

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN  
PREEKLAMPSIA PADA IBU HAMIL  
(Studi di RSUD Caruban)**

Desi P\* Muarrofah\*\* Maharani Tri Puspitasari Y\*\*\*

**ABSTRAK**

**Pendahuluan** Kehamilan merupakan keadaan fisiologis diikuti proses patologis yang mengancam keadaan ibu dan janin, 15% menderita komplikasi berat, dengan sepertiganya merupakan preeklampsia. Preeklampsia salah satu penyebab angka kematian ibu dan janin, dengan angka kejadian yang cukup tinggi. Faktor risiko terjadinya preeklampsia adalah kebiasaan gaya hidup yaitu merokok, pola makan tidak sehat, dan olahraga. **Tujuan** penelitian ini untuk menganalisis hubungan gaya hidup dengan kejadian preeklampsia pada ibu hamil di RSUD Caruban. **Metode** Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* dengan populasi semua ibu hamil trimester 2 yang memeriksakan diri di poli kandungan RSUD Caruban dan sampel sebagian ibu hamil trimester 2 yang memeriksakan diri di poli kandungan RSUD Caruban dengan pendekatan *consecutif sampling*. Variabel independent gaya hidup dan variabel dependent kejadian preeklampsia pada ibu hamil sedangkan instrumen penelitian menggunakan kuesioner dan lembar observasi. Analisa data dengan menggunakan uji statistik Uji *rank spearman*  $\alpha = 0,05$ . **Hasil Penelitian** menunjukkan gaya hidup ibu hamil yaitu sehat sebanyak 9 responden (36,0%) dan kejadian preeklampsia pada ibu hamil yaitu tidak preeklampsia sebanyak 11 responden (44,0%) preeklampsia ringan sebanyak 4 responden (16,0) preeklampsia berat sebanyak 10 responden (40,0%). Didapatkan hasil nilai  $p = 0,000$  dengan nilai  $\alpha = 0,05$ , karena nilai  $p = 0,000 < 0,05$  hasil  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. **Kesimpulan** penelitian adalah ada hubungan gaya hidup dengan kejadian preeklampsia pada ibu hamil di RSUD Caruban, jadi ibu hamil diharapkan melakukan gaya hidup sehat untuk mengurangi kejadian preeklampsia.

**Kata kunci :** Gaya hidup, Kejadian Preeklampsia

***LIFESTYLE RELATIONSHIP WITH THE PREECLAMPSIA  
EVENTS ON PREGNANT WOMAN  
(Study at In RSUD Caruban)***

**ABSTRACT**

**Preliminary:** *Pregnancy is a physiological state followed by a pathological process that threatens the state of the mother and fetus, 15% suffers from severe complications, with one-third being preeclampsia. Preeclampsia is one of the causes of maternal and fetal mortality, with a high rate of occurrence. Risk factors for preeclampsia are smoking habits, unhealthy diet and exercise. The purpose of this study was to analyze the lifestyle relationship with the incidence of preeclampsia in pregnant women in caruban hospitals. Methode Research used cross sectional design with population of all pregnant women of 2nd trimester who checked themselves in RSUD Caruban Hospital content and samples of some pregnant women of 2nd trimester who checked themselves in the womb of RSUD Caruban with consecutive sampling approach. Independent variable of lifestyle and dependent variable of incidence of preeclampsia in pregnant mother while research instrument using questioner and observation sheet. Analysis using statistical test Spearman rank test  $\alpha = 0,05$ . Result Research shows that the lifestyle of pregnant women is healthy as many as 9 respondents (36.0%) and preeclampsia incidence in pregnant women is not preeclampsia as many as 11 respondents (44.0%) lightweight preeclampsia as may as 4 respondents (16,0%), weight*

*preeclampsia as may as 10 respondents (40,0%). The result is  $p = 0,000$  with  $\alpha = 0,05$ , because  $p = 0,000 < 0,05$  result of  $H_0$  is rejected and  $H_1$  accepted. **Conclusion** is a lifestyle relationship with the incidence of preeclampsia in pregnant women in caruban hospitals, so pregnant women are expected to do a healthy lifestyle to reduce the incidence of preeclampsia.*

