

HUBUNGAN RIWAYAT PENYAKIT KELUARGA DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI DALAM KEHAMILAN DI PUSKESMAS WARAS SELATAN KOTA PALOPO TAHUN 2026

Angelina Aulia Syam Putri¹, Dewy Hastuty², Arnianti³, Hasnaini Hamid⁴

^{1,2,3,4*} Program Studi Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Mega Buana Palopo, Indonesia, 91912
Corresponding author: [angelinaulia08@gmail.com/082393125012](mailto:angelinaulia08@gmail.com)

Info Artikel

Sejarah artikel

Diterima : 15.07.2026

Disetujui : 24.07.2026

Dipublikasi : 31.08.2026

Kata Kunci : : Aktivitas Fisik, Hipertensi Kehamilan, Ibu Hamil, Riwayat Keluarga

Abstrak

Hipertensi dalam kehamilan merupakan salah satu komplikasi kehamilan yang menjadi penyebab utama meningkatnya angka kesakitan dan kematian ibu serta janin, terutama di negara berkembang. Upaya identifikasi faktor risiko secara dini, seperti riwayat keluarga dan aktivitas fisik, diperlukan sebagai langkah pencegahan dan pengendalian kejadian hipertensi pada ibu hamil. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan riwayat keluarga dan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi dalam kehamilan di Puskesmas Waras Selatan, Kota Palopo tahun 2026. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross-sectional. Populasi penelitian adalah seluruh ibu hamil yang melakukan pemeriksaan di Puskesmas Waras Selatan, dengan jumlah sampel sebanyak 50 responden yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner dan telaah rekam medis, kemudian dianalisis menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara riwayat keluarga dengan kejadian hipertensi dalam kehamilan ($p = 0,002$) dan terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi dalam kehamilan ($p = 0,012$). Hal ini menunjukkan bahwa faktor genetik dan pola aktivitas fisik memiliki kontribusi terhadap kejadian hipertensi pada ibu hamil. Oleh karena itu, diperlukan upaya promotif dan preventif melalui edukasi kesehatan, penerapan aktivitas fisik yang sesuai selama kehamilan, serta pemeriksaan tekanan darah secara rutin guna menurunkan risiko hipertensi dalam kehamilan.

The Relationship Between Family History Of Disease And Physical Activity With The Incidence Of Hypertension In Pregnancy At Waras Selatan Health Center, Palopo City, In 2026

Abstrak

Hypertension in pregnancy is one of the leading complications contributing to maternal and fetal morbidity and mortality, particularly in developing regions. Early identification of risk factors such as family history and physical activity is essential for prevention and control. This study aimed to analyze the relationship between family history and physical activity with the incidence of hypertension in pregnancy at Waras Selatan Health Center, Palopo City in 2026. A quantitative research design with a cross-sectional approach was employed. The study involved 50 pregnant women selected using a total sampling technique. Data were collected through questionnaires and medical record reviews, then analyzed using the Chi-Square test with a significance level of $p < 0.05$. The results showed a significant relationship between family history and hypertension in pregnancy ($p = 0.002$), as well as between physical activity and hypertension in pregnancy ($p = 0.012$). These findings indicate that both genetic and lifestyle factors play an important

role in the occurrence of hypertension during pregnancy. Therefore, preventive strategies such as health education, promotion of adequate physical activity, and routine blood pressure monitoring are strongly recommended.

Keyword : *Pregnancy Hypertension, Family History, Physical Activity, Maternal Health, Cross-Sectional Study*

Pendahuluan

Hipertensi dalam kehamilan merupakan salah satu komplikasi obstetri yang masih menjadi masalah kesehatan utama di dunia, terutama di negara berkembang. Kondisi ini berkontribusi terhadap meningkatnya angka morbiditas dan mortalitas ibu serta janin apabila tidak dideteksi dan ditangani secara dini (World Health Organization, 2023). Hipertensi kehamilan mencakup hipertensi gestasional, preeklampsia, hingga eklampsia yang dapat menyebabkan gangguan organ serius, persalinan prematur, hingga kematian maternal.

Berbagai faktor diketahui berhubungan dengan kejadian hipertensi dalam kehamilan, di antaranya faktor genetik seperti riwayat penyakit keluarga serta faktor gaya hidup seperti aktivitas fisik. Riwayat keluarga hipertensi meningkatkan risiko seseorang mengalami gangguan tekanan darah akibat faktor herediter yang memengaruhi sistem kardiovaskular (Di et al., 2024). Sementara itu, kurangnya aktivitas fisik dapat menyebabkan penurunan kebugaran tubuh, peningkatan resistensi vaskular, serta gangguan metabolisme yang berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah selama kehamilan (Fradina & Nugroho, 2023).

