lingkar pinggang-panggul dan kejadian hipertensi. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih spesifik mengenai faktor risiko hipertensi, sehingga dapat menjadi dasar bagi pengembangan intervensi preventif yang relevan dan efektif di wilayah tersebut.

2. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain analitik observasional dengan pendekatan cross-sectional. Data dikumpulkan pada satu waktu untuk menganalisis hubungan antara rasio lingkar pinggang-panggul (WHR) dan kejadian hipertensi pada lansia. Populasi penelitian adalah seluruh lansia berusia ≥ 60 tahun yang terdaftar di wilayah kerja Puskesmas Wire Kabupaten Tuban. Sampel diambil menggunakan metode simple random sampling, dengan jumlah sampel sebanyak 163 orang yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

Penelitian ini mengamati dua variabel utama, yaitu rasio lingkar pinggang-panggul (WHR) sebagai variabel independen dan kejadian hipertensi sebagai variabel dependen. WHR diukur dengan cara mengukur lingkar pinggang pada titik tengah antara tulang rusuk bawah dan puncak tulang panggul menggunakan pita pengukur non-elastis, serta lingkar pinggul pada bagian terlebar dari pinggul. Rasio WHR dihitung dengan membagi lingkar pinggang dengan lingkar pinggul, lalu dikategorikan berdasarkan standar WHO, di mana WHR tinggi ditentukan jika $\geq 0,90$ untuk pria dan $\geq 0,85$ untuk wanita. Sementara itu, kejadian hipertensi diukur menggunakan alat sphygmomanometer setelah responden beristirahat selama lima menit dalam posisi duduk. Hipertensi ditentukan jika tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau diastolik ≥ 90 mmHg, atau jika responden sedang mengonsumsi obat antihipertensi.

Proses analisis data dalam penelitian ini melibatkan beberapa tahap. Pertama, data yang diperoleh dari hasil pengukuran dan wawancara dimasukkan ke dalam

perangkat lunak statistik seperti SPSS. Analisis dimulai dengan analisis univariabel untuk mendeskripsikan karakteristik sampel, seperti distribusi usia, rata-rata rasio lingkar pinggang-panggul (WHR), dan proporsi kejadian hipertensi. Selanjutnya, dilakukan analisis bivariat menggunakan uji Rank Spearman untuk menguji hubungan antara WHR sebagai variabel independen dan kejadian hipertensi sebagai variabel dependen. Uji ini dipilih karena data yang dianalisis bersifat ordinal. Jika diperlukan, analisis multivariat dengan regresi logistik ganda dilakukan untuk mengontrol pengaruh variabel perancu seperti usia, jenis kelamin, dan aktivitas fisik. Hasil analisis diinterpretasikan berdasarkan tingkat signifikansi statistik, dengan p-value <0,05 dianggap signifikan, untuk menjawab pertanyaan penelitian.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Karakteristik Responden

Distribusi karakteristik responden dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Distribusi karakteristik subjek penelitian		
Kategori	N : 163	
	<i>f</i>	%
Usia (Th)		
60-69	130	79,7
70-90	33	20,3
Jenis Kelamin		
Laki-laki	23	14,1
Perempuan	140	87,1

(Sumber: Data Primer, 2024)

Tabel 1. menunjukkan distribusi karakteristik subjek penelitian, diketahui dari 163 responden sebagian besar berusia 60-69 tahun dengan presentase sebanyak 130 responden (79,7%). Selain itu sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 140 responden (87,1%).

3.2 Deskripsi Data

Deskripsi data bertujuan untuk menjelaskan gambaran Rasio Lingkar Pinggang Panggul pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Wire yang disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi sebagai berikut :

Tabel 2. Distribusi Frekuensi RLPP Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Wire Kabupaten Tuban		
Kategori	N : 163	
	<i>f</i>	%
RLPP		
Aman	66	40,4
Berisiko	97	59,5

(Sumber: Data Primer, 2024)

Berdasarkan table 2. sebagian besar responden memiliki RLPP kategori berisiko sebanyak 97 responden (59,5%) dan responden dengan kategori aman sebanyak 66 responden (40,4%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tekanan darah Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Wire Kabupaten Tuban

