

Studi Prevalensi dan Faktor Risiko Hipotensi pada Remaja di Wilayah Kerja Puskesmas Lumbir Tahun 2024

Nurlela¹, Devi Octaviana¹, Novita Endang Fitriyani¹

¹Universitas Jenderal Soedirman, Jawa Tengah, Indonesia

Email korespondensi: lelan6220@gmail.com

Info Artikel

Submitted: 26 Juli 2025

Accepted: 15 sept 2025

Publish Online: sept 2025

Kata Kunci:

hipotensi, remaja, prevalensi, faktor risiko, kualitas tidur

Keywords:

hypotension, adolescents, prevalence, risk factors, sleep quality

Abstrak

Latar Belakang: Temuan kasus hipotensi sebesar 16% pada remaja di Desa Cingebul dalam wilayah kerja Puskesmas Lumbir mengindikasikan adanya masalah kesehatan yang perlu diperhatikan. Kondisi ini juga menimbulkan dugaan adanya kasus serupa di desa lain yang belum terdeteksi akibat keterbatasan pemeriksaan kesehatan. Beberapa faktor risiko, seperti jenis kelamin, genetik, dan kebiasaan sehari-hari berpotensi untuk menyebabkan hipotensi. **Tujuan:** Mengetahui prevalensi dan faktor risiko hipotensi pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Lumbir. **Metode:** Desain studi *cross-sectional* pada 160 remaja menggunakan teknik *proportional random sampling*. Instrumen penelitian berupa kuesioner, tensimeter (alat pengukuran tekanan darah), serta analisis data menggunakan aplikasi IBM SPSS *statistics* 25. **Hasil:** Prevalensi hipotensi sebesar 56,9% (91 dari 160 remaja). Faktor yang berhubungan dengan kejadian hipotensi meliputi jenis kelamin (0,043), riwayat penyakit kardiovaskular pada keluarga (0,003), aktivitas fisik (0,031), dan kualitas tidur (0,001). Faktor yang berpengaruh terhadap kejadian hipotensi berupa kualitas tidur buruk (POR = 5,010), jenis kelamin perempuan (POR = 3,905), riwayat penyakit kardiovaskular pada keluarga (POR = 3,078), dan status gizi kurang (POR = 2,221). **Kesimpulan:** Prevalensi hipotensi di wilayah kerja Puskesmas Lumbir cukup tinggi dengan faktor yang paling dominan adalah kualitas tidur, dimana remaja dengan kualitas tidur buruk berisiko mengalami hipotensi lebih dari lima kali lipat dibandingkan remaja dengan kualitas tidur baik.

Abstract

Background: The finding of 16% cases of hypotension in adolescents in Cingebul Village within the working area of the Lumbir Community Health Center indicates a health problem that needs attention. This condition also raises the suspicion that similar cases in other villages have not been detected due to limited health checks. Several risk factors, such as gender, genetics, and daily habits have the potential to cause hypotension. **Objective:** To determine the prevalence and risk factors of hypotension. **Method:** A cross-sectional study design on 160 adolescents using a proportional random sampling technique. The research instruments were questionnaires, blood pressure measurements, and data analysis using SPSS. **Results:** The prevalence of hypotension was 56.9% (91 of 160 adolescents). Factors associated with the occurrence of hypotension included gender (0.043), family history of cardiovascular disease (0.003), physical activity (0.031), and sleep quality (0.001). Factors that influence the incidence of hypotension include poor sleep quality (POR = 5.010), female gender (POR = 3.905), family history of cardiovascular disease (POR = 3.078), and poor nutritional status (POR = 2.221). **Conclusions:** The prevalence of hypotension in the working area of the Lumbir Health Center is quite high with the most dominant factor being sleep quality, where adolescents with poor sleep quality are at risk of experiencing hypotension more than five times higher than adolescents with good sleep quality.