**Keywords:** *Lifestyle, Genesis Preeclampsia*

## **PENDAHULUAN**

Kehamilan merupakan keadaan fisiologis dapat diikuti proses patologis yang mengancam keadaan ibu dan janin (Prawirohardjo, 2006 dalam Pratiwi, 2015). Sekitar 15% menderita komplikasi berat, dengan sepertiganya merupakan preeklampsia. Preeklampsia merupakan salah satu penyebab angka kematian ibu dan janin, dengan angka kejadian yang cukup tinggi (Prawirohardjo, 2010 dalam Pratiwi, 2015).

Penelitian tentang preeklampsia sudah dilakukan, namun sampai saat ini penyebab preeklampsia belum diketahui secara pasti, berbagai mekanisme untuk menjelaskan penyebab dari preeklampsia telah banyak diajukan tetapi belum memuaskan karena banyak teori yang ada mengenai etiologi dan patofisiologi maka preeklampsia disebut “*the disease of theories*”, namun ada teori yang mengatakan bahwa Radikal bebas menjadi faktor penyebab terjadinya hipertensi dalam kehamilan faktor yang menyebabkan peningkatan radikal bebas adalah polusi, radiasi, faktor fisik adalah kehamilan, *overtraining*, gaya hidup yaitu merokok, minum alkohol, makanan buruk, kurang berolahraga, efek psikologis seperti stres, emosi, berbagai penyakit, faktor lain seperti obat-obatan, terapi radiasi (Iotio, 2007).

Menurut data Incidence and Prevalence tentang Hypertension complicating pregnancy childbirth (2013). Dengan 3% hingga 5% komplikasi kehamilan oleh preeklampsia dan dengan rata-rata 128,9 juta kelahiran per-tahun, sekitar 3,87 hingga 6,45 juta kehamilan per tahun dipengaruhi oleh preeklampsia di seluruh

dunia, gangguan hipertensi kehamilan penyumbang 51% angka kematian ibu di dunia.

Di Indonesia, pada tahun 2010 hipertensi pada ibu hamil adalah 21,5%, pada tahun 2011 hipertensi pada ibu hamil adalah 24,7%, pada tahun 2012 ada 26,9% sedangkan pada tahun 2013 adalah 27,1%. Pada data tersebut sejak tahun 2010 hingga 2013 terjadi peningkatan kejadian hipertensi pada kehamilan, ini menandakan resiko terjadinya preeklampsia meningkat (Angsar M D, 2017). Berdasarkan data pada Lampiran Data Profil Kesehatan Laporan Kematian Ibu (LKI) Dilihat dari penyebab kematian ibu tahun 2013-2014, preeklampsia/eklampsia mengalami penurunan. Dari proporsi tahun 2014, faktor preeklampsia/eklampsia masih menjadi faktor dominan (31,04%) penyebab kematian ibu di Jawa Timur (Dinkesprovjatim, 2015).

Berdasarkan data hasil studi pendahuluan di RSUD Caruban Kabupaten Madiun dalam tiga bulan terakhir, ada 32 pasien ibu hamil dengan preeklampsia yang diantaranya 7 orang ibu hamil yang dirawat jalan di poli kandungan dan 25 pasien preeklampsia yang melakukan persalinan (SUMBER : REKAM MEDIK RSUD Caruban Kab.Madiun).

