

GAMBARAN HIPERTENSI PADA PENDONOR RUTIN DI UNIT DONOR DARAH PMI PROVINSI DKI JAKARTA TAHUN 2023

¹Tetra Anestasia Putri, ²Ajeng Candan Wirandita

^{1,2}Akademi Bakti Kemanusiaan PMI

Email: ¹tetraanestasia@gmail.com, ²ajengdita.ad@gmail.com

ABSTRAK

Kegagalan karena tekanan darah merupakan faktor penyebab yang sering terjadi, baik karena terlalu rendah ataupun terlalu tinggi yang melampaui batas ambang persyaratan untuk menjadi calon pendonor darah. Hipertensi terjadi ketika darah yang dipompa jumlahnya banyak, namun pembuluh darah arteri yang akan dilalui oleh darah kecil. Hipertensi ditandai dengan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg, atau tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg. Pada pendonor darah di UDD PMI DKI Jakarta melakukan pemeriksaan terhadap tekanan darah sebelum mendonorkan darahnya. Kegagalan donasi darah akibat hipertensi, dapat mengurangi pasokan darah di UDD yang berdampak pada berkurangnya akses layanan darah bagi pasien di rumah sakit. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran hipertensi pada donor rutin di UDD PMI Provinsi DKI Jakarta. Metode: Menggunakan pendekatan cross sectional. Populasi yang digunakan adalah seluruh pendonor tahun 2022. Pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling sebanyak 100 pendonor. Alat pengumpulan data menggunakan data primer dan data sekunder. Teknik olah data, diolah dengan editing, data entry. Analisa univariat disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan analisa bivariat di menggunakan uji korelasi Spearman rank. dengan bantuan program SPSS Versi 26. Hasil: Jenis kelamin pendonor rutin lebih banyak laki-laki dibandingkan perempuan. Usia pendonor rutin paling banyak di usia >50 tahun. Jumlah donasi pendonor rutin sebagian besar 10-24 kali. Pendonor rutin lebih banyak dalam kategori hipertensi stage I. Simpulan: Diharapkan UDD PMI DKI Jakarta dapat membuat kegiatan penyuluhan terkait hipertensi sehingga pendonor rutin dapat memahami dan mencegah di dalam kehidupan sehari-hari.

Kata kunci: donor rutin, hipertensi, jenis kelamin, jumlah donasi, usia

ABSTRACT

Failure due to blood pressure is a frequent contributing factor, either because it is too low or too high that exceeds the threshold to become a potential blood donor. Hypertension occurs when a lot of blood is pumped, but the arteries that will be passed by blood are small. Hypertension is characterized by diastolic blood pressure ≥ 90 mmHg, or systolic blood pressure ≥ 140 mmHg. Blood donors at Jakarta Blood Transfusion Service check blood pressure before donating blood. Failure of blood donation due to hypertension, can reduce blood supply in Jakarta Blood Transfusion Service which has an impact on reducing access to blood services for patients in hospitals. The purpose of this study was to determine the picture of hypertension in routine donors at Jakarta Blood Transfusion Service Province. Method: Use a cross sectional approach. The population used is all donors in 2022. Sampling using purposive sampling techniques as many as 100 donors. Data collection tools use primary data and secondary data. Data processing techniques, processed by editing, data entry Univariate analysis is presented in the form of frequency distribution tables and bivariate analysis using the Spearman rank correlation test. with the help of the SPSS Version 26 program. Results: There were more regular donors than women. The age of most regular donors at the age of >50 years. The number of regular donor donations is mostly 10-24 times. Regular donors are more in the category of stage I hypertension. Conclusion: It is hoped that Jakarta Blood Transfusion Service can make counseling activities related to hypertension so that regular donors can understand and prevent it in their daily lives.

Keywords: regular donor, hypertension, gender, donation amount, age

A. PENDAHULUAN

Donor darah adalah proses mengambil darah dari seseorang secara sukarela dan disimpan di bank darah untuk ditransfusikan (Daradjatun, 2019). Darah

berasal dari sumbangan pada donor sukarela dan donor pengganti. Donor darah sukarela adalah seseorang yang secara sukarela mendonorkan darahnya untuk kepentingan orang yang

membutuhkan, tanpa mengetahui untuk siapa (Elfazia, 2019).

Pendonor darah adalah seseorang yang bersedia diambil darahnya dalam jumlah kurang lebih 350 ml sampai dengan 450 ml (World Health Organization, 2016). Seseorang harus diperiksa kelayakannya terlebih dahulu berdasarkan pemenuhan terhadap kriteria calon pendonor darah. Kriteria yang dimaksudkan diantaranya adalah berbadan sehat, tidak memiliki riwayat penyakit berarti yang dapat menular lewat darah, berat badan lebih dari 45 kg, hemoglobin dalam darah 12,5 hingga 17,0 g/dl, tekanan darah systole yaitu antara 90-160 mmHg serta tekanan diastolik 60-100 mmHg, suhu tubuh 36,5-37,5°C. Calon pendonor darah sebaiknya istirahat lebih dari 6 jam sebelum mendonorkan darahnya (Kementerian Kesehatan RI, 2015).