PENDAHULUAN

Remaja merupakan fase penting dalam perkembangan manusia yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Namun, perubahan gaya hidup remaja saat ini, seperti kebiasaan begadang, kurang aktivitas fisik, dan pola makan yang tidak sehat, memperlihatkan tren yang

mengkhawatirkan terhadap kesehatan masa depan mereka (Lumantow et al., 2016). Perilaku tersebut dapat meningkatkan risiko berbagai masalah kesehatan, termasuk hipotensi (Aji et al., 2023). Hipotensi atau tekanan darah rendah (di bawah 90/60 mmHg) sering kali tidak terdeteksi karena tidak menunjukkan gejala, tetapi dalam

jangka panjang dapat berdampak serius pada kesehatan, seperti penurunan aliran darah ke organ vital, gangguan kognitif, cedera akibat pingsan, hingga kerusakan organ (Sharma et al., 2024).

Kejadian hipotensi tiap tahunnya diperkirakan sekitar 36 per 100.000 orang dewasa dan meningkat menjadi 233 per 100.000 pada usia 75 tahun berdasarkan laporan dari Amerika Serikat. Melihat tingginya kasus hipotensi pada usia dewasa dan faktor yang turut berpengaruh sejak tahap usia sebelumnya, kemungkinan kasus pada remaja juga sebenarnya cukup tinggi hanya saja belum ada perhatian yang lebih pada usia ini (American Heart Association News, 2020). Meskipun secara global prevalensi hipotensi lebih rendah dibandingkan hipertensi, kasus ini tetap penting diperhatikan. Upaya deteksi hipotensi di Indonesia sendiri juga belum menjadi fokus utama dalam program kesehatan nasional, dan data prevalensinya, khususnya pada remaja, masih jarang dilaporkan. Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) lebih banyak berfokus pada pencegahan penyakit tidak menular secara umum, tanpa program spesifik untuk hipotensi (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Wilayah kerja Puskesmas Lumbir, pemeriksaan tekanan darah pada remaja baru dilakukan secara terbatas di satu desa melalui Posyandu Remaja. Hasil pemeriksaan di Desa Cingebul pada Agustus 2024 menunjukkan prevalensi hipotensi sebesar 16% dari 56 remaja yang diperiksa. Temuan ini memunculkan kekhawatiran adanya kasus hipotensi yang belum terdeteksi di desa-desa lain dalam satu kecamatan. Selain itu, faktor-faktor seperti status gizi kurang, pola makan tidak sehat, kualitas tidur buruk, dan kurangnya aktivitas fisik diduga kuat berperan dalam kejadian hipotensi pada remaja, meskipun penelitian terkait

hubungan faktor-faktor tersebut masih terbatas (Sari, 2024).

Penelitian mengenai hipotensi pada remaja di Indonesia masih sangat terbatas, termasuk di wilayah kerja Puskesmas Lumbir. Belum ada kajian mendalam yang meneliti tentang prevalensi beserta faktor risiko hipotensi di wilayah ini. Kecurigaan mengenai tingginya prevalensi hipotensi pada remaja menekankan pentingnya pencegahan dan pemantauan kesehatan rutin untuk mengurangi dampak yang ditimbulkan. Melihat pentingnya isu ini dan kurangnya penelitian sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk melakukan studi tentang prevalensi dan analisis faktor risiko hipotensi pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Lumbir. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai kondisi kesehatan remaja di wilayah tersebut, terutama melihat prevalensi hipotensi yang ditemukan sebesar 16% pada pemeriksaan awal di Desa Cingebul, serta menjadi dasar dalam penyusunan program intervensi preventif maupun promotif yang lebih tepat sasaran untuk menurunkan risiko hipotensi sejak usia dini

METODE

Penelitian ini menggunakan desain potong lintang (*cross-sectional*) yang bertujuan untuk mengetahui prevalensi serta menganalisis pengaruh berbagai faktor risiko terhadap kejadian hipotensi pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Lumbir pada tahun 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja berusia 10–19 tahun yang tinggal di wilayah kerja Puskesmas Lumbir, dengan jumlah populasi berdasarkan proyeksi penduduk tahun 2024 sebanyak 7.360 remaja. Sampel sebanyak 160 remaja ditentukan menggunakan teknik *proportional random sampling* berdasarkan distribusi remaja per desa. Namun dalam pelaksanaan di lapangan, pengambilan

sampel dilakukan secara *accidental sampling*, yaitu berdasarkan ketersediaan responden saat pengumpulan data, baik melalui pendekatan langsung (door to door) maupun melalui kerja sama dengan pihak sekolah (SMA Negeri 1 Lumbr, SMP Negeri 1 dan SMP Negeri 2 Lumbr).