Di Indonesia, kasus hipertensi dalam kehamilan masih menunjukkan angka yang cukup tinggi dan menjadi salah satu penyebab utama kematian ibu. Kondisi ini juga ditemukan di berbagai fasilitas pelayanan kesehatan, termasuk di wilayah kerja Puskesmas Wara Selatan Kota Palopo. Oleh karena itu, diperlukan identifikasi faktor risiko yang dapat digunakan sebagai dasar upaya pencegahan sejak dini.

Meskipun berbagai penelitian telah membahas faktor risiko hipertensi dalam kehamilan, masih terdapat perbedaan hasil terutama pada faktor aktivitas fisik, serta keterbatasan penelitian yang menggabungkan faktor genetik dan perilaku secara bersamaan pada konteks lokal. Hal ini menunjukkan

perlunya penelitian lebih lanjut untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif.

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan riwayat penyakit keluarga dan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi dalam kehamilan di Puskesmas Wara Selatan Kota Palopo Tahun 2026.

Bahan dan Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional, yaitu penelitian yang bertujuan untuk menganalisis hubungan antara variabel independen dan variabel dependen yang diukur pada waktu yang sama. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Wara Selatan Kota Palopo pada tahun 2026. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang melakukan pemeriksaan di Puskesmas Wara Selatan. Sampel penelitian sebanyak 50 responden yang diambil menggunakan teknik total sampling, yaitu seluruh populasi dijadikan sampel penelitian.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah riwayat penyakit keluarga dan aktivitas fisik, sedangkan variabel dependen adalah kejadian hipertensi dalam kehamilan. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner untuk memperoleh data riwayat keluarga dan aktivitas fisik, serta rekam medis untuk mengetahui kejadian hipertensi dalam kehamilan. Instrumen penelitian disusun berdasarkan konsep teoritis dan telah disesuaikan dengan tujuan penelitian.

Analisis data dilakukan melalui tahap analisis univariat untuk menggambarkan karakteristik responden, dan analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan dependen dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$. Penelitian ini telah mempertimbangkan aspek etika penelitian dengan menjaga kerahasiaan data responden dan menggunakan data hanya untuk kepentingan ilmiah.

Hasil Penelitian

Tabel 1. Distribusi Frekuensi karakteristik responden penelitian

Karakteristik responden	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Umur		
20-35 tahun	41	82
36-40 tahun	9	18
Usia Kehamilan		
11-14 minggu	5	10
15-27 minggu	21	42
28-38 minggu	24	48
Gravida		
Primigravida	17	34
Multigravida	31	62
Grandegravida	2	4
Paritas		
Nulipara	22	44
Primipara	13	26
Multipara	15	30

Pendidikan Terakhir		
Sarjana, Diploma	19	38
SMP, SMA	31	62
Pekerjaan		
IRT	40	80
Pegawai, Wiraswasta	10	20
Total	50	100,0

Berdasarkan Tabel. 1, dari 38 responden yang diteliti, sebagian besar berada pada kelompok umur 20–35 tahun sebanyak 41 orang (82%), diikuti kelompok umur 36-40 tahun sebanyak 9 orang (18%). Berdasarkan usia kehamilan, 11-14 minggu sebanyak 5 orang (10%), diikuti usia kehamilan 15-27 minggu sebanyak 21 orang (42 %), dan usia kehamilan 28-38 minggu sebanyak 24 orang (48%). Berdasarkan gravida primigravida sebanyak 17 orang (34%), sedangkan responden dengan multigravida sebanyak 31 orang (64%), grandegravida sebanyak 2 orang (4%). Berdasarkan paritas, di temukan paritas nulipara sebanyak 22 orang (44%), sedangkan responden dengan paritas primipara sebanyak 13 orang (26%), dan paritas multipara sebanyak 15 orang (30%). Berdasarkan Pendidikan terakhir ibu, mayoritas responden berada pada Tingkat pendidikan SMP, SMA sebanyak 31 orang (62%), diikuti dengan pendidikan sarjana, diploma sebanyak 19 orang (38%), dan terakhir berdasarkan tingkat pekerjaan ibu di dapatkan bahwa mayoritas pekerjaan IRT sebanyak 40 orang (80%) dan untuk pekerjaan pegawai swasta sebanyak 10 orang (20%).