Sebelum melakukan donor darah, calon pendonor akan diperiksa kesehatannya untuk memastikan tidak ada gangguan kesehatan berarti dan untuk memastikan telah memenuhi kriteria sebagai pendonor (Kementerian Kesehatan RI, 2015). Beberapa faktor yang dapat menyebabkan tidak terpenuhinya persyaratan donor antara lain adalah dikarenakan kondisi tubuh calon pendonor sendiri yang kurang sehat, tekanan darah calon pendonor yang tidak memenuhi kriteria, calon pendonor kurang istirahat, serta beragam faktor kesehatan lainnya yang berkaitan dengan kondisi syarat menjadi pendonor darah (Riawati, 2022). Kegagalan karena tekanan darah merupakan faktor penyebab yang sering terjadi, baik karena terlalu rendah ataupun terlalu tinggi yang melampaui batas ambang persyaratan untuk menjadi calon pendonor darah. Pengukuran tekanan darah menggunakan alat *sphygmomanometer* air raksa, digital atau tensimeter *anaeroid* sesuai dengan standar *British Society of Hypertension* (Kemenkes RI, 2019). Hasil pengukuran dimana tekanan darah melebihi normal disebut hipertensi, sementara kondisi di bawah ambang normal disebut hipotensi. Kedua kondisi tersebut dapat berpengaruh terhadap kesehatan seseorang. Hipertensi atau hipotensi menggambarkan tekanan darah pada sirkulasi terhadap dinding arteri pada saat darah dipompa dari jantung. Hipertensi terjadi ketika darah yang dipompa jumlahnya banyak, namun pembuluh darah arteri yang akan dilalui oleh darah kecil. Hipertensi ditandai dengan tekanan darah diastolik secara konsisten di atas 90 mmHg, atau tekanan darah sistolik secara konsisten di atas 140 mmHg (Azizah, 2015).

World Health Organization atau dapat disingkat WHO menaksir prevalensi tekanan darah tinggi secara global yaitu sebesar 22% dari total keseluruhan populasi yang berada di dunia. Di Indonesia, menurut Survei Kesehatan Dasar

(Riskesdas) tahun 2018, prevalensi hipertensi mencapai 34,1% dari populasi dewasa. Sementara itu, menurut hasil pengukuran diketahui bahwa 1 dari 5 orang Indonesia yang berusia 25- 34 tahun menderita tekanan darah tinggi, dan hampir 1-3 orang yang berusia 35-44 tahun menderita tekanan darah tinggi. Data Riskesdas DKI Jakarta tahun 2018 menunjukkan prevalensi hipertensi pada penduduk berusia ≥ 18 tahun di DKI Jakarta sebesar 33,43% berdasarkan hasil pengukuran. Menurut diagnosis medis, prevalensinya adalah 10,17% pada usia ≥ 18 tahun. Dinas Kesehatan Provinsi DKI Jakarta mencatat 923.451 kasus hipertensi pada tahun 2021 (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Hipertensi dikenal sebagai *the silent killer* karena sering terjadi tanpa adanya keluhan. Hipertensi dapat disebabkan oleh berbagai faktor yaitu pada faktor yang dapat dikendalikan dan tidak dapat dikendalikan. (Khoirurrokhmah *et al*, 2021). Penderita hipertensi seringkali tidak menyadari bahwa mereka mengidap hipertensi dan baru diketahui setelah terjadi komplikasi, sehingga perlu dilakukan skrining kesehatan (Aprilatutini dkk, 2021). Pada pendonor darah di UDD PMI DKI Jakarta juga melakukan pemeriksaan terhadap tekanan darah sebelum mendonorkan darahnya.

Skrining yang dilakukan bagi pendonor darah hipertensi yang diadakan di daerah Kabupaten Rembang yaitu sebagian besar pendonor darah termasuk dalam kategori pre-hipertensi sebanyak 226 (86,0%) pendonor darah, serta terdapat 12 (4,6%) pendonor darah termasuk dalam kategori hipertensi 1 (Analis *et al.*, n.d.). Di UDD PMI Provinsi DKI Jakarta pada bulan Januari-Juli Tahun 2023 donor rutin yang menderita hipertensi sebanyak 547 donor. Studi awal yang dilakukan di UDD PMI Provinsi DKI Jakarta didapatkan 300 pendonor darah rutin dalam kategori pre- hipertensi sebanyak 105 pendonor, kategori hipertensi I sebanyak 36 pendonor, kategori hipertensi II sebanyak 4 pendonor. Kegagalan donasi darah akibat hipertensi, dapat mengurangi pasokan darah di UDD yang berdampak pada berkurangnya akses layanan darah bagi pasien di rumah sakit.

B. METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* yaitu jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran atau observasi data variabel independen dan dependen pada satu waktu.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

C.1. Hasil Penelitian

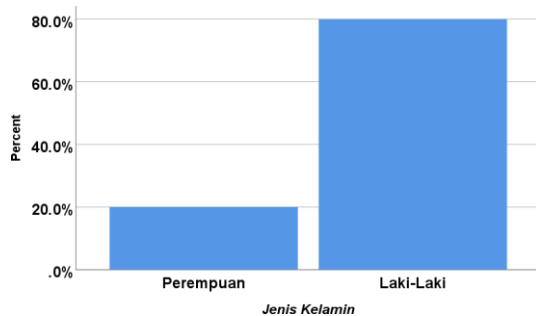
Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Pendoror Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Perempuan	20	20%
Laki-laki	80	80%
Total	100	100%

Sumber: Data Primer Bulan Juli-Agustus Tahun 2023

Berdasarkan Tabel 1 diatas, menunjukkan bahwa persentase penderita hipertensi berdasarkan jenis kelamin dari 100 pendonor. Tabel diatas menunjukkan jenis kelamin laki-laki lebih dominan dengan jumlah 80 (80%) sedangkan perempuan dengan jumlah 20 (20%).



Gambar 1. Grafik Pendoror Berdasarkan Jenis Kelamin

Karakteristik responden berdasarkan usia.

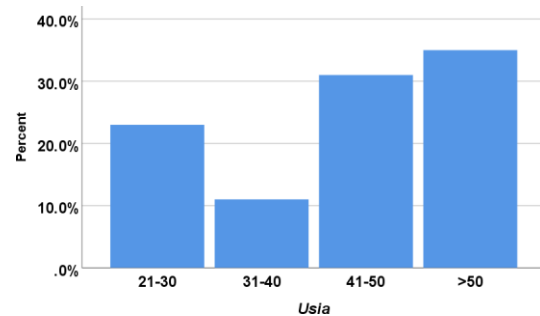
Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Pendoror Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Persentase %
21-30	23	23%
31-40	11	11%
41-50	31	31%
>50	35	35%
Total	100	100%

Sumber: Data Primer Bulan Juli-Agustus Tahun 2023

Berdasarkan Tabel 2 diatas, dapat diketahui bahwa rata-rata penderita hipertensi lebih dominan pada pendonor di usia >50 tahun yaitu sebanyak 35 (35%) responden yang dimana 9 responden dalam

kategori pre-hipertensi, 22 responden dalam kategori hipertensi I dan 4 responden dalam kategori hipertensi II. Usia 41-50 tahun sebanyak 31 (31%) responden dengan 15 responden dalam kategori pre-hipertensi, 15 responden dalam kategori hipertensi I dan 1 responden dalam kategori hipertensi II. Usia 21-30 tahun sebanyak 23 (23%) responden dengan 6 responden dalam kategori pre-hipertensi dan 5 responden dalam kategori hipertensi I. Usia 31-40 tahun sebanyak 11 (11%) responden dimana 15 responden dalam kategori pre-hipertensi dan 8 responden dalam kategori hipertensi I.



Gambar 2. Berdasarkan Usia Pendoror (Sumber: Data Primer Bulan Juli-Agustus Tahun 2023)

Karakteristik Responden Berdasarkan Frekuensi Jumlah Donasi Donor.

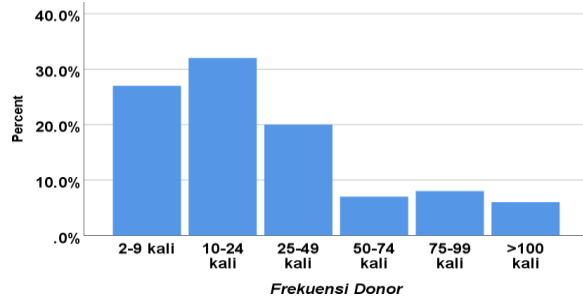
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik Pendoror Berdasarkan Frekuensi Jumlah Donasi Donor

Frekuensi Donor	Frekuensi	Persentase %
2-9	27	27%
10-24	32	32%
25-49	20	20%
50-74	7	7%
75-99	8	8%
>100	6	6%
Total	100	100%

Sumber: Data Primer Bulan Juli-Agustus Tahun 2023

Berdasarkan Tabel 3, data menunjukkan jumlah donasi pendonor rutin lebih dominan dengan jumlah 10-24 kali yakni sebanyak 32 (32%) responden, sebanyak 13 responden dalam kategori pre-hipertensi dan 19 responden kategori hipertensi I. Jumlah donasi 2-9 kali sebanyak 27 (27%) responden, 22 responden dalam kategori pre-hipertensi dan 5 responden kategori hipertensi I. Jumlah donasi 25-49 kali sebanyak 20 (20%) responden, 5 responden dalam kategori pre-hipertensi, 14 responden kategori hipertensi I dan 1

responden kategori hipertensi II. Jumlah donasi 75-99 kali sebanyak 8 responden (8%), 4 responden kategori hipertensi I dan 4 responden kategori hipertensi II. Jumlah donasi 50-74 sebanyak 7 responden (7%), 3 responden dalam kategori pre-hipertensi dan 4 responden kategori hipertensi I. Dan jumlah donasi >100 kali sebanyak 6 responden (6%), dengan kategori hipertensi I sebanyak 6 responden.