Variabel dependen: kejadian hipotensi, ditentukan berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah menggunakan tensimeter dengan kriteria $<90/60$ mmHg. Variabel independen: jenis kelamin, riwayat penyakit kardiovaskular dalam keluarga, status sosial ekonomi, tingkat pengetahuan, aktivitas fisik, pola makan, kualitas tidur, dan status gizi berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT).

Instrumen pengumpulan data berupa kuesioner terstruktur yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Validitas diuji menggunakan korelasi Pearson, sedangkan reliabilitas diuji dengan Cronbach's Alpha. Kuesioner digunakan untuk memperoleh data karakteristik responden serta faktor-faktor risiko yang diteliti. Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah *sphygmomanometer* digital (Omron HEM-7121) untuk pengukuran tekanan darah, timbangan digital dan microtoise untuk mengukur berat badan dan tinggi badan responden.

Teknik pengambilan data dilakukan melalui wawancara langsung menggunakan kuesioner dan pemeriksaan fisik. Sebelum pengukuran tekanan darah, responden diminta duduk tenang minimal selama lima menit. Pengukuran dilakukan sebanyak dua kali, dan nilai rata-rata digunakan sebagai data akhir. Status gizi dihitung berdasarkan rumus IMT, yaitu berat badan (kg) dibagi kuadrat tinggi badan (m^2).

Analisis dan pengolahan data dilakukan menggunakan software SPSS yang meliputi 3 tahapan, yaitu analisis univariat untuk mendeskripsikan distribusi frekuensi masing-masing variabel, analisis bivariat

menggunakan uji Chi-square untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan kejadian hipotensi, dan analisis multivariat menggunakan regresi logistik untuk mengidentifikasi variabel-variabel yang secara signifikan berpengaruh terhadap kejadian hipotensi, ditunjukkan melalui nilai p , odds ratio (OR), dan confidence interval (CI) 95%.

Pelaksanaan penelitian diawali dengan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 12 September 2024 guna memperoleh gambaran awal mengenai kondisi remaja dan fasilitas kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Lumbr. Selanjutnya, peneliti mengajukan permohonan *ethical clearance* (No: 1690/EC/KEPK/XI/2024) ke Komite Etik Penelitian Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan pada tanggal 13 November 2024 sebagai persyaratan kelayakan etik penelitian. Setelah mendapatkan persetujuan etik, peneliti melaksanakan uji validitas dan reliabilitas instrumen kuesioner pengetahuan hipotensi pada remaja di wilayah Wangon pada tanggal 22 November 2024. Pengurusan izin penelitian kemudian dilakukan ke Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu (DPMPSTP) Kabupaten Banyumas pada tanggal 25 November 2024. Pengambilan data dimulai di Desa Besuki pada tanggal 4 Desember 2024 dan dilanjutkan ke desa-desa lain yang berada di wilayah kerja Puskesmas Lumbr secara bertahap hingga selesai pada tanggal 19 Desember 2024.

HASIL

1. Karakteristik Responden

Penelitian ini melibatkan 160 remaja berusia 10–19 tahun yang tersebar di 10 desa wilayah kerja Puskesmas Lumbr. Responden diperoleh melalui metode proporsional random sampling berdasarkan jumlah

populasi remaja di masing-masing desa. Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan dan berada pada kelompok