Menurut Manuaba (2007) salah satu faktor risiko terjadinya preeklampsia adalah kebiasaan hidup/gaya hidup yaitu: merokok, pola makan tidak sehat, dan olahraga. Gaya hidup ini mencerminkan keseluruhan pribadi yang berinteraksi dengan lingkungan. Gaya hidup berubah dari zaman ke zaman seiring dengan peningkatan kualitas hidup manusia, terjadi pula pergeseran- pergeseran

terutama pada pola hidup. Pergeseran-pergeseran pola hidup ini juga diikuti dengan perubahan pola makan, baik dilihat dari komposisi menu maupun intensitas makan. Pola hidup modern di perkotaan sering membuat masyarakat terlena dalam mengkonsumsi makanan. Pola makan dikota-kota telah bergeser dari pola makan tradisional ke pola makan kebarat-baratan dengan komposisi makanan yang terlalu banyak mengandung protein, lemak, gula, dan mengandung sedikit serat, makanan seperti ini terutama terdapat pada makanan siap saji yang akhir-akhir ini sangat digemari seperti pizza, hamburger, kentucky dan lain sebagainya (Leiliana, 2000) Hasil penelitian di Swedia menyatakan bahwa kebiasaan merokok di awal dan pertengahan kehamilan mempengaruhi risiko terjadinya preeklampsia (Lestari, Dewi dan Rahmania, 2012).

Salah satu upaya yang dilakukan untuk menurunkan AKI dan AKB akibat preeklampsia adalah Pemerintah Indonesia telah mencanangkan Making Pregnancy Safer (MPS) yang merupakan bagian dari Safe Motherhood dengan pelaksanaan sesuai dengan tiga kunci MPS, yaitu : setiap persalinan ditolong oleh tenaga kesehatan yang terlatih, setiap komplikasi obstetrik dan neonatal mendapat pelayanan yang akurat, setiap wanita subur mempunyai akses terhadap pencegahan kehamilan yang tidak diinginkan dan penanganan komplikasi keguguran (Prawirohardjo, 2010 dalam Pratiwi, 2015). Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk meneliti “ Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Preeklampsia pada Ibu Hamil”.

## BAHAN DAN METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian analitik yaitu survei dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil trimester 2 yang memeriksakan diri di poli kandungan di RSUD Caruban Kabupaten Madiun dengan sampel sebagian responden ibu

hamil trimester 2 yang memeriksakan diri di poli kandungan di RSUD Caruban Kabupaten Madiun.

Teknik sampling yang digunakan yaitu *Non probability Sampling*. Variabel bebas adalah gaya hidup sedangkan variabel terikat adalah kejadian preeklampsia pada ibu hamil. Penelitian ini menggunakan kuesioner yang diuji validitas dan reabilitas.

Pengolahan data dengan *Editing, Coding, Scoring dan Tabulating*. Dianalisis dengan menggunakan Uji korelasi *Spearman*. Etika penelitian Informed consent (lembar persetujuan), Anonymity (Tanpa nama), Confidentiality (Kerahasiaan).

## HASIL PENELITIAN

### Data umum

Tabel 1 Diskripsi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Di RSUD Caruban

No	Umur / Th	Frekuensi	Persentase (%)
1	21 - 30	9	36,0
2	31 - 40	16	64,0
<b>Total</b>		25	100,0

Sumber : Data primer, 2018

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur 31 - 40 tahun yaitu sebanyak 16 responden (64,0%).

Tabel 2 Diskripsi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Di RSUD Caruban

No	Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
1	SMP	3	12,0
2	SMA	15	60,0
3	Pendidikann Tinggi	7	28,0
<b>Total</b>		25	100,0

Sumber : Data primer, 2018

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa hampir sebagian besar responden berpendidikan SMA yaitu sebanyak 15 responden (60,0%).

Tabel 3 Diskripsi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Di RSUD Caruban

No	Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
1	PNS	2	8,0
2	Swasta	9	36,0
3	Wiraswasta	7	28,0
4	Petani	7	28,0
<b>Total</b>		25	100,0

Sumber : Data primer, 2018

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa hampir setengah responden mempunyai pekerjaan sebagai karyawan swasta yaitu sebanyak 9 responden (36,0%).

Tabel 4 Diskripsi Karakteristik Responden Berdasarkan Berat Badan Di RSUD Caruban

No	Berat Badan	Frekuensi	Persentase (%)
1	55 - 64 Kg	11	44,0
2	65 - 74 Kg	13	52,0
3	75 - 84 Kg	1	4,0
<b>Total</b>		25	100,0

Sumber : Data primer, 2018

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berat badan 65 – 74 Kg yaitu sebanyak 13 responden (52,0%).

Tabel 5 Diskripsi Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Penyakit Hipertensi Di RSUD Caruban

No	Riwayat penyakit Hipertensi	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tidak ada riwayat	14	56,0
2	< 1 tahun	3	12,0
3	2 - 5 tahun	4	16,0
4	> 6 tahun	4	16,0

<b>Total</b>	25	100,0
--------------	----	-------

Sumber : Data primer, 2018

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak ada riwayat penyakit hipertensi yaitu sebanyak 14 responden (56,0%).

#### Data Khusus

Tabel 6 Diskripsi Karakteristik Responden Berdasarkan Gaya Hidup Di RSUD Caruban

No	Gaya Hidup	Frekuensi	Persentase (%)
1	Sehat	9	36,0
2	Kurang Sehat	8	32,0
3	Tidak Sehat	8	32,0
<b>Total</b>		25	100,0

Sumber : Data primer, 2018

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa hampir setengah responden gaya hidup ibu hamil yaitu sehat sebanyak 9 responden (36,0%).

Tabel 7 Diskripsi Karakteristik Responden Berdasarkan Kejadian Preeklampsia Pada Ibu Hamil Di RSUD Caruban

No	Kejadian Preeklampsia	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tidak Preeklampsia	11	44,0
2	Preeklampsia Ringan	4	16,0
3	Preeklampsia Berat	10	40,0
<b>Total</b>		25	100,0

Sumber : Data primer, 2018

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa hampir setengah responden kejadian preeklampsia pada ibu hamil yaitu tidak preeklampsia sebanyak 11 responden (44,0%).

Tabel 8 Diskripsi Tabulasi Silang Analisis Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Preeklampsia pada Ibu Hamil Di RSUD Caruban

			Gaya_Hidup	Kejadian_Preeklampsia_Pada_Ibu_Hamil
S p e r m a n , s r h o	Gaya_Hidup	Correlation	1.00	.740**
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	25	25
	Kejadian_Preeklampsia_Pada_Ibu_Hamil	Correlation	.740**	1.000
		Coefficient		
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	25	25

\*\* Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Uji *rank spearman* 0,000

Sumber : data primer, 2018

Analisis data dilakukan menggunakan Uji *rank spearman* dengan SPSS pada taraf kesalahan 5%. Berdasarkan hasil Uji *rank spearman* antara variabel hubungan gaya hidup dengan kejadian preeklampsia pada ibu hamil di RSUD Caruban Kabupaten Madiun, didapatkan nilai *p value* = 0,000 dimana *p value* <  $\alpha$  0,05. Maka H1 diterima yang artinya ada hubungan gaya hidup dengan kejadian preeklampsia pada ibu hamil di RSUD Caruban Kabupaten Madiun.

Untuk nilai tingkat hubungan didapatkan hasil  $r = 0,740$  dimana nilai tingkat hubungan berada pada kisaran 0.61-0.80 yang berarti pada penelitian ini memiliki hubungan tinggi (Arikunto, 2010).

## PEMBAHASAN

### Gaya hidup ibu hamil di RSUD Caruban Kabupaten Madiun

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa hampir dari setengahnya dari responden gaya hidup ibu hamil yaitu sehat. Seseorang yang memiliki gaya hidup sehat akan menjalankan kehidupannya dengan memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan seperti makanan sehat, kebiasaan olahraga yang rutin, dan tidak merokok. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka pengetahuan tentang gaya hidup yang sehat untuk ibu hamil semakin luas, hal ini sesuai dengan keterangan pada tabel 2 menunjukkan bahwa hampir sebagian besar dari responden berpendidikan SMA.

Menurut peneliti gaya hidup dipengaruhi oleh pengetahuan, pengalaman dan pendidikan, seseorang yang tingkat pendidikannya tinggi cenderung memiliki pemikiran yang baik dan gaya hidup yang baik karena semakin bertambah pengetahuan yang didapat juga semakin bertambah pilihan gaya hidup sehat yang dilakukannya setiap hari. Tingkat pengetahuan dan pendidikan mempengaruhi pilihan gaya hidup seseorang, terbukti pada butir pernyataan no. 1 pada kuesioner tentang merokok yaitu apakah ibu merokok? yang menjawab tidak merokok sebanyak 20 responden.