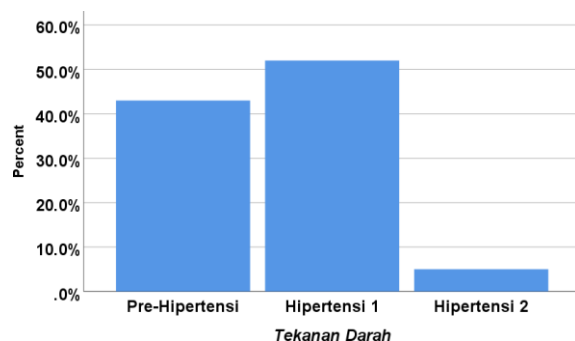
Gambar 3. Berdasarkan Jumlah Donasi Donor
(Sumber: Data Primer Bulan Juli-Agustus Tahun 2023)

Karakteristik Responden Berdasarkan Tekanan Darah.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Karakteristik Pendoror Berdasarkan Tekanan Darah

Tekanan Darah	Frekuensi	Persentase%
Pre-Hipertensi	43	43%
Hipertensi I	52	52%
Hipertensi II	5	5%
Total	100	100%

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa dari 100 pendonor darah rutin di UDD PMI DKI Jakarta yang berada dalam kondisi Hipertensi I sebanyak 52 responden (52%). Terdapat 43 responden (43%) dalam kategori pre-hipertensi dan 5 responden (5%) dalam kategori hipertensi II.



Gambar 4. Berdasarkan Tekanan Darah

(Sumber: Data Primer Bulan Juli-Agustus Tahun 2023)

C.2. Karakteristik Pendoror

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik pendonor darah rutin yang dijadikan sampel jenis kelamin terbanyak laki-laki yaitu sebanyak 80 (80%) responden dan perempuan sebanyak 20 (20%) responden. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya Puspitasari tahun 2022 di Kabupaten Rembang yang menyebutkan bahwa tingkat kejadian hipertensi akan lebih tinggi pada laki-laki dibandingkan perempuan yaitu sebagian besar pendonor darah berjenis kelamin laki-laki sebanyak 221 (85,0%) dibandingkan perempuan 39 (15,0%). Perempuan membutuhkan lebih banyak darah daripada laki-laki karena kondisi seperti melahirkan dan bahkan menstruasi setiap bulan. Karena saat perempuan sedang haid, hamil dan menyusui, tidak diperbolehkan mendonorkan darahnya. Pada penelitian (Purnamaningsih dan Hardjo, 2022), didapatkan hasil bahwa laki-laki lebih banyak berdonasi secara sukarela yaitu sebanyak 71 pendonor (72,4%). Penelitian (Roosarjani dkk, 2019) menunjukkan bahwa laki-laki lebih banyak berdonasi, yaitu 81,4%. Hal ini dipengaruhi oleh kesadaran dari pendonor darah laki-laki yang lebih tinggi atau perempuan yang masih ragu untuk mendonorkan darahnya. Penelitian (Wulandari dan Mulyantari, 2016) menunjukkan bahwa pendonor perempuan di unit donor darah PMI Provinsi Bali jenis kelamin laki-laki memiliki persentase yang lebih tinggi yaitu 89% dibandingkan dengan perempuan 11%.

Wenger (2018) menyatakan bahwa laki-laki berusia 18-59 tahun cenderung memiliki tekanan darah lebih tinggi dibandingkan perempuan. Peningkatan kejadian terjadi pada kelompok

perempuan pasca menopause dibandingkan dengan laki-laki pada usia yang sama. Hal ini dapat disebabkan oleh adanya perbedaan hormon dan gaya hidup. Mekanisme vasoprotektif yang dilakukan oleh hormon estrogen hilang setelah menopause (Ghazi dkk, 2022). Sebuah studi di India juga menunjukkan bahwa perempuan lebih kecil kemungkinannya mengalami hipertensi daripada laki-laki (Ghosh dkk, 2016). Fakta ini sesuai dengan keterangan dari Badan Kesehatan Dunia (WHO) bahwa 1 dari 4 laki-laki mempunyai tekanan darah tinggi dan 1 dari 5 perempuan mempunyai tekanan darah tinggi, yang berarti laki-laki memiliki risiko lebih tinggi terkena hipertensi dibandingkan perempuan (WHO, 2019). Laki-laki 2,3 kali lebih besar mengalami kenaikan sistolik dibandingkan perempuan (Kemenkes RI, 2019).