remaja tengah. Distribusi lengkap dapat dilihat pada berikut

Tabel 1. Distribusi Analisis Univariat

Variabel	Kategori	Jumlah (n)	Persen (%)
Dependen			
Status Tekanan Darah	Hipotensi	91	56,9
	Tidak Hipotensi	69	43,1
	Total	160	100
Karakteristik Responden			
Usia	Remaja Awal	28	17,5
	Remaja Tengah	92	57,5
	Remaja Akhir	26	25
	Total	160	100
Dependen			
Jenis Kelamin	Perempuan	112	70
	Laki- laki	48	30
	Total	160	100
Riwayat Penyakit Krdiovaskular pada Keluarga	Ada Riwayat	46	28,7
	Tidak Ada Riwayat	114	71,3
	Total	160	100
Status Sosial Ekonomi	Menengah Ke Bawah (<30)	153	95,6
	Menengah Ke Atas (≥30)	7	4,4
	Total	160	100
Aktivitas Fisik	Kurang	18	11,3
	Cukup	142	88,8
	Total	160	100
Pola Makan	Buruk	102	63,7
	Baik	58	36,3
	Total	160	100
Kualitas Tidur	Buruk	126	78,8
	Baik	34	21,3
	Total	160	100
Status Gizi	Gizi Kurang	75	46,9
	Gizi Baik	85	53,1
	Total	160	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa persentase tertinggi status tekanan darah adalah hipotensi (56,9%), persentase tertinggi usia remaja adalah remaja tengah (57,5%), persentase tertinggi jenis kelamin adalah perempuan (58,8%), persentase tertinggi klasifikasi usia remaja adalah remaja tengah (57,5%), persentase tertinggi riwayat kesehatan keluarga dengan penyakit kardiovaskular adalah tidak ada riwayat (71,3%), persentase tertinggi status sosial ekonomi adalah menengah ke bawah (95,6%), persentase tertinggi pengetahuan adalah baik (76,3%), persentase tertinggi aktifitas fisik adalah cukup (88,8%), persentase tertinggi pola makan adalah buruk (71,3%), persentase tertinggi kualitas tidur adalah buruk (78,8%), dan persentase tertinggi status gizi adalah gizi baik (53,1%).

2. Analisis Bivariat

Tabel 2. Distribusi Analisis Bivariat

Variabel	Status Tekanan Darah				Total		<i>p-value</i>
	Hipotensi		Tidak Hipotensi				
	n	%	n	%	n	%	
Jenis Kelamin							
Perempuan	70	62,5	42	37,5	112	100	0,043
Laki- laki	21	43,8	27	56,2	48	100	
Riwayat Penyakit Krdiovaskular pada Keluarga							
Ada Riwayat	35	76,1	11	23,9	46	100	0,003
Tidak Ada Riwayat	56	49,1	58	50,9	114	100	
Status Sosial Ekonomi							
Menengah Ke Bawah	85	55,6	68	44,4	153	100	0,236
Menengah Ke Atas	6	85,7	1	14,3	7	100	
Pengetahuan							
Kurang Baik	51	61,4	32	38,6	83	100	0,293
Baik	40	51,9	37	48,1	77	100	
Pola Makan							
Kurang	15	83,3	3	16,7	18	100	0,031
Cukup	76	53,5	66	46,5	142	100	
Aktivitas Fisik							
Buruk	56	54,9	46	45,1	102	100	0,615
Baik	35	60,3	23	39,7	58	100	
Kualitas Tidur							
Buruk	81	64,3	45	35,7	126	100	0,001
Baik	10	29,4	24	70,6	34	100	
Status Gizi							
Gizi Kurang	47	62,7	28	37,3	75	100	0,219
Gizi Baik	44	51,8	41	48,2	85	100	

3. Analisis Multivariat

Tabel 3. Distribusi Analisis Multivariat

Variabel	B	<i>p-value</i> (sig.)	<i>Prevalence Odds</i> <i>Ratio (POR)</i>	<i>95% CI for POR</i>	
				<i>Lower</i>	<i>Upper</i>
Jenis Kelamin	1,362	0,002	3,905	1,682	9,063
Riwayat Kesehatan Keluarga	1,124	0,013	3,078	1,270	7,458
Status Sosial Ekonomi	1,838	0,134	0,159	0,014	1,759
Aktivitas Fisik	1,060	0,150	2,887	0,681	12,241
Kualitas Tidur	1,611	0,001	5,010	1,988	12,626
Status Gizi	0,798	0,039	2,221	1,042	4,733

Tabel 3 menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara jenis kelamin (POR = 3,9), riwayat kesehatan keluarga (POR = 3,0), kualitas tidur (POR = 5,0), dan status gizi (POR = 2,2) terhadap kejadian hipotensi pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Lumbir karena memiliki nilai *p-value* kurang dari 0,05. Namun, tidak ada pengaruh antara status sosial ekonomi dan aktivitas fisik terhadap kejadian hipotensi pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Lumbir.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 56,9% remaja di wilayah kerja Puskesmas Lumbir mengalami hipotensi, yang mencerminkan masalah kesehatan signifikan di daerah tersebut. Dengan memperkirakan bahwa 4.190 remaja di wilayah ini berpotensi mengalami hipotensi, faktor-faktor lokal seperti kebiasaan begadang, pola makan tidak teratur, dan rendahnya aktivitas fisik diduga berkontribusi terhadap tingginya prevalensi ini. Meskipun remaja sering kali tidak menyadari gejala hipotensi seperti pusing dan lemas, kondisi ini dapat memengaruhi produktivitas dan kualitas hidup mereka dalam jangka panjang (Fadlilah et al., 2020). Penelitian ini sejalan dengan temuan di Denpasar yang melaporkan prevalensi hipotensi sebesar 39,2%, namun perbedaan prevalensi dapat dipengaruhi oleh karakteristik populasi, lingkungan, dan metode pengukuran (Istiani et al., 2024). Prevalensi tertinggi dalam lingkup wilayah kerja Puskesmas Lumbir ditemukan pada usia remaja awal (10-13 tahun), dan faktor-faktor seperti jenis kelamin, riwayat penyakit kardiovaskular dalam keluarga, kualitas tidur, serta status gizi turut memengaruhi prevalensi ini. Dengan adanya tantangan dalam akses layanan kesehatan di daerah semi-perdesaan dan kurangnya edukasi kesehatan, prevalensi hipotensi yang tinggi ini berpotensi memperburuk beban kesehatan di masa depan jika tidak segera diatasi. Oleh karena itu, edukasi kesehatan yang intensif, promosi gaya hidup sehat, serta pemeriksaan rutin

tekanan darah menjadi langkah strategis dalam mencegah dan menangani hipotensi pada remaja, sekaligus meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

Faktor kualitas tidur muncul sebagai determinan paling dominan terhadap kejadian hipotensi, di mana remaja dengan kualitas tidur buruk memiliki risiko lebih tinggi. Hasil analisis multivariat dalam penelitian ini menunjukkan bahwa kualitas tidur memiliki pengaruh signifikan yang paling besar terhadap kejadian hipotensi pada remaja, dengan remaja yang memiliki kualitas tidur buruk berisiko 5,010 kali lebih tinggi untuk mengalami hipotensi dibandingkan dengan yang memiliki kualitas tidur baik (*p-value* = 0,001; POR = 5,010). Temuan ini sesuai dengan penelitian oleh Widyasari (2021), yang menyatakan bahwa remaja dengan kualitas tidur buruk memiliki risiko 4,1 kali lebih tinggi mengalami gangguan tekanan darah. Faktor-faktor seperti kebiasaan begadang, penggunaan gadget berlebihan pada malam hari, dan kurang tidur mengganggu produksi hormon melatonin yang berperan dalam regulasi tekanan darah. Penelitian oleh DelRosso et al. (2020) juga menemukan hubungan signifikan antara durasi tidur yang pendek dengan ketidakstabilan tekanan darah, termasuk hipotensi.

Selain itu, jenis kelamin juga memiliki peran penting dalam regulasi tekanan darah, dengan remaja perempuan berisiko 3,905 kali lebih tinggi mengalami hipotensi dibandingkan remaja laki-laki (*p-value* = 0,002; POR = 3,905). Penelitian oleh Ramahan & Farhan (2024) menunjukkan

bahwa perempuan memiliki risiko 78,3% lebih tinggi mengalami hipotensi dibandingkan laki-laki, yang dipengaruhi oleh perbedaan fisiologis, termasuk distribusi lemak tubuh dan perubahan hormon estrogen pada remaja perempuan. Hormon tersebut mempengaruhi sistem kardiovaskular dan regulasi tekanan darah. Selain itu, stres psikologis dan gangguan pola makan pada remaja perempuan dapat meningkatkan risiko hipotensi, yang sesuai dengan temuan oleh Edwar (2022).

Riwayat kesehatan keluarga juga menunjukkan pengaruh signifikan terhadap kejadian hipotensi, dengan remaja yang memiliki riwayat keluarga penyakit kardiovaskular berisiko 3,078 kali lebih tinggi mengalami hipotensi (p -value = 0,013; POR = 3,078). Temuan ini konsisten dengan penelitian Anjaswara (2016), yang menunjukkan adanya pengaruh riwayat keluarga terhadap tekanan darah tidak normal pada remaja. Selain itu, Akmal et al. (2023) juga menyatakan bahwa individu dengan riwayat keluarga masalah tekanan darah memiliki peluang 2,9 kali lebih besar untuk mengalami gangguan tekanan darah. Dalam penelitian ini, sebagian besar remaja yang mengalami hipotensi memiliki ibu dengan riwayat hipotensi, yang menegaskan peran faktor genetik dalam kejadian hipotensi pada remaja. Penelitian Widyasari (2021) juga menunjukkan bahwa riwayat hipertensi dalam keluarga meningkatkan risiko hipertensi pada remaja, yang memperkuat temuan ini.

Status gizi remaja juga berperan penting, dengan remaja yang memiliki status gizi kurang berisiko 2,221 kali lebih tinggi mengalami hipotensi dibandingkan yang memiliki gizi baik (p -value = 0,039; POR = 2,221). Penelitian Wijayanti (2016) mengungkapkan bahwa status gizi yang buruk meningkatkan risiko gangguan tekanan darah, dengan remaja yang memiliki IMT

rendah atau gizi kurang cenderung mengalami hipotensi akibat rendahnya volume plasma darah dan gangguan homeostasis tubuh. Kekurangan gizi dapat mengganggu keseimbangan sistem kardiovaskular, yang mengarah pada penurunan tekanan darah. Penelitian oleh Sugeha (2021) juga menunjukkan bahwa kekurangan mikronutrien penting seperti zat besi dan natrium dapat memperburuk kondisi hipotensi pada remaja dengan gizi kurang. Gangguan tekanan darah akibat status gizi yang buruk dapat menyebabkan kelelahan, penurunan konsentrasi, dan peningkatan risiko pingsan (Salam et al., 2022).

Dalam penelitian ini, variabel aktivitas fisik tidak menunjukkan pengaruh signifikan terhadap kejadian hipotensi pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Lumbir, dengan p -value sebesar 0,150 ($> 0,05$). Meskipun banyak penelitian yang menunjukkan adanya kaitan antara kurangnya aktivitas fisik dan peningkatan risiko hipotensi, seperti yang dilakukan oleh Kisno Saputri et al. (2021), hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor lain seperti status gizi, kualitas tidur, dan faktor genetik lebih berperan dalam kejadian hipotensi pada remaja. Aktivitas fisik yang dilakukan oleh sebagian besar remaja di wilayah ini juga tergolong baik, mengingat mereka masih dalam usia sekolah dan memiliki berbagai kegiatan. Meskipun ada hubungan signifikan antara aktivitas fisik dan kejadian hipotensi dalam analisis bivariat (p -value = 0,031), hubungan ini tidak cukup kuat untuk bertahan dalam model analisis multivariat yang mempertimbangkan variabel lain. Hal ini menunjukkan bahwa faktor-faktor lain yang lebih dominan, seperti status gizi dan pola makan, dapat memoderasi pengaruh aktivitas fisik terhadap tekanan darah remaja (Putra et al., 2019).

Selain itu, variabel status sosial ekonomi juga tidak menunjukkan pengaruh signifikan terhadap kejadian hipotensi pada remaja, dengan *p*-value sebesar 0,134. Meskipun teori menyatakan bahwa status sosial ekonomi dapat mempengaruhi akses terhadap layanan kesehatan, gizi, dan fasilitas medis, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor lain lebih dominan dalam memengaruhi tekanan darah remaja. Perbedaan dalam status sosial ekonomi di wilayah Puskesmas Lumbir tidak cukup besar untuk menunjukkan perbedaan signifikan dalam kejadian hipotensi. Temuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya, seperti yang dilakukan oleh Shofiati (2024), yang menunjukkan bahwa status sosial ekonomi tidak berhubungan signifikan dengan perubahan status tekanan darah pada remaja. Namun, meskipun tidak berpengaruh langsung terhadap tekanan darah, status sosial ekonomi terbukti memiliki hubungan signifikan dengan riwayat penyakit kardiovaskular dalam keluarga (*p*-value = 0,034). Hal ini mengindikasikan bahwa keluarga dengan status sosial ekonomi rendah mungkin memiliki keterbatasan dalam mengakses layanan kesehatan dan edukasi gaya hidup sehat, yang dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular dan berdampak pada generasi berikutnya (Kusparlina, 2022).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian pada 160 remaja di wilayah kerja Puskesmas Lumbir, prevalensi hipotensi mencapai 56,9% (91 remaja). Angka ini merefleksikan potensi sekitar 4.187 dari total 7.360 remaja di wilayah tersebut yang mengalami hipotensi pada tahun 2024. Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (58,8%), berada pada usia remaja tengah (57,5%), tidak memiliki riwayat penyakit kardiovaskular

keluarga (71,3%), dan berasal dari keluarga dengan status sosial ekonomi menengah ke bawah (95,6%). Analisis menunjukkan faktor signifikan meliputi jenis kelamin, riwayat penyakit kardiovaskular keluarga, aktivitas fisik, dan kualitas tidur, sedangkan status sosial ekonomi, pengetahuan, pola makan, dan status gizi tidak berhubungan signifikan. Faktor dominan adalah kualitas tidur buruk, yang meningkatkan risiko hipotensi lebih dari lima kali lipat, diikuti oleh jenis kelamin perempuan, riwayat penyakit kardiovaskular keluarga, dan status gizi kurang.

Bagi remaja dan masyarakat umum, disarankan untuk menjaga kualitas tidur dengan durasi 7–9 jam per malam, menghindari begadang, serta mendapat dukungan keluarga dalam membatasi jam tidur. Remaja dengan riwayat hipotensi keluarga dianjurkan lebih waspada melalui pemeriksaan kesehatan rutin, menjaga asupan makanan bergizi seimbang, serta meningkatkan aktivitas fisik seperti berjalan santai minimal 30 menit sehari dan memastikan kecukupan cairan harian, khususnya pada remaja perempuan. Bagi Puskesmas Lumbir, diharapkan dapat mengoptimalkan peran Integrasi Layanan Primer (ILP) untuk menjangkau seluruh remaja, bekerja sama dengan UKS dalam melakukan skrining kesehatan termasuk hipotensi, serta meningkatkan kampanye edukasi tentang pola tidur, pola makan sehat, dan aktivitas fisik melalui berbagai media. Untuk Dinas Kesehatan Kabupaten, diharapkan mendukung penguatan peran ILP dan meningkatkan fasilitas pemeriksaan tekanan darah remaja melalui penyediaan tenaga kesehatan terampil dan alat kesehatan memadai. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mempertimbangkan faktor tambahan seperti stres, konsumsi rokok, dan kafein yang juga dapat berpengaruh terhadap tekanan darah remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, R., Suprpti, B., Sudrajat, A., Lusiani, D., Fahlevi, R., Noorma, N., Barat Indonesia, J., Keperawatan Poltekkes Kemenkes Jakarta, J., Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara Jakarta Indonesia, P., & Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur Indonesia, J. (2023). *Pengaruh Pemberian Pengetahuan Pertolongan Pertama Pada Pasien Hipotensi Ortostatik*. <https://journal-mandiracendikia.com/jikmc>
- Akmal, D., Rahmawati, Setianto, R., Dewi, B. A., & Anri. (2023). Hubungan Riwayat Hipertensi Dan Merokok Dengan Kejadian Hipertensi. *Journal of Nursing and Public Health*, 11(2). <https://jurnal.unived.ac.id/index.php/jnph/article/view/5351/3821>
- American Heart Association News. (2020). *Dropping blood pressure may predict frailty, falls in older people*. <https://www.heart.org/en/news/2020/03/30/dropping-blood-pressure-may-predict-frailty-falls-in-older-people>
- Anjaswara, A. A. F. Y. (2016). *Hubungan Riwayat Keluarga Menderita Hipertensi Dan Aktivitas Fisik Terhadap Tekanan Darah Pada Remaja Akhir Di Program Studi Ilmu Keperawatan Program A Universitas Brawijaya* [Universitas Brawijaya]. https://repository.ub.ac.id/id/eprint/126386/?utm_source=.com
- Edwar, R. K. (2022). *Hubungan Hipotensi Dengan Kejadian Posto Perative Nausea And Vomiting (PONV) Pada Pasien Spinal Anestesi Di RS PKU Muhammadiyah Gaamping*. https://digilib.unisayogya.ac.id/6411/1/NASKAH%20PUBLIKASI%20RAN%20DY%20KHAMPAI%20EDWAR%20-%20Randy%20Khampai%20Edwar.pdf?utm_source=chatgpt.com
- Fadlilah, S., Rahil, H., & Lanni, F. (2020). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Tekanan Darah Dan Saturasi Oksigen Perifer (SPO2). In *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada-Januari*.
- Istiani, L. N., Andayani, N. L. N., Saraswati, P. A. S., & Dewi, A. A. N. T. N. (2024). Kualitas Tidur Berhubungan dengan Tekanan Darah pada Remaja. *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*, 12(2), 201. <https://doi.org/10.24843/mifi.2024.v12.i02.p14>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Laporan Tahunan DIT.P2PTM 2021*. <https://p2ptm.kemkes.go.id/informasi-p2ptm/laporan-tahunan-ditp2ptm-2021>
- Kisno Saputri, R., Al-Bari, A., Indah, R., & Pitaloka, K. (2021). Hubungan Status Gizi dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi Remaja. In *Jurnal Gizi* (Vol. 10, Issue 2). <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jgizi/article/download/8507/5832>
- Kusparlina, E. P. (2022). Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Hipertensi pada Remaja. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 13(1). <https://forikes-ejournal.com/index.php/SF/article/view/sf13123/13123>
- Lumantow, I., Rompas, S., & Onibala, F. (2016). *Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Remaja di desa Tombasian Atas kecamatan Kawangkoan Barat*. 4(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.35790/jkp.v4i1.11905>
- Putra, M. M., Widiyanto, A., Bukian, P. A. W., & Atmojo, J. T. (2019). Hubungan Keadaan Sosdual Ekonom dan Tingkat Stress Dengan Kejadian Hipertensi. *Intan Husada Jurnal Ilmu Keperawatan*, 7(2), 1–13. <https://doi.org/10.52236/ih.v7i2.150>
- Ramahan, A. S., & Farhan, F. S. (2024). Prevalensi Hipotensi Ortostatik Pada

- Lanjut Usia Di Panti Werdha Jakarta Selatan. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 11(7), 2549–4864. <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kesehatan>
- Sari, S. J. H. (2024). *Hipertensi pada Remaja* (Vol. 6, Issue 4).
- Salam, T. A., Armelia, L., & Arsyad, M. (2022). Quality of Life Chronic Kidney Disease Patients Undergoing Continuous Ambulatory Peritoneal Dialysis at Hermina Hospital Bekasi Reviews from Medical Science and Islam. *Junior Medical Journal*, 1(2), 181–188. <https://doi.org/10.33476/jmj.v1i2.2876>
- Sharma, S., Hashmi, M. F., & Bhattacharya, P. T. (2024). *Hypotension*. StatPearls Publishing. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK499961/>
- Shofiati, A. (2024). *Hubungan Usia, Jenis Kelamin, Dan Sosial Ekonomi dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di RSUD Aghisna Mediks Kroya Tahun 2024* [Universitas Al-Irsyad Cilacap]. <https://repository.universitasilrsyad.ac.id/id/eprint/75/>
- Sugeha, F. Z. R. (2021). *Hubungan Tekanan Darah Terhadap Status Gizi, Pola Makan, Dan Kebiasaan Minum Kopi Pada Mahasiswa Anggota Unit Kegiatan Mahasiswa Universitas Airlangga*. <https://repository.unair.ac.id/111729/19/1.%20HALAMAN%20JUDUL%20.pdf>
- Widyasari, N. (2021). Faktor yang Berpengaruh terhadap Kejadian Hipertensi pada Remaja di Indonesia. *Medicinus*, 34(02). <https://pdfs.semanticscholar.org/f488/cce214fffab23bcd954345812614b1f04234.pdf>
- Wijayanti, R. (2016). *Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Tekanan Darah Wanita 18-25 Tahun Pada Wilayah Kerja Puskesmas Kedung Mundu*. Universitas Diponegoro.