Tabel 2. Hubungan Riwayat Penyakit Keluarga dengan Kejadian Hipertensi dalam kehamilan

Riwayat Penyakit Keluarga	Kejadian Hipertensi				Total		<i>p value</i>
	Tidak Hipertensi		Hipertensi				
	n	%	n	%	N	%	
Tidak Ada	24	48	1	2	25	50	0,002
Ada riwayat	15	30	10	20	25	50	
Total	39	78	11	22	50	100	

Berdasarkan hasil analisis hubungan riwayat penyakit keluarga dengan kejadian hipertensi dalam kehamilan pada 50 responden, diketahui bahwa sebagian besar ibu hamil yang tidak memiliki riwayat penyakit keluarga tidak mengalami hipertensi, yaitu sebanyak 24 responden (48,0%), sedangkan 1 responden (2,0%) mengalami hipertensi. Pada kelompok ibu hamil yang memiliki riwayat penyakit keluarga, terdapat 15 responden (30,0%) yang tidak mengalami hipertensi dan 10 responden (20,0%) mengalami hipertensi. Hasil uji statistik Chi-Square menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,002$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara riwayat penyakit keluarga dengan kejadian hipertensi dalam kehamilan. Hal ini menunjukkan bahwa ibu hamil dengan riwayat keluarga hipertensi memiliki kecenderungan risiko lebih tinggi mengalami hipertensi dibandingkan dengan ibu hamil yang tidak memiliki riwayat keluarga hipertensi

Tabel 3 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi dalam kehamilan

Aktivitas Fisik	Kejadian Hipertensi				Total		p value
	Tidak Hipertensi		Hipertensi		N		
	n	%	n	%			
Cukup	27	54	3	6	30	60	0,012
Kurang	12	24	8	16	20	40	
Total	39	78	11	22	50	100	

Berdasarkan hasil analisis hubungan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi dalam kehamilan pada 50 responden, diketahui bahwa pada kelompok ibu hamil dengan aktivitas fisik cukup, sebagian besar tidak mengalami hipertensi yaitu sebanyak 27 responden (54,0%), sedangkan 3 responden (6,0%) mengalami hipertensi. Sementara itu, pada kelompok ibu hamil dengan aktivitas fisik kurang, terdapat 12 responden (24,0%) yang tidak mengalami hipertensi dan 8 responden (16,0%) mengalami hipertensi. Hasil uji statistik Chi-Square menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,012$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi dalam kehamilan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ibu hamil dengan aktivitas fisik yang kurang memiliki risiko lebih tinggi mengalami hipertensi dibandingkan dengan ibu hamil yang memiliki aktivitas fisik cukup.

Pembahasan

1. Hubungan Riwayat Penyakit Keluarga dengan Hipertensi dalam Kehamilan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil dengan riwayat keluarga hipertensi memiliki risiko lebih tinggi mengalami hipertensi dalam kehamilan dibandingkan dengan yang tidak memiliki riwayat keluarga. Hal ini menunjukkan adanya peran faktor genetik dalam regulasi tekanan darah.

Secara teoritis, hipertensi dapat diturunkan melalui predisposisi genetik yang memengaruhi fungsi sistem renin-angiotensin, elastisitas pembuluh darah, serta respons vaskular terhadap tekanan (Di et al., 2024). Faktor keturunan ini menyebabkan individu lebih rentan mengalami peningkatan tekanan darah ketika terjadi perubahan fisiologis selama kehamilan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Fatkhayah et al., 2023), yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara riwayat hipertensi dalam keluarga dengan kejadian hipertensi dalam kehamilan ($p = 0,01$), di mana ibu hamil yang memiliki riwayat keluarga hipertensi memiliki risiko lebih tinggi mengalami hipertensi kehamilan akibat adanya predisposisi genetik yang diwariskan.

Temuan serupa juga dilaporkan oleh (Alvionita et al., 2022), yang menemukan adanya hubungan bermakna antara faktor genetik dengan kejadian hipertensi dalam kehamilan ($p = 0,000$), karena faktor herediter dapat memengaruhi regulasi tekanan darah melalui perubahan fungsi vaskular, metabolisme elektrolit, serta mekanisme hormonal yang berperan dalam pengendalian tekanan darah.

Selain itu, penelitian (Hernida et al., 2022), juga menunjukkan adanya hubungan signifikan antara riwayat hipertensi keluarga dengan kejadian hipertensi pada kehamilan ($p = 0,017$), yang menjelaskan bahwa faktor keturunan berkaitan dengan peningkatan kadar natrium intraseluler dan ketidakseimbangan rasio kalium terhadap natrium sehingga dapat meningkatkan tekanan darah. Secara teoritis, riwayat penyakit keluarga hipertensi merupakan faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi (*non-modifiable risk factor*) karena berkaitan dengan faktor genetik yang memengaruhi sistem renin-angiotensin-aldosteron, fungsi endotel pembuluh darah, serta respons vaskular terhadap perubahan fisiologis selama kehamilan.