Berdasarkan tabel 4.2 didapatkan bahwa usia paling banyak usia >50 tahun yaitu sebanyak 35 (35%) responden. Faktor umur sangat berhubungan dengan hipertensi karena dengan bertambahnya umur maka semakin tinggi mendapatkan resiko hipertensi. Hal ini disebabkan karena adanya tekanan arterial yang meningkat sesuai dengan bertambahnya usia, terjadinya regurgitasi aorta, serta adanya proses degenerative yang lebih sering pada usia tua. Pada saat terjadi penambahan usia sampai menjadi tua terjadi pula risiko peningkatan penyakit yang meliputi kelainan syaraf atau kejiwaan, kelainan jantung dan pembuluh darah serta berkurangnya fungsi panca indera dan kelainan metabolisme pada tubuh dan umur tidak berhubungan dengan hipertensi karena sebagian responden ada yang belum masuk kategori lansia (Simbolon dkk, 2020).

Pada umumnya hipertensi terjadi pada usia di atas 40 tahun. Individu yang berusia lebih dari 40

tahun akan mengalami kondisi di mana akan terjadi pada dinding pembuluh darah keadaan kehilangan elastisitas. Kondisi seperti itu akan menyebabkan peningkatan tekanan darah yang terus memompa tanpa adanya dilatasi pembuluh darah darah (Amanda dan Martini, 2018). Semakin bertambah usia, tekanan darah mengalami peningkatan. Dinding arteri akan mengalami penebalan dikarenakan penumpukan zat kolagen pada lapisan otot yang menyebabkan pembuluh darah menyempit dan menjadi kaku setelah usia 40 tahun. Pernyataan ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan di Desa Tarabita Kecamatan Likupang Barat Kabupaten Minahasa Utara menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia > 40 tahun mengalami hipertensi (Manggopa dkk, 2017).

C.3 Jumlah Donasi Donor

Berdasarkan data yang ditampilkan dalam Tabel 3 didapatkan bahwa jumlah donasi pendonor sebagian besar 10-24 kali yaitu sebanyak 32 (32) responden. Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Mohede tahun 2020 yang menyebutkan bahwa hasil jumlah donasi pendonor rutin 10 kali sebanyak 13 (24%), 25 kali sebanyak

22 (40%). Pada penelitian yang dilakukan Diaz tahun 2022 pendonor dengan jumlah donasi 1-10 kali sebanyak 37 (37,8%), 11-20 kali sebanyak 12 (12,2%), 21-30 kali sebanyak 13,3 (13,3%). Berdasarkan penelitian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa rata-rata pendonor rutin melakukan donor darah dengan jumlah donasi sebanyak 10-30 kali. Hal ini sesuai dengan teori bahwa tingginya kadar zat besi dalam darah akan membuat seseorang menjadi lebih rentan terhadap penyakit jantung. Zat besi yang berlebihan di dalam darah bisa menyebabkan oksidasi kolesterol. Produk

oksidasi tersebut akan menumpuk pada dinding arteri dan ini sama dengan memperbesar peluang terkena serangan jantung dan stroke. Saat kita rutin mendonorkan darah maka jumlah zat besi dalam darah bisa lebih stabil. Ini artinya menurunkan risiko penyakit jantung (PMI, 2013).

Hipertensi atau sering dikenal dengan sebutan sebagai silent killer, dikarenakan siapapun bisa terkena hipertensi hingga dapat menyebabkan kematian. Hipertensi seringkali tidak menimbulkan keluhan. Oleh karena itu, hipertensi perlu dideteksi dini yaitu dengan pemeriksaan tekanan darah secara berkala (Nuraini, 2015). Di UDD PMI DKI Jakarta dilakukan pemeriksaan tekanan darah sebelum mendonorkan darahnya. Banyak faktor yang dapat meningkatkan risiko hipertensi. Pada pendonor rutin yang sebelumnya dapat menyumbangkan darahnya juga dapat terkena hipertensi. Mekanisme terjadinya hipertensi dipengaruhi oleh beberapa faktor yang berkaitan dengan gaya hidup. Faktor tersebut diantaranya adalah obesitas, riwayat hipertensi dalam keluarga, jenis kelamin, stres, konsumsi garam yang tinggi, merokok, aktivitas fisik atau olahraga dan pengetahuan rendah (Siswanto dkk, 2020). Pola makan yang tidak sehat seperti kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi garam dapat menyebabkan terjadinya hipertensi. Begitu pula dengan kebiasaan memakan makanan yang rendah serat dan tinggi lemak jenuh. Pendonor yang cenderung mengalami stres akan meningkatkan risiko hipertensi. Saat stres, akan mengalami perubahan pola makan, malas beraktivitas, mengalihkan stres dengan merokok atau mengonsumsi alkohol di luar kebiasaan. Hal-hal tersebut secara tidak langsung dapat menyebabkan hipertensi (Ekasari, 2021). Oleh sebab itu, penting sekali pendonor untuk mengetahui faktor-faktor

yang dapat meningkatkan kemungkinan seseorang terkena hipertensi agar terhindar dari hipertensi dan dapat menyumbangkan darahnya kembali (Sari dan Ayuningtyas, 2022).