Kategori	N : 163	
	<i>f</i>	%
Tekanan Darah		
Prehipertensi	3	1,86
Hipertensi 1	96	58,9
Hipertensi 2	64	39,3

(Sumber : Data Primer, 2024)

Berdasarkan tabel 3.3 sebagian besar responden memiliki Tekanan darah dengan kategori hipertensi 1 sebanyak 96 responden (58,9%), sebagian kecil responden memiliki tekanan darah dengan kategori hipertensi 2 sebanyak 64 responden (39,3%) dan sangat sedikit dari responden yang memiliki tekanan darah dengan kategori prehipertensi sebanyak 3 responden (1,86%).

3.3 Hasil Analisis Penelitian

3.3.1 Analisis Univariat

Tabel 4. Analisis Deskriptif RLPP dan Tekanan Darah pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Wire Kabupaten Tuban Tahun 2024

Variabel	N	<i>Min</i>	<i>Max</i>	<i>Mean</i>	<i>SD</i>
RLPP (cm)	163	80	132.00	39.0275	52.13

(Sumber : Data Primer, 2024)

Rata-rata Rasio Lingkar Pinggang Panggul (RLPP) pada responden 52.13. Rasio Lingkar Pinggang Panggul (RLPP) terendah 80 cm dan Rasio Lingkar Pinggang Panggul (RLPP) terbanyak 132 cm.

3.3.2 Analisis Bivariat

Data yang didapatkan dengan menggunakan data primer kemudian dilakukan proses editing dengan dengan menyeleksi data yang diperoleh dari pengumpulan kuesioner serta melakukan pemeriksaan jawaban yang diberikan dan memastikan tidak ada kuesioner yang tidak terisi. Kemudian dilakukan coding pada masing-masing variabel sesuai yang tercantum dalam definisi operasional. Kemudian data ditabulasi ke dalam tabel yang kemudian dianalisis menggunakan uji *correlations spearman*. Adapun hasil analisis bivariat pada variabel dalam penelitian ini sebagai berikut :

Tabel 5. Tabel Silang Hubungan Antara Rasio Lingkar Pinggang Panggul Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Wire Kabupaten Tuban

No	RLPP	Tekanan Darah							
		Prehipertensi		Hipertensi 1		Hipertensi 2		Total	
		<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%
1.	Aman	1	1,6	53	80,3	12	18,1	66	100
2.	Berisiko	2	2,0	46	47,5	49	50,5	97	100
	Total	3	1,8	99	60,7	61	37,5	163	100

(Sumber: Data Primer, 2024)

Berdasarkan tabel 5.8 dapat diketahui bahwa dari 163 responden, responden yang memiliki rasio lingkaran pinggang panggul dalam kategori aman sebanyak 1 responden (1,6%) menderita prehipertensi. Sedangkan sebagian besar responden yang memiliki rasio lingkaran pinggang panggul dalam kategori berisiko sebanyak 49 responden (50,5%) menderita hipertensi 2.

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji korelasi spearman menggunakan *software SPSS versi 22 for windows* didapatkan hasil nilai $p = 0,001$ sehingga $p < 0,05$, yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Rasio Lingkaran Pinggang Panggul (RLPP) dengan kejadian hipertensi, nilai Correlation Coefisien sebesar 0,267 yang berarti H_1 diterima dengan kekuatan hubungan yang cukup.

3.4 Identifikasi Rasio Lingkaran Pinggang Panggul (RLPP) Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Wire Kabupaten Tuban

Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa sebagian besar RLPP lansia di wilayah kerja Puskesmas Wire Kabupaten Tuban termasuk dalam kategori berisiko sebanyak 97 responden (59,5%). Hal ini dikarenakan sebagian lansia di wilayah kerja Puskesmas Wire Kabupaten Tuban memiliki tingkat aktivitas fisik rendah yang dapat berkontribusi pada peningkatan lemak perut. Faktor seperti kebiasaan sehari-hari, dan pekerjaan yang cenderung sedentari (tidak banyak bergerak), dan gaya hidup masyarakat lansia di wilayah kerja Puskesmas Wire Kabupaten Tuban seperti peningkatan konsumsi makanan cepat saji dan penurunan aktivitas fisik. Hal tersebut juga dapat berkontribusi pada peningkatan rasio lingkaran pinggang panggul.