Hal ini sejalan menurut Armstrong faktor-faktor yang mempengaruhi gaya hidup seseorang adalah sikap, pengalaman dan tingkat pendidikan, kepribadian, konsep diri, motif, persepsi, kelompok referensi, kelas sosial, keluarga dan kebudayaan (Nugraheni, 2013)

Gaya hidup juga dipengaruhi oleh perkembangan media sosial seperti alat komunikasi (instagram, facebook, internet, televisi dan lain-lain) yang menawarkan iklan rokok setiap iklannya menampilkan peringatan merokok membunuhmu, dari

hal tersebut jelas bahwa rokok kurang sehat untuk dikonsumsi. Media sosial sangat mudah mempengaruhi seseorang karena tampilan iklan rokok menampilkan gambar-gambar yang menggambarkan akibat jika merokok gambar tersebut juga terdapat pada kemasan rokoknya. Hal ini membuat seseorang ibu hamil takut untuk merokok.

Menurut Safri *et al* (2015) seseorang yang memiliki gaya hidup sehat akan menjalankan kehidupannya dengan memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan seperti makanan, pikiran, kebiasaan olahraga, dan lingkungan yang sehat. Hal ini akan menyebabkan tingkat kesehatan seseorang menjadi baik. Sebaliknya, perubahan gaya hidup ke arah tidak sehat seperti konsumsi makanan instan, kurang berolahraga, perilaku merokok, pengendalian stres yang buruk, dan lingkungan yang tidak sehat akan memperburuk kondisi kesehatan.

### **Kejadian Preeklampsia Pada Ibu Hamil di RSUD Caruban Kabupaten Madiun**

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa hampir dari setengahnya responden tidak mengalami preeklampsia yaitu responden yang mempunyai kisaran tekanan darah sistolik  $\geq 130$  mmHg dan diastolik  $\geq 80$  mmHg batasan tekanan darah tersebut dikatakan normal. Berdasarkan tabel 5.7 menunjukkan bahwa hampir setengah responden preeklampsia berat, dan sebagian kecil responden preeklampsia ringan.

Preeklampsia ditandai dengan tekanan darah tinggi pada kehamilan, kondisi ini muncul setelah melewati pertengahan kehamilan, dan beberapa minggu setelah melahirkan. Sebagian besar responden tidak ada riwayat preeklampsia. Terdapat peranan genetik dalam hipertensi kehamilan. Hal tersebut dapat terjadi karena terdapat riwayat keluarga dengan hipertensi dalam kehamilan. Hal ini berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden tidak ada riwayat penyakit hipertensi yaitu sebanyak 14 responden (56%). Riwayat hipertensi

kronis yang dialami selama kehamilan dapat meningkatkan risiko terjadinya hipertensi dalam kehamilan, dimana komplikasi tersebut dapat mengakibatkan superimpose preeklamsia dan hipertensi kronis dalam kehamilan.

Menurut peneliti preeklampsia dapat terjadi karena beberapa faktor pemicu diantaranya faktor genetik, jika ibu memiliki riwayat preeklampsia, maka akan berisiko mengalami preeklampsia saat hamil, faktor yang kedua adanya kelainan pembuluh darah. Penyempitan pembuluh darah bisa mengakibatkan suplai darah ke organ-organ vital. Faktor psikologis saat kehamilan yang mempengaruhi tekanan darah yaitu berasal dari pengaruh perubahan hormonal yang terjadi selama kehamilan. Perubahan hormone yang berlangsung selama kehamilan juga berperan dalam perubahan emosi, membuat perasaan jadi tidak menentu, konsentrasi berkurang dan sering pusing. Hal ini menyebabkan ibu merasa tidak nyaman selama kehamilan dan memicu timbulnya stress yang ditandai ibu sering murung hal ini menyebabkan tekanan darah tinggi.