Perubahan hormonal dan hemodinamik yang terjadi selama kehamilan dapat memperbesar kecenderungan peningkatan tekanan darah pada ibu hamil dengan predisposisi genetik. World Health Organization juga menjelaskan bahwa riwayat keluarga dan faktor genetik merupakan komponen penting dalam identifikasi risiko hipertensi, termasuk

hipertensi yang terjadi selama kehamilan (World Health Organization, 2023)

2. Hubungan Hubungan kepatuhan kunjungan antenatal care (ANC) dengan kejadian anemia pada ibu hamil

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi dalam kehamilan. Ibu hamil dengan aktivitas fisik rendah lebih banyak mengalami hipertensi dibandingkan ibu hamil dengan aktivitas fisik yang cukup.

Secara fisiologis, aktivitas fisik berperan dalam menjaga elastisitas pembuluh darah, meningkatkan sirkulasi darah, serta membantu regulasi tekanan darah. Kurangnya aktivitas fisik dapat menyebabkan peningkatan resistensi vaskular perifer dan gangguan metabolisme yang berkontribusi terhadap hipertensi (Fradina & Nugroho, 2023).

Selain itu, aktivitas fisik yang cukup selama kehamilan diketahui dapat meningkatkan fungsi kardiovaskular dan mengurangi risiko komplikasi kehamilan. WHO (2023) merekomendasikan aktivitas fisik teratur pada ibu hamil untuk menjaga kesehatan ibu dan janin, selama tidak terdapat kontraindikasi medis.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Rustan, 2025), yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada ibu hamil ($p = 0,021$), di mana ibu hamil dengan aktivitas fisik rendah memiliki risiko lebih tinggi mengalami hipertensi dibandingkan dengan ibu yang memiliki aktivitas fisik lebih baik.

Temuan tersebut diperkuat oleh penelitian (Lilie Pratiwi, 2023), yang menemukan bahwa aktivitas fisik rendah berhubungan signifikan dengan kejadian hipertensi pada wanita usia subur ($p = 0,003$), dengan sebagian besar responden hipertensi memiliki tingkat aktivitas fisik ringan hingga sedentary.

Penelitian (Ikhsan et al., 2023), juga menunjukkan adanya hubungan bermakna antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada ibu hamil ($p = 0,000$), karena aktivitas fisik yang kurang dapat menyebabkan penurunan elastisitas pembuluh darah dan gangguan sirkulasi yang berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah.

3. Keterkaitan

Secara umum, hasil penelitian ini mendukung teori bahwa hipertensi dalam kehamilan merupakan hasil interaksi antara faktor biologis (genetik) dan faktor perilaku (gaya hidup). Faktor genetik berperan dalam predisposisi individu, sedangkan aktivitas fisik berperan sebagai faktor yang dapat dimodifikasi.

Hasil ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa riwayat keluarga dan aktivitas fisik memiliki hubungan signifikan dengan kejadian hipertensi dalam kehamilan. Perbedaan hasil pada beberapa penelitian lain kemungkinan disebabkan oleh perbedaan karakteristik responden, metode pengukuran aktivitas fisik, serta kondisi lingkungan penelitian.

4. Implikasi

Temuan ini memiliki implikasi penting dalam pelayanan kesehatan ibu, khususnya di tingkat puskesmas. Edukasi mengenai riwayat keluarga sebagai faktor risiko perlu ditingkatkan, serta promosi aktivitas fisik yang aman bagi ibu hamil harus menjadi bagian dari intervensi antenatal care. Pemantauan tekanan darah secara rutin juga menjadi langkah penting untuk mencegah komplikasi lebih lanjut

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Wara Selatan Kota Palopo tahun 2026, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara riwayat penyakit keluarga dengan kejadian hipertensi dalam kehamilan ($p = 0,002$) serta antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi dalam kehamilan ($p = 0,012$). Ibu hamil yang memiliki riwayat keluarga hipertensi dan memiliki aktivitas fisik rendah lebih berisiko mengalami hipertensi dalam kehamilan. Hal ini menunjukkan bahwa faktor genetik dan faktor perilaku memiliki peran penting dalam kejadian hipertensi pada kehamilan. Oleh karena itu, upaya pencegahan perlu difokuskan pada edukasi kesehatan, peningkatan aktivitas fisik yang sesuai

selama kehamilan, serta pemantauan tekanan darah secara rutin untuk menurunkan risiko komplikasi pada ibu hamil

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan agar tenaga kesehatan di Puskesmas Wara Selatan Kota Palopo lebih meningkatkan upaya promotif dan preventif melalui edukasi kepada ibu hamil mