

## **GAMBARAN OBESITAS, HIPERTENSI DAN DIABETES MELLITUS MAJELIS TAKLIM PIMPINAN CABANG AISYIYAH KECAMATAN MANGKUBUMI KOTA TASIKMALAYA**

Description of Obesity, Hypertension and Diabetes Mellitus of the Majelis Taklim Pimpinan  
Cabang Aisyiyah, Mangkubumi District Tasikmalaya City

**Hana Ariyani<sup>1</sup>, Ida Rosidawati<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Prodi Sarjana Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

<sup>2</sup> Prodi Pendidikan Profesi Ners, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Jl. Tamansari No.KM 2,5, Mulyasari, Kec. Tamansari, Kab. Tasikmalaya, Jawa Barat

E-mail korespondensi: hanaariyani@umtas.ac.id

### **ABSTRACT**

*Non-communicable diseases are still the biggest cause of death globally. Some of them are obesity, hypertension and Diabetes Mellitus (DM). The disease, if left unchecked, can cause complications which result in increased morbidity and mortality. This study aims to determine the description of obesity, hypertension and DM members of the Majelis Taklim Pimpinan Cabang Aisyiyah, Mangkubumi District, Tasikmalaya City. The method used in this research is a descriptive study with a cross sectional approach. The population in this study were 37 members of the Majelis Taklim Pimpinan Cabang Aisyiyah, Mangkubumi District, Tasikmalaya City. The sampling method is total sampling. The research results were analyzed using descriptive analysis. The results showed that most of the respondents' Body Mass Index (BMI) were in severe obesity category, as many as 17 people (45.9%), systolic and diastolic blood pressure were mostly in the pre-hypertension category, as many as 14 people (37.8%), Blood Glucose is mostly in the normal category as many as 32 people (86.5%). From the results of this study it can be concluded that most of the respondents experienced obesity and hypertension. Based on the results of these studies, it is very important to carry out health education as an efforts to lose weight and control blood pressure in order to avoid serious complications.*

**Keywords:** Blood Glucose, Blood Pressure, Body Mass Index, Pimpinan Cabang Aisyiyah

*Diterima: 21 Agustus 2023*

*Direview: 21 Agustus 2023*

*Diterbitkan: Agustus 2023*

### **ABSTRAK**

Penyakit Tidak Menular masih merupakan penyebab kematian terbesar secara global. Beberapa di antaranya adalah obesitas, hipertensi dan Diabetes Melitus (DM). Penyakit tersebut jika dibiarkan dapat menimbulkan komplikasi yang mengakibatkan meningkatnya angka morbiditas dan mortalitas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran obesitas, hipertensi dan DM anggota Majelis Taklim Pimpinan Cabang Aisyiyah Kecamatan Mangkubumi Kota Tasikmalaya. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah studi deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Adapun populasi pada penelitian ini adalah ibu-ibu anggota Majelis Taklim Pimpinan Cabang Aisyiyah Kecamatan Mangkubumi Kota Tasikmalaya sebanyak 37 orang. Untuk metode pengambilan sampel yakni *total sampling*. Hasil penelitian dianalisis menggunakan analisis deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar Indeks Massa Tubuh (IMT) responden berada pada kategori gemuk berat sebanyak 17 orang (45,9%), tekanan darah sistolik dan diastolik sebagian besar berada pada kategori pra hipertensi sebanyak 14 (37,8%), gula darah sebagian besar berada pada kategori normal sebanyak 32 orang (86,5%). Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden mengalami obesitas dan hipertensi. Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka sangat penting untuk melaksanakan upaya pendidikan kesehatan untuk menurunkan berat badan dan mengendalikan tekanan darah supaya terhindar dari komplikasi yang serius.

**Kata Kunci :** Gula Darah, Indeks Massa Tubuh, Tekanan Darah, Pimpinan Cabang Aisyiyah

## **PENDAHULUAN / INTRODUCING**

Penyakit Tidak Menular (PTM) bertanggung jawab untuk 74% kematian di dunia. Lebih dari tiga per empat penderita PTM meninggal. Bahkan 86% dari 17 juta orang meninggal sebelum usia mencapai 70 tahun(World Health Organization, 2023b)(Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Beberapa penyakit yang termasuk ke dalam PTM ini adalah penyakit jantung, stroke, kanker, Diabetes Melitus (DM), dan penyakit paru kronis(World Health Organization, 2023b). Namun menurut (Kemenkes, 2019) bahwa indikator kunci PTM yang tercantum dalam RPJMN 2015-2019 adalah: obesitas, hipertensi, dan perilaku merokok.

Menurut (World Health Organization, 2023c)(P2PTM Kemenkes RI, 2018a) obesitas merupakan akumulasi berlebihan atau abnormal dari lemak tubuh yang dapat berisiko terhadap kesehatan akibat adanya ketidakseimbangan asupan energi dengan energi yang digunakan dalam jangka waktu yang lama. Prevalensi kelebihan berat badan atau obesitas ini terjadi pada usia anak dan remaja usia 5 – 19 tahun sejak tahun 1975 – 2016. Kondisi ini tidak hanya merupakan masalah di negara dengan pendapatan tinggi tetapi juga menjadi masalah di negara dengan pendapatan menengah ke bawah. Bahkan cenderung meningkat 30% angka

kejadiannya di negara yang sedang berkembang.

Obesitas ini tidak boleh diabaikan karena dapat menimbulkan masalah kesehatan. Kondisi ini merupakan faktor resiko beberapa penyakit kronis seperti penyakit jantung, stroke, DM, kanker (endometrium, payudara, ovarium, prostat, liver, kandung kemih, ginjal dan usus besar)(World Health Organization, 2023c).

PTM selanjutnya yang saat ini banyak diderita di Indonesia adalah DM. DM merupakan penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan meningkatnya kadar gula darah(Diabetes UK, 2023). DM ini dibagi menjadi dua jenis yakni tipe 1 yang dikenal dengan istilah DM Juvenil atau DM ketergantungan insulin yang terjadi karena pankreas memproduksi sedikit atau bahkan tidak memproduksi insulin. Selanjutnya yaitu DM tipe 2 yakni DM yang sering terjadi pada orang dewasa dimana tubuh mengalami resistensi terhadap insulin(World Health Organization, 2023a)(Lorber, M., Kmetec, S., Mlinar Reljić, N., & Fekonja, 2021).

Tanda dan gejala yang khas dari DM ini adalah meningkatnya frekuensi berkemih, kehausan, kelaparan, kehilangan berat badan, perubahan pada penglihatan dan fatig atau kelemahan(Diabetes UK, 2023). Jika gula darah tidak terkendali maka dapat menimbulkan komplikasi di antaranya: penyakit jantung dan pembuluh

darah, gangguan penglihatan, ginjal dan saraf(World Health Organization, 2023a)(Gordon, 2019).

Sedangkan Hipertensi adalah meningkatnya atau tingginya tekanan darah(Editor Medis Siloam Hospital, 2023). Penyakit ini ditandai dengan adanya beberapa keluhan pada penderitanya seperti sakit kepala di pagi hari, mimisan, gangguan irama jantung, penglihatan kabur, dan telinga berdenging. Namun jika tidak segera diatasi dapat mengakibatkan kelemahan, mual, muntah, kebingungan, kecemasan, nyeri dada dan tremor (Editor Medis Siloam Hospital, 2023)(World Health Organization, 2018).

Mengingat bahaya yang dapat ditimbulkan oleh penyakit tersebut maka pemerintah melalui Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular (P2PTM) Kementerian Kesehatan menggalakan Manajemen Terpadu Program P2PTM dimana salah satunya adalah Program Deteksi Dini Faktor Resiko PTM di Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu)(Kemenkes, 2019). Pada program ini dilakukan beberapa kegiatan di antaranya: Pengukuran tekanan darah, gula darah, indeks massa tubuh, Wawancara perilaku berisiko, dan Edukasi perilaku gaya hidup sehat.

Salah satu sasaran kegiatan deteksi dini ini adalah komunitas masyarakat yang rutin melaksanakan kegiatan tertentu di antaranya adalah kegiatan pengajian di

salah satu Majelis Taklim Pimpinan Cabang Aisyiyah Kecamatan Mangkubumi Kota Tasikmalaya. Kelompok pengajian ini rutin melaksanakan pengajian di hari Minggu, minggu kedua di setiap bulannya.

Berdasarkan hasil wawancara ketua PCA Mangkubumi bahwa selama ini belum pernah dilakukan kegiatan deteksi dini PTM. Padahal berdasarkan hasil studi pendahuluan bahwa sebagian besar anggotanya sudah berusia paruh baya dan sebagian mengeluhkan ada yang menderita hipertensi, ada juga yang sudah didiagnosis DM namun jarang kontrol dan tampaknya beberapa di antaranya mengalami obesitas.

Oleh karena itu, berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang gambaran obesitas, hipertensi dan DM anggota Majelis Taklim Pimpinan Cabang Aisyiyah Kecamatan Mangkubumi Kota Tasikmalaya.

## **METODE PENELITIAN / METHOD**

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah studi deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Adapun populasi pada penelitian ini adalah ibu-ibu anggota Majelis Taklim Pimpinan Cabang Aisyiyah Kecamatan Mangkubumi Kota Tasikmalaya sebanyak 37 orang. Untuk metode pengambilan sampel yakni *total sampling*. Pengambilan data pada penelitian ini dilakukan melalui langkah-langkah sebagai berikut:

Pertama peneliti melakukan informed consent kepada responden. Dan apabila responden bersedia maka peneliti meminta responden untuk mengisi lembar kesediaan menjadi responden dan mengisi identitas pasien.

Setelah itu peneliti bersama tim melakukan pengukuran BB, TB, Tekanan Darah dan Gula darah. Untuk menimbang Berat Badan menggunakan timbangan digital, sedangkan untuk mengukur tinggi badan menggunakan microtoise. Untuk

mengukur tekanan darah peneliti menggunakan tensi darah digital yang sudah dikalibrasi dan dalam kondisi yang baru. Untuk mengukur kadar gula darah peneliti menggunakan glukometer yang sudah dikalibrasi dan dalam kondisi yang baru.

Setelah data diperoleh maka data dianalisis menggunakan analisis deskriptif untuk mengetahui persentase dari masing-masing variabel dengan menggunakan aplikasi komputer.

## HASIL DAN PEMBAHASAN / RESULTS AND DISCUSSION

*Tabel 1 Distribusi Frekuensi Indeks Massa Tubuh, Tekanan Darah dan Gula Darah anggota Majelis Taklim Pimpinan Cabang Aisyiyah Kecamatan Mangkubumi Kota Tasikmalaya*

No.	Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
1	<b>Usia</b> (P2PTM Kemenkes RI, 2018b)		
	Dewasa (18 – 39 tahun)	5	13,5
	Paruh Baya (40 – 59 tahun)	19	51,4
	Dewasa Tua (≥60 tahun)	13	35,1
	<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>100</b>
2	<b>Indeks Massa Tubuh</b> (Kemenkes RI, 2018b)		
	Kurus Berat (<16)	1	2,7
	Kurus Ringan (17 – 18,4)	3	8,1
	Normal (18,5 -25)	12	32,4
	Gemuk Ringan (25,1 - 27)	4	10,8
	Gemuk Berat (>27)	17	45,9
	<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>100</b>
3	<b>Tekanan Darah Sistolik</b> (Kemenkes RI, 2018a)		
	Normal	2	5,4
	Pra Hipertensi	14	37,8
	Hipertensi I	10	27,0
	Hipertensi II	11	29,7
	<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>100</b>
4	<b>Tekanan Darah Diastolik</b>		
	Normal	9	24,3
	Pra Hipertensi	14	37,8
	Hipertensi I	5	13,5
	Hipertensi II	9	24,3
	<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>100</b>
5	<b>Gula Darah Sewaktu</b> (Kemenkes RI, 2020)		
	Normal	32	86,5
	Tinggi	5	13,5
	<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas bahwa berdasarkan usia, sebagian besar responden berada dalam kategori usia paruh baya sebanyak 19 orang (51,4%). Berdasarkan kategori IMT sebagian besar berada pada kategori gemuk berat atau obesitas sebanyak 17 orang (45,9%). Berdasarkan tekanan darah, sebagian besar berada pada kategori pra hipertensi sebanyak 14 orang (37,8%). Berdasarkan Gula Darah Sewaktu (GDS) sebagian besar berada pada kategori normal sebanyak 32 orang (86,5%).

Hasil penelitian tersebut sesuai dengan penelitian (Ella et al., 2022) bahwa obesitas ini lebih rentan terjadi pada perempuan dibandingkan pada laki-laki. Berdasarkan hasil wawancara bahwa sebagian besar ibu-ibu tidak terbiasa untuk olahraga.

Hal ini sesuai dengan penelitian bahwa faktor yang dapat mempengaruhi ibu rumah tangga mengalami obesitas adalah karena makan makanan yang mengandung karbohidrat berlebih serta kurangnya olahraga.

Selain obesitas, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami hipertensi dan hanya sedikit yang mengalami peningkatan kadar gula darah sewaktu.

Berdasarkan hasil wawancara bahwa sebagian besar responden adalah suku sunda, dimana kebanyakan makanannya terasa asin. Hal ini sesuai penelitian (Hadiyanto et al., 2018) dengan

bahwa orang yang berasal dari suku sunda terbiasa makanan dengan rasa asin sehingga memiliki resiko tinggi untuk terkena hipertensi. Hal ini dikarenakan makanan yang asin mengandung natrium yang tinggi sehingga akan meningkatkan retensi cairan di dalam tubuh sehingga darah yang dialirkan ke jantung akan meningkat. Kondisi seperti ini dapat meningkatkan beban kerja jantung, dan pada akhirnya dapat meningkatkan tekanan darah (KHASANAH, 2021).

Selain itu, kondisi hipertensi ini dapat diasosiasikan dengan usia responden. Sebagian besar responden masuk ke dalam kategori usia paruh baya, di mana sebagian besar sudah menopause. Kondisi ini tentu dapat meningkatkan resiko hipertensi karena secara fisiologis terjadinya penurunan kadar hormon estrogen yang dapat menurunkan elastisitas pembuluh darah (Kemenkes, 2019) (Dendy Raharjo, 2013) (Satrio Bagas Suryonegoro, Meldy Muzada Elfa, 2021) (yu Dwi Lestari(1), Riska Hediya Putri(2Mail), 2020).

## **KESIMPULAN DAN SARAN / CONCLUSION**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar Indeks Massa Tubuh (IMT) responden berada pada kategori gemuk berat sebanyak 17 orang (45,9%), tekanan darah sistolik dan diastolik sebagian besar berada pada kategori pra hipertensi sebanyak 14 (37,8%), gula darah

sebagian besar berada pada kategori normal sebanyak 32 orang (86,5%). Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden mengalami obesitas dan hipertensi.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka sangat penting untuk melaksanakan upaya pendidikan kesehatan untuk menurunkan berat badan dan mengendalikan tekanan darah supaya terhindar dari komplikasi yang serius.

#### **DAFTAR PUSTAKA / REFERENCE**

- Dendy Raharjo. (2013). *Hubungan Antara Menopause Dengan Hipertensi Di Puskesmas Penumping Surakarta* [Universitas Sebelas Maret]. <https://digilib.uns.ac.id/dokumen/detail/1/35601>
- Diabetes UK. (2023). *diabetes mellitus*. <https://www.diabetes.org.uk/diabetes-the-basics/types-of-diabetes/diabetes-mellitus>
- Editor Medis Siloam Hospital. (2023). *Mengenal Penyebab, Gejala, dan Cara Mengatasi Hipertensi*. <https://www.siloamhospitals.com/informasi-siloam/artikel/apa-itu-hipertensi>
- Ella, Y., Noor, I., Sugiarto, E., Fatimah, A. S., Kesehatan, F., Universitas, M., & Surabaya, A. (2022). The Description of Obesity Among Housewives in The World. *Jgk*, 14(1), 34–42.
- Gordon, C. (2019). Blood glucose monitoring in diabetes. *British Journal of Nursing*, 28(7).
- Hadiyanto, H., Nur, T., & Pertala, E. C. (2018). Model Keperawatan Berbasis Budaya Di Tatanan Keluarga Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Perawatan Hipertensi Di Kabupaten Sukabumi. *Ummi: Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Sains Dan Teknologi*, 12(2), 81–88.
- Kemendes. (2019). *Buku pedoman manajemen penyakit tidak menular. 2*.
- Kemendes RI. (2018a). *Klasifikasi Hipertensi*. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographyc-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/page/28/klasifikasi-hipertensi>
- Kemendes RI. (2018b). *Klasifikasi Obesitas setelah pengukuran IMT*. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographyc-p2ptm/obesitas/klasifikasi-obesitas-setelah-pengukuran-imt>
- Kemendes RI. (2020). *Yuk, mengenal apa itu penyakit Diabetes Melitus (DM)*. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographyc-p2ptm/penyakit-diabetes-melitus/page/5/yuk-mengenal-apa-itu-penyakit-diabetes-melitus-dm>
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Penyakit Tidak Menular Kini Ancam Usia Muda*. <https://www.kemkes.go.id/article/view/20070400003/penyakit-tidak-menular-kini-ancam-usia-muda.html>

- Khasanah, T. A. (2021). Hubungan Tingkat Stres Dan Asupan Natrium Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi: Relationship Between Stress Level and Sodium Intake with Blood Pressure in Hypertensive Patients. *Jurnal Pangan Kesehatan Dan Gizi Universitas Binawan*, 2(1), 72–81.
- Lorber, M., Kmetec, S., Mlinar Reljić, N., & Fekonja, Z. (2021). Diabetes management of older adults in nursing homes. *Journal of Nursing Management*, 29(5), 1293–1301.
- P2PTM Kemenkes RI. (2018a). *Apa itu Obesitas ?*  
<https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/apa-itu-obesitas>
- P2PTM Kemenkes RI. (2018b). *Gambaran Kebutuhan Tidur sesuai Usia*.  
<https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/page/37/gambaran-kebutuhan-tidur-sesuai-usia>
- Satrio Bagas Suryonegoro, Meldy Muzada Elfa, M. S. N. (2021). Literature Review: Hubungan Hipertensi Pada Wanita Menopause Dan Usia Lanjut Terhadap Kualitas Hidup. *Homeostasis Jurnal Mahasiswa Pendidikan Dokter*, 4(2).  
<https://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/hms/article/view/4030>
- World Health Organization. (2018). *Hypertension*.  
[https://www.who.int/health-topics/hypertension#tab=tab\\_2](https://www.who.int/health-topics/hypertension#tab=tab_2)
- World Health Organization. (2023a). *Diabetes*. [https://www.who.int/health-topics/diabetes#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/diabetes#tab=tab_1)
- World Health Organization. (2023b). *Noncommunicable diseases*.  
[https://www.who.int/health-topics/noncommunicable-diseases#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/noncommunicable-diseases#tab=tab_1)
- World Health Organization. (2023c). *Obesity*. [https://www.who.int/health-topics/obesity#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/obesity#tab=tab_1)
- yu Dwi Lestari(1), Riska Hediya Putri(2Mail), E. Y. (2020). Hipertensi pada wanita menopause; Sebuah tinjauan literatur. *Wellness and Healthy Magazine*, 2(2).  
<https://wellness.journalpress.id/wellness/article/view/22043>