Hal ini sejalan menurut penelitian lain yang dilakukan Nilsson (2004) menyebutkan adanya komponen genetik untuk terjadinya hipertensi gestasional disertai preeklampsia. Disebutkan juga bahwa angka kejadian preeklampsia meningkat hingga 60% pada kembar monozigotik perempuan. Faktor genetik, termasuk gen predisposisi warisan serta pengaruh epigenetik. Preeklampsia adalah penyakit multifaktorial dan poligenik. Dari hasil penelitian yang dilakukan tahun 2009 terdapat risiko terjadinya preeklampsia pada anak perempuan dengan ibu yang pernah preeklampsia sebesar 20-40%, pada saudara perempuan dengan preeklampsia 11-37%, dan pada saudara kembar sebesar 22-47%.

Maladaptif maternal terhadap perubahan kardiovaskular atau inflamasi pada kehamilan normal. Perubahan inflamasi diduga merupakan kelanjutan perubahan

tahap I yang disebabkan oleh invaginasi plasenta yang abnormal. Cedera endotel diduga dipicu oleh faktor metabolik dan anti angiogenik serta mediator inflamasi. Disebutkan bahwa disfungsi endotel disebabkan karena terjadinya stres oksidatif pada preeklampsia. Akibat lain stres oksidatif adalah meningkatkan produksi sel busa yang kaya lemak yang terdapat pada aterosclerosis, aktivasi koagulasi mikrovaskular, yang ditandai trombositopenia, dan peningkatan permeabilitas kapiler yang bermanifestasi klinis edema dan proteinuria hiperaktivasi dalam sirkulasi maternal.

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden berumur 31 - 40 tahun yaitu sebanyak 16 responden (64%) dan berdasarkan tabel 5.7 menunjukkan bahwa hampir setengah responden kejadian preeklampsia pada ibu hamil yaitu tidak preeklampsia sebanyak 11 responden (44%).

Menurut peneliti usia yang aman untuk kehamilan dan persalinan adalah usia 20-30 tahun. Dampak dari usia yang lebih, dapat menimbulkan komplikasi selama kehamilan. Saat usia diatas 35 tahun mempunyai risiko yang lebih besar mengalami hipertensi dalam kehamilan.

Wanita yang memiliki tekanan darah tinggi selama kehamilan memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami komplikasi kehamilan, kelahiran, dan dalam masa nifas. Peningkatan risiko tersebut berlaku untuk ibu dan janin. Preeklampsia dapat berakibat buruk pada ibu maupun janin yang dikandungnya. Tanpa perawatan yang tepat, preeklampsia dapat menimbulkan komplikasi serius yaitu persalinan preterm dan kematian ibu.

Hal ini sejalan menurut Lalage & zarlina (2013) hipertensi pada kehamilan banyak terjadi pada usia ibu hamil dibawah 20 tahun atau di atas 40 tahun dan menimpa 8-10% kehamilan. Kebanyakan wanita hamil yang mengalami hipertensi memiliki kondisi *hipertensi primer* yang sudah ada sebelumnya. Tekanan darah tinggi pada

kehamilan dapat menjadi tanda awal dari pre-eklampsia, suatu kondisi yang muncul setelah melewati pertengahan kehamilan, dan beberapa minggu setelah melahirkan Penyakit hipertensi pada umumnya sering menyerang orang yang sudah berusia di atas 30 tahun dan yang memiliki pola makan serta pola hidup tidak sehat.

Hipertensi adalah naiknya tekanan darah pembuluh baik, yang disebabkan gangguan hormon ataupun kerusakan pada pembuluh darah jantung. Hipertensi dalam kehamilan merupakan gangguan multifaktorial. Beberapa faktor risiko dari hipertensi dalam kehamilan yaitu usia maternal, primigravida, riwayat keluarga, riwayat hipertensi, tingginya indeks massa tubuh, gangguan ginjal

Menurut Mitayani (2009) faktor-faktor resiko terjadinya preeklampsia pada ibu hamil itu, antara lain edema pada kaki, gangguan sistem vaskular, fungsi ginjal terganggu, kejang, muncul sindrom HELLP (Hemolysis, Elevated Liver Enzymes and Low Platelet Count) atau hemolisis, peningkatan enzim hati dan jumlah trombosit yang rendah, menyebabkan kematian.

Menurut Lalage & Zerlina (2013) hipertensi atau tekanan darah tinggi yang menimpa ibu hamil atau *Pregnancy-induced hypertension* (PIH) adalah suatu bentuk tekanan darah tinggi selama kehamilan yang lebih sering terjadi pada wanita muda dengan kehamilan pertama, kehamilan kembar, atau pada seorang wanita yang menderita masalah kesehatan lainnya seperti diabetes, hipertensi kronis, dan lainnya.

### **Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Preeklampsia Pada Ibu Hamil di RSUD Caruban Kabupaten Madiun**

Berdasarkan analisis data dilakukan menggunakan uji *rank spearman* dengan SPSS pada taraf kesalahan 5%. Berdasarkan hasil uji *rank spearman* antara variabel Gaya Hidup dengan Kejadian Preeklampsia Pada Ibu Hamil

di RSUD Caruban Kabupaten Madiun, didapatkan nilai  $p \text{ value} = 0,000$  dimana  $p \text{ value} < \alpha 0,05$ . Maka H1 diterima yang artinya ada hubungan gaya hidup yang dengan kejadian preeklampsia pada ibu hamil di RSUD Caruban Kabupaten Madiun.

Menurut peneliti gaya hidup juga mempengaruhi timbul penyakit yang sering diderita antara lain hipertensi. Untuk menciptakan hidup yang lebih sehat segala sesuatu yang kita lakukan tidak boleh berlebihan karena hal tersebut bukan menjadi lebih baik tetapi sebaliknya akan memperburuk keadaan.

Seseorang yang memiliki gaya hidup sehat akan menjalankan kehidupannya dengan memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan seperti makanan, pikiran, kebiasaan olahraga, dan lingkungan yang sehat. Hal ini akan menyebabkan tingkat kesehatan seseorang menjadi baik. Kesehatan yang baik menjadikan kualitas hidup seseorang meningkat.

Sebaliknya, perubahan gaya hidup ke arah tidak sehat seperti konsumsi makanan instan, kurang berolahraga, perilaku merokok, pengendalian stres yang buruk, dan lingkungan yang tidak sehat akan memperburuk kondisi kesehatan. Seseorang dengan gaya hidup tidak sehat dapat memicu terjadinya hipertensi pada kehamilan kondisi ini menjadikan kualitas hidup seseorang menjadi menurun.

Hal ini sejalan menurut Safri *et al* (2015) gaya hidup merupakan gambaran bagi setiap orang yang mengadakannya dan menggambarkan seberapa besar perilaku seseorang di dalam masyarakat. Selain itu, gaya hidup juga dapat diartikan sebagai suatu seni yang dibudayakan oleh setiap orang. Modifikasi gaya hidup sehat bagi setiap orang sangat penting untuk menjaga kesehatan dan merupakan bagian yang penting dalam penanganan hipertensi. Semua pasien hipertensi harus melakukan perubahan gaya hidup. Disamping

menurunkan tekanan darah pada pasien-pasien dengan hipertensi, modifikasi gaya hidup juga dapat mengurangi berlanjutnya tekanan darah ke hipertensi pada pasien-pasien dengan tekanan darah prehipertensi.

Menurut Panjaitan (2015) modifikasi gaya hidup yang penting adalah mengurangi berat badan untuk individu yang obesitas atau kegemukan; mengadopsi pola makan DASH (Dietary Approach to Stop Hypertension) yang kaya akan kalium dan kalsium; diet rendah natrium; aktifitas fisik; dan mengkonsumsi alkohol sedikit saja. Pada sejumlah pasien dengan pengontrolan tekanan darah cukup baik dengan terapi satu obat anti hipertensi; mengurangi garam dan berat. Program diet yang mudah di terima adalah yang di desain untuk menurunkan berat badan secara perlahan-lahan pada pasien yang gemuk dan obesitas di sertai pembatasan pemasukan natrium dan alkohol.

Menurut Panjaitan (2015) gaya hidup juga mempengaruhi kerentanan fisik terutama kurangnya aktifitas fisik. Akibatnya timbul penyakit yang sering diderita antara diabetes mellitus, penyakit jantung, hipertensi, dan kanker. Untuk menciptakan hidup yang lebih sehat segala sesuatu yang kita lakukan tidak boleh berlebihan karena hal tersebut bukan menjadi lebih baik tetapi sebaliknya akan memperburuk keadaan

Menurut Sims (1970) Hipertensi dalam kehamilan berarti bahwa wanita telah menderita hipertensi sebelum hamil, disebut juga sebagai pre-eklampsia tidak murni. Superimposed pre-eklampsia bila disertai dengan proteinuria dan edema. Penyebab utama hipertensi dalam kehamilan adalah hipertensi esensial/hipertensi primer, hipertensi renovaskuler/sekunder.

Menurut Ankichetty *et al* (2013) hipertensi esensial/primer: terjadi misalnya karena pola hidup tidak sehat, mengalami stress, megkonsumsi garam berlebih, merokok, pola makan tidak sehat mengakibatkan timbunan lemak dan kelebihan berat badan

serta oleh adanya faktor keturunan. Hipertensi renovaskuler/sekunder: adalah hipertensi yang terjadi oleh adanya gangguan ginjal atau jantung

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Gaya hidup ibu hamil dengan preeklampsia di RSUD Caruban bahwa hampir setengah dari responden gaya hidup sehat.

Kejadian preeklampsia pada ibu hamil di RSUD Caruban bahwa hampir dari setengah responden tidak preeklampsia

Ada hubungan gaya hidup dengan kejadian preeklampsia pada ibu hamil di RSUD Caruban.

### **Saran**

Bagi Petugas Kesehatan RSUD Caruban Diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan dengan memberikan KIE dari bidan atau petugas kesehatan pada semua ibu hamil terutama ibu hamil yang beresiko preeklampsia saat memeriksakan diri dipoli kandungan RSUD Caruban.

Bagi Institusi Pendidikan Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan referensi bagi institusi pendidikan untuk bahan materi kegiatan belajar mengajar tentang gaya hidup pada ibu hamil dan kejadian preeklampsia dan dapat diaplikasikan ke masyarakat lewat pengabdian masyarakat baik bagi dosen dan mahasiswa.

Bagi Peneliti Selanjutnya Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi atau gambaran dan bahan referensi bagi peneliti berikutnya tentang kejadian preeklampsia pada gaya hidup ibu hamil yang sehat dengan faktor genetik atau riwayat

penyakit, sehingga nantinya didapatkan hasil yang lebih maksimal.

sehingga nantinya didapatkan hasil yang lebih maksimal.

## **KEPUSTAKAAN**

Angsar M D, M. (2017) "Karakteristik Ibu Hamil Dengan Preeklampsia Di Rsup Prof Dr. R. D. Kandou Manado," *jurnal KEDOKTERAN KLINIK (JKK)*, 1(3).

Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian*. Rineka Cipta, Jakarta.

Lalage,z., (2013) *Menghadapi Kehamilan Beresiko Tinggi*

Lestari, wilanda suci, Dewi, Y. I. dan Rahmania, S. (2012) "Gambaran pengetahuan dan gaya hidup ibu hamil preeklampsia tentang preeklampsia," *Reposiroty University Riau*, (1). Tersedia pada: <http://103.10.169.96/xmlui/handle/123456789/1958?show=full>.

Panjaitan, R. (2015) "Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Helvetia Medan tahun 2015," *SKripsi*, 2015, hal 22-31

Pratiwi, I. (2015) "Hubungan Paritas dengan Pre eklamsia," *Stikes Aisyiyah Yogyakarta*, hal. 14.