C.4 Hipertensi

Berdasarkan Tabel 4 didapatkan bahwa sebagian besar pendonor darah rutin termasuk dalam kategori hipertensi I sebanyak 52 (52%) responden. Hasil yang berbeda pada penelitian yang dilakukan Puspita tahun 2022 dengan menyebutkan bahwa kategori pre-hipertensi sebanyak 226 (86,0%) sedangkan kategori hipertensi stage I yaitu sebanyak 12 (4,6%), tetapi pada penelitian Kartika di Kecamatan Senen Jakarta Pusat sejalan dengan penelitian ini bahwa kategori terbanyak pada hipertensi stage I (Kartika dan Purwaningsih, 2020).

Penderita hipertensi tidak mengetahui dirinya mengidap hipertensi dan baru diketahui setelah terjadi komplikasi (Andri dkk, 2021). Ada beberapa faktor yang menjadi risiko terjadinya hipertensi, seperti jenis kelamin, usia, obesitas, merokok dan kurangnya aktivitas fisik. Faktor usia sangat berpengaruh pada kejadian hipertensi karena bertambahnya usia maka risiko hipertensi. Dengan bertambahnya usia, maka tekanan darah seseorang juga akan meningkat, Hal ini bisa terjadi karena beberapa faktor seperti perubahan alami pada jantung serta pembuluh darah seseorang, perubahan ini terjadi secara alami sebagai proses penuaan. Pada penelitian ini, usia berhubungan dengan kejadian hipertensi, dikarenakan responden lebih banyak yang berusia ≥ 50 tahun. Usia ≥ 50 tahun meningkatkan kejadian hipertensi karena perubahan alamiah dalam tubuh yang dapat mempengaruhi elastisitas pembuluh darah berkurang dan stamina tubuh menurun, semakin bertambahnya usia karena

proses penuaan membuat seseorang rentan terhadap penyakit. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Anggara & Prayitno (2012), menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara usia dengan kejadian hipertensi (Maulidina, 2019).

Sebagian besar pekerja di Jakarta adalah pekerja kantoran. Mereka menghabiskan lebih dari 8 jam di kantor dan 2-4 jam dalam perjalanan menuju kantor atau pulang ke rumah, sehingga tidak memberikan waktu bagi mereka untuk beraktivitas, sehingga cenderung menyebabkan kurangnya aktivitas fisik. Bahkan 23,8% responden yang terdiri dari mayoritas wanita mengaku tidak berolahraga sama sekali (Abadini dan Wuryaningsih, 2018). Hipertensi salah satunya disebabkan karena faktor gaya hidup modern, orang zaman sekarang sibuk memprioritaskan pekerjaan untuk meraih kesuksesan, kesibukan, kerja keras, dan tujuan yang berat menimbulkan rasa stres dan tekanan yang tinggi. Perasaan tertekan membuat tekanan darah naik. Selain itu, orang yang sibuk juga tidak memiliki waktu untuk berolahraga sehingga menyebabkan penumpukan lemak tubuh yang semakin banyak, yang dapat menyumbat sirkulasi pembuluh darah yang terhimpit oleh tumpukan lemak sehingga menimbulkan penyakit tekanan darah tinggi. Ini adalah salah satu penyebab hipertensi (Setiandari, 2022). Kurangnya olahraga dan bergerak dapat menyebabkan tekanan darah dalam tubuh meningkat. Berolahraga secara teratur dapat menurunkan hipertensi. Tekanan darah juga dipengaruhi oleh aktivitas fisik, dimana tekanan darah akan lebih tinggi selama pelaksanaan suatu kegiatan dan lebih rendah saat istirahat. Berdasarkan hasil penelitian dan teori yang ada, peneliti berpendapat bahwa ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi, orang yang tidak

aktif secara fisik atau kurang gerak sering mengalami hipertensi (Heriziana, 2017).

Didapatkan hasil karakteristik pendonor darah berdasarkan jenis kelamin sebagian besar berjenis kelamin laki-laki yang dimana memiliki kebiasaan merokok. Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Irene Megawatu Umbas (2019) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara merokok dengan kejadian hipertensi, hal ini terjadi karena pada rokok terdapat kandungan nikotin yang diserap ke dalam pembuluh darah kecil di paru-paru sehingga diedarkan ke otak, di otak akan beraksi bersama nikotin dengan memberikan sinyal pada kelenjar adrenal sehingga dapat melepaskan epinefrin (adrenalin), hormon ini akan menyempitkan pembuluh darah sehingga jantung terpaksa bekerja lebih keras dan menyebabkan tekanan darah tinggi, nikotin juga dapat membuat jantung berdebar lebih cepat dan bekerja lebih keras, frekuensi detak jantung meningkat dan kontraksi jantung meningkat, sehingga meningkatkan tekanan darah. Karbon monoksida dalam asap rokok menggantikan oksigen dalam darah yang memaksa jantung untuk memompa untuk mendapatkan oksigen yang cukup ke dalam organ dan jaringan tubuh (Rahmadhani, 2021).

Adapun penyebab tekanan darah pendonor saat mendonorkan darahnya berada pada tingkat pre-hipertensi dan hipertensi tingkat I terjadi karena seringnya calon pendonor darah tidak beristirahat atau rileks terlebih dahulu sebelum melakukan pemeriksaan seleksi donor tekanan darah (Friska, 2018). Akan tetapi berdasarkan kategori tersebut, seseorang dengan kategori pre-hipertensi dan kategori hipertensi I masih tetap dapat mendonorkan darahnya apabila lulus seleksi donor pemeriksaan kesehatan lainnya. Hal tersebut juga sesuai dengan PMK No.

91 Tahun 2015 yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia dijelaskan bahwa seseorang dapat mendonorkan darahnya apabila memiliki tekanan darah sistolik 90-160 mmHg dan tekanan diastolik 60-100 mmHg.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang berjudul Gambaran Hipertensi Pada Donor Rutin di UDD PMI Provinsi DKI Jakarta pada tahun 2023 dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Jenis kelamin pendonor rutin sebagian besar laki-laki yaitu 80 (80%) pendonor.
2. Usia pendonor rutin paling banyak usia >50 tahun sebanyak 35 (35%) pendonor.
3. Jumlah donasi pendonor rutin sebagian besar 10-24 kali yaitu sebanyak 32 (32%) pendonor.
4. Sebagian besar pendonor rutin termasuk dalam kategori hipertensi stage I sebanyak 52 (52%) pendonor.

REFERENSI

- A. Nurulita, Nur'Aini Purnamaningsih, and Kuswanto Hardjo. 2022. "Gambaran Hasil Seleksi Pendonor Darah Sukarela Di UDD PMI Kota Pangkalpinang Tahun 2020." Jurnal Kesehatan 15 (1) 23-29. <https://doi.org/10.23917/jk.v15i1.16039>.
- Abadini, Dinanti, and Caroline Endah Wuryaningsih. 2018. "Determinan Aktivitas Fisik Orang Dewasa Pekerja Kantoran Di Jakarta Tahun 2018." Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia 14 (1): 1 <https://doi.org/10.14710/jpki.14.1.1,5-28>.
- Amanda, Desy, and Santi Martini. 2018. "The Relationship between Demographical Characteristic and Central Obesity with Hypertension." Jurnal Berkala Epidemiologi 6(1):43. <https://doi.org/10.20473/jbe.v6i12018.43-50>.
- Analisis, Jurusan, Kesehatan Poltekkes, Kemenkes Semarang, Jl Wolter, and Monginsidi No 115. n.d. "Skrining Hipertensi Pada Pendonor Darah Di Kabupaten Rembang Screening of Hypertension for Blood Donation in Rembang Regency
- Andri, Juli, Padila, Andry Sartika, Muhammad Bagus Andrianto, and J Harsismanto. 2021. "Changes of Blood Pressure in Hypertension Patients." Journal of Nursing and Health 1 (2): 54-64.
- Anshari, Zaim 2020. "Komplikasi Hipertensi Dalam Kaitannya Dengan Pengetahuan Pasien Terhadap Hipertensi Dan Upaya Pencegahannya." Jurnal Penelitian Keperawatan Medik 2 (2):54-61. <https://doi.org/10.36656/jpkm.v2i2.289>.
- Aprilatutini, S.Kep.,M.Pd, Titin, Raja Sihotang, Tut Anggriani Utama, and Nova Yustisia. 2021. "Self Care Management Evaluation in Hypertension Patients." Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK) 3 (2): 184-202. <https://doi.org/10.33369/jvk.v3i2.13935>.
- Atu Safitri Cahyahati, Apoina Kartini, M. Zen Rahfiludin. 2018. "HUBUNGAN ASUPAN MAKANAN (LEMAK, NATRIUM, MAGNESIUM) DAN GAYA HIDUP DENGAN TEKanan DARAH PADA LANSIA DAERAH PESISIR (Studi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tegal Barat Kota Tegal)." Angewandte Chemie International Edition, 6(11), 951-952. 3 (1): 1027. <https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-cas-a7e576e1b6bf>.
- Azizah, Siti N U R. 2015. "Penderita Hipertensi Primer Di Dusun Gondang Program Studi S1 Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan."
- Dea Mustika Sari, - and Ika Fitria Ayuningtyas, - (2020). 2022. "GAMBARAN GAYA HIDUP PENDONOR DARAH YANG DITOLAK AKIBAT HIPERTENSI DI PMI KABUPATEN BANTUL TAHUN 2020.," 27-33.
- Elsi Setiandari L.O. 2022. "Hubungan Pengetahuan, Pekerjaan Dan Genetik (Riwayat Hipertensi Dalam Keluarga) Terhadap Perilaku Pencegahan Penyakit Hipertensi." Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)5(4):457-62. <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i4.2386>.
- Fatma ekasari, Mia. 2021. "Hipertensi: Kenali Penyebab, Tanda Gejala Dan Penanganannya." Hipertensi : Kenali Penyebab, Tanda Gejala Dan Penanganannya.
- Ghazi, Lama, Rahul V. Annabathula, Natalie A. Bello, Li Zhou, Richard Brandon Stacey, and Bharathi Upadhyay. 2022. "Hypertension Across a Woman's Life Cycle." Current Hypertension Reports 24 (12):723-33. <https://doi.org/10.1007/s11906-022-01230-4>.
- Ghosh, Saswata, Simantini Mukhopadhyay, and Anamitra Barik. 2016. "Sex Differences in the Risk Profile of Hypertension: A Cross-Sectional Study." BMJ Open 6 (7): 1-8. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2015-010085>.

- Irwansyah, Ridawati Sulaeman, and Sukmawati. 2021. "Karakteristik Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Dasan Agung Kota Mataram Tahun 2018." *Open Journal Systems* 16 (1).
- Kartika, Juwita, and Endang Purwaningsih. 2020. "Hubungan Obesitas Pada Pra Lansia Dengan Kejadian Hipertensi Di Kecamatan Senen Jakarta Pusat Tahun 2017-2018." *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan* 16(1):35. <https://doi.org/10.24853/jkk.16.1.35-40>.
- Kemenkes R1. 2019. *Profil Kesehatan Indonesia 2019*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-indonesia-2019.pdf>.
- Khoirurrokhmah, Titah Hati, Hoirun Nisa, Dela Aristi, and Mukhlidah Hanum Siregar. 2021. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Prehipertensi Pada Usia Dewasa Di Wilayah Kerja Puskesmas Cipayung." *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas* 2 (2): 77–85.
- Manggopa, Renny S., Budi T. Ratag, and Grace D. Kandou. 2017. "Hubungan Antara Kebiasaan Merokok Dan Stres Dengan Kejadian Penyakit Hipertensi Di Desa Tarabitan Kecamatan Likupang Barat Kabupaten Minahasa Utara." *Kesmas* 6 (3).
- Maulidina, Fatharani. 2019. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jati Luhur Bekasi Tahun 2018." *ARKESMAS (Arsip Kesehatan Masyarakat)* 4 (1): 149–55. <https://doi.org/10.22236/arkesmas.v4i1.3141>.
- Mohede, Selvia Sandra Eva. 2020. "DARAH RUTIN DI UNIT TRANSFUSI DARAH PALANG MERAH INDONESIA PROVINSI SULAWESI UTARA PROGRAM STUDI D3 TEKNOLOGI TRANSFUSI DARAH POLITEKNIK KESEHATAN BHAKTI SETYA INDONESIA."
- Nuraini, Bianti. 2015. "Risk Factors of Hypertension." *J Majority* 4 (5): 10–19.
- Rahmadhani, Mayasari. 2021. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Hipertensi Pada Masyarakat Di Kampung Bedagai Kota Pinang." *Jurnal Kedokteran STM (Sains Dan Teknologi Medik)* 4 (1): 52–62. <https://doi.org/10.30743/stm.v4i1.132>.
- Redhono, Dhani. 2018. "Pemeriksaan Tanda Vital." *Kementrian Riset, Teknologi, Dan Pendidikan Tinggi Universitas Sebelas Maret Fakultas Kedokteran*, no. 0271: 1–25.
- Riawati, Danik. 2022. "Faktor Penentu Kriteria Penolakan Seleksi Umum Pendorong Berdasarkan Hasil Pemeriksaan Kesehatan." *Jurnal Medika Usada* 5 (2): 49–54. <https://doi.org/10.54107/medikausada.v5i2.137>.
- Roosarjani, Christina, Desi Mayasari, and Titis Wahyuono. 2019. "Deferral Pada Donor Darah." *Infokes* 9 (2): 63–66.
- Simbolon, Pomarida, Nagoklan Simbolon, Magda Siringo-ringo, and Vinsensia A.Sihotang. 2020. "Hubungan Karakteristik Dengan Peningkatan Tekanan Darah Di Sumbul, Sumatera Utara." *Jurnal Dunia Kesmas* 9 (2): 175–84. <https://doi.org/10.33024/jdk.v9i2.2870>
- Siswanto, Yuliaji, Sigit Ambar Widyawati, Alya Asyura Wijaya, Budi Dewi Salfana, and Karlina Karlina. 2020. "Hipertensi Pada Remaja Di Kabupaten Semarang." *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia* 1 (1): 11–17. <https://doi.org/10.15294/jppkmi.v1i1.41433>
- Suhardin, S. 2016. "Pengaruh Perbedaan Jenis Kelamin Dan Pengetahuan Tentang Konsep Dasar Ekologi Terhadap Kepedulian Lingkungan." *EDUKASI: Jurnal Penelitian Pendidikan Agama Dan Keagamaan* 14(1):117–32. <https://doi.org/10.32729/edukasi.v14i1.15>
- Wulandari, Putu Mita, and Ni Kadek Mulyantari. 2016. "GAMBARAN HASIL SKRINING HEPATITIS B DAN HEPATITIS C PADA DARAH DONOR DI UNIT DONOR DARAH PMI PROVINSI BALI Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Bagian SMF Patologi Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Udayana/Rumah." *E. Jurnal Medika* 5(7): 1–4.