Rasio lingkaran pinggang panggul merupakan salah satu metode pengukuran antropometri guna menentukan kriteria kegemukan seseorang dan memperkirakan indikasi penyakit kardiovaskular (Astuti, 2017). Rasio Lingkaran Pinggang Panggul (RLPP) di kategorikan menjadi kategori obesitas dan tidak obesitas, dikatakan obesitas jika $RLPP > 0,80$ cm (perempuan) dan $LP > 0,90$ cm (laki-laki), sedangkan dikatakan tidak obesitas jika $RLPP < 0,80$ cm (perempuan) dan $LP < 0,90$ cm (laki-laki). Rasio lingkaran pinggang panggul dapat digunakan untuk mendeteksi kelebihan lemak tubuh pada seseorang akurat untuk mendeteksi risiko penyebab penyakit kardiovaskular (Isnaini, 2012).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andriyani, dkk. (2022), menunjukkan bahwa RLPP pada lansia berisiko terkena penyakit kardiovaskular karena lingkaran pinggang memiliki korelasi yang tinggi dengan jumlah lemak intra abdominal. Jaringan lemak intra abdomen meliputi lemak visceral atau lemak intraperitoneal yang terdiri dari lemak omental dan mesenterial serta masa lemak retroperitoneal. Lemak retroperitoneal merupakan jaringan lemak yang terletak di ruang retroperitoneal, yang merupakan area di belakang peritoneum (selaput yang melapisi rongga perut) (Andriyani, dkk., 2022).

Berdasarkan fakta dan teori yang sudah dijelaskan peneliti berpendapat bahwa, sebagian rasio lingkaran pinggang panggul pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Wire Kabupaten Tuban mempunyai rasio lingkaran pinggang panggul yang berisiko terkena penyakit kardiovaskuler. Hal tersebut disebabkan oleh faktor masalah kesehatan lain yang dialami subjek salah satunya adalah hipertensi. Berdasarkan hasil wawancara sebagian lansia jarang melakukan olahraga kurangnya olahraga juga dapat menyebabkan peningkatan lemak tubuh, terutama di daerah perut, yang berkontribusi pada rasio lingkaran pinggang-panggul yang tinggi.

3.5 Identifikasi Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Wire Kabupaten Tuban

Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa sebagian besar tekanan darah lansia di wilayah kerja Puskesmas Wire Kabupaten Tuban termasuk dalam kategori hipertensi I sebanyak 96 responden (58,9%). Hipertensi Tingkat 1 merupakan kondisi di mana tekanan darah seseorang berada pada rentang 140-159 mmHg untuk tekanan sistolik, 90-99 mmHg untuk tekanan diastolik. Hal tersebut disebabkan karena pola makan yang tidak sehat seperti mengonsumsi makanan yang tinggi garam dan lemak. Sebagian lansia mengalami hipertensi karena riwayat keluarga dengan hipertensi dan kurangnya aktivitas fisik juga dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah dan risiko hipertensi.

Dalam penelitian ini, pengukuran tekanan darah yang melibatkan mahasiswa perawat dengan menggunakan alat bantu tensimeter aneroid untuk mengetahui tekanan darah lansia. Penggunaan tensimeter aneroid dalam penelitian ini memungkinkan pengukuran tekanan darah yang tepat dan konsisten dalam penilaian kesehatan kardiovaskular pada lansia.

Mayoritas lansia di wilayah kerja Puskesmas Wire Kabupaten Tuban, cenderung mengonsumsi makanan yang tinggi garam, yang berkontribusi terhadap tingginya prevalensi hipertensi di kalangan mereka. Garam mengandung natrium, yang dapat menyebabkan retensi cairan dalam tubuh. Ini meningkatkan volume darah, yang pada gilirannya meningkatkan tekanan darah. Lansia sering kali lebih sensitif terhadap efek natrium, sehingga konsumsi garam yang tinggi menyebabkan hipertensi pada mereka.

Berdasarkan fakta dan teori yang sudah dijelaskan peneliti berpendapat bahwa, sebagian lansia di wilayah kerja Puskesmas Wire menderita hipertensi I. Hal ini disebabkan oleh pola makan yang tidak sehat dan kurangnya aktivitas fisik pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Wire. Kebiasaan makan yang kurang sehat ini sulit diubah karena sudah menjadi kebiasaan turun-temurun masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Wire.

3.6 Hubungan Rasio Lingkar Pinggang Panggul (RLPP) dengan Kejadian Hipertensi

Hasil penelitian antara rasio lingkar pinggang panggul dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wire Kabupaten Tuban didapatkan nilai ($p = 0,001$) yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara rasio lingkar pinggang-panggul dengan kejadian hipertensi. Semakin kecil angka rasio lingkar pinggang-panggul pada lansia berhubungan dengan penurunan kejadian hipertensi. Sebaliknya, semakin besar angka rasio lingkar pinggang-panggul, semakin tinggi kejadian hipertensi pada lansia.

Hasil uji statistik dengan korelasi Rank Spearman antara variabel RLPP dengan tekanan darah diperoleh hubungan yang signifikan (0,267) dan memiliki korelasi yang positif. Hal ini menunjukkan bahwa semakin besar nilai RLPP semakin besar pula risiko peningkatan tekanan darah sistolik maupun diastolik. Nilai OR untuk RLPP terhadap tekanan darah artinya bahwa risiko tekanan darah tinggi pada orang yang memiliki RLPP tinggi 2,4 kali lebih besar dibandingkan dengan orang yang memiliki RLPP normal (Mukiwati, 2017).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Indrawati dkk (2019), yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara RLPP dengan kejadian hipertensi, orang yang lemak tubuh dalam kategori normal cenderung memiliki tekanan darah yang normal 4,9 kali lebih besar dan sebaliknya orang yang memiliki lemak tubuh kategori obese maka memiliki kecenderungan yang sama untuk memiliki tekanan darah

tinggi. Semakin banyak kelebihan berat badan, semakin besar risiko hipertensi yang harus dihadapi. Semakin banyak berat badan yang diturunkan semakin rendah risiko hipertensi yang ditanggung (Indrawati dkk.,2019).

Pengukuran Rasio Lingkar Pinggang Panggul (RLPP) lebih sensitive dalam menilai distribusi lemak dalam tubuh terutama yang berada di dinding abdomen. Rasio Lingkar Pinggang Panggul (RLPP) dihitung dengan membagi ukuran lingkar pinggang dengan lingkar panggul. Ukuran lingkar pinggang, menggambarkan tingginya deposit lemak berbahaya dalam tubuh, sementara lingkar panggul merupakan faktor protektif terhadap kejadian hipertensi. Faktor hipertensi akan muncul apabila Rasio Lingkar Pinggang Panggul (RLPP) dengan nilai lebih atau sama dengan 0,85 cm pada Perempuan dan 0,90 cm pada laki-laki. Dibandingkan dengan IMT pengukuran ini tiga kali lebih besar merefleksikan keberadaan lemak berbahaya dalam dinding abdomen. Rasio Lingkar Pinggang Panggul (RLPP) dapat digunakan untuk mendeteksi kelebihan lemak tubuh pada seseorang akurat untuk mendeteksi risiko penyebab berbagai penyakit, termasuk hipertensi (Isnaini, 2012).

Berdasarkan fakta dan teori yang didapatkan, peneliti berpendapat bahwa, semakin kecil angka rasio lingkar pinggang-panggul pada lansia berhubungan dengan penurunan kejadian hipertensi. Sebaliknya, semakin besar angka rasio lingkar pinggang-panggul, semakin tinggi risiko kejadian hipertensi pada lansia. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh distribusi lemak tubuh yang lebih seimbang, dengan proporsi lemak yang lebih sedikit di sekitar perut, yang berkontribusi pada pengendalian tekanan darah.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang berjudul "Hubungan Rasio Lingkar Pinggang-Panggul (RLPP) dengan Penderita Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Wire Kabupaten Tuban", ditemukan bahwa 59,5% responden memiliki rasio lingkar pinggang-panggul yang termasuk dalam kategori berisiko, sementara 40,4% responden berada dalam kategori aman. Terkait dengan tekanan darah, 58,9% responden tergolong dalam kategori hipertensi I, 39,3% responden dalam kategori hipertensi II, dan hanya 1,86% responden yang memiliki tekanan darah dalam kategori prehipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wire Kabupaten Tuban.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian ini. Terima kasih kepada Puskesmas Wire Kabupaten Tuban yang telah memberikan izin dan akses kepada kami untuk melakukan penelitian ini. Kami juga mengucapkan terima kasih kepada semua responden yang telah bersedia meluangkan waktu dan memberikan informasi yang sangat berharga. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi peningkatan kesehatan masyarakat, khususnya pada lansia di wilayah tersebut.

REFERENCES

- Aidha, Z., & Tarigan, A. A. (2019). Survey Hipertensi Dan Pencegahan Komplikasinya Di Wilayah Pesisir Kecamatan Percut Sei Tuan Tahun2018. *JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, 4(1), 101. <https://doi.org/10.30829/jumantik.v4i1.4128>

- Andriyani, dkk. (2022). Indeks Massa Tubuh dan Rasio Lingkar Pinggang Panggul terhadap Tekanan Darah Lansia Wanita di Tangerang Selatan. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*. Vol 18, No 2 (2022).
- Badan Perencanaan Pembangunan Nasional. 2019. Transisi Demografi dan Epidemiologi: Permintaan Pelayanan Kesehatan Di Indonesia. Direktorat Kesehatan dan Gizi Masyarakat, Jakarta.
- Darmawan, Hasbullah, dkk 2018, 'Hubungan Asupan Natrium Dan Status Gizi Terhadap Tingkat Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan Di RSUD Kota Makassar', *Jurnal Media Gizi Dan Pangan*, Vol 25, Edisi I, 2018
- Dinkes Jatim (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2020*.
- Dinkes Jatim. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2019*. Surabaya: Dinas Kesehatan Provinsi Jatim
- Enita. R dkk, (2014). Hubungan Asupan Natrium Dengan Kejadian Hipertensi Di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai. *Naskah Publikasi*. Departemen Gizi Kesehatan Masyarakat FKM Universitas Sumatera Utara.
- Indrawati, 2019. Skor Prognosis Terjadinya Perdarahan Saluran Cerna Atas Dalam 7 Hari Perawatan Pada Pasien Stroke erdarahan Akut Di Rumah Sakit DR. Soetomo Surabaya. *Medical and Health Science Journal* 6 (02), 43-51
- Isnaini, Sartono, A., & Winaryati, E. (2012). Hubungan Pengetahuan Obesitas dengan Rasio Lingkar Pinggang Panggul pada Ibu Rumah Tangga di Desa Pepe Krajan Kecamatan Tegowanu Kabupaten Grobogan. *Jurnal Gizi*, 1(1): 1–9.
- Kemenkes RI. (2014). *Hipertensi. Infodatin Pusat Data dan Informasi Kementrian kesehatan RI*.
- Kemenkes RI. (2014). *Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang*.
- Mukiwanti, Estia. and Muwakhidah (2017). Hubungan Rasio Lingkar Pinggang Pinggul dengan Indeks Massa Tubuh Terhadap Tekanan Darah Pada Middle Age (45-59 TAHUN) Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangmalang Kota Semarang. *Skripsi*.
- Musfirah, M. (2019). „Analisis Faktor Risiko Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Takalala Kecamatan Marioriwawo Kabupaten Soppeng“, *Jurnal Kesehatan Global*, 2(2), pp. 93–102. doi: 10.33085/jkg.v2i2.4316.
- Sudayasa, P., Rahman, M. F., Eso, A., Jamaluddin, Parawansah, Alifariki, L. O., Arimaswati, Kholidha, A. N. (2020). Deteksi Dini Faktor Risiko Penyakit Tidak Menular Pada Masyarakat Desa Andepali Kecamatan Sampara Kabupaten Konawe. *Aksiologi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 4(2), 153 – 160.
- Tirtasari, S., & Kodim, N. (2019). Prevalensi dan Karakteristik Hipertensi Pada Usia Dewasa Muda di Indonesia. *Tarumanagara Medical Journal*, 1(2), 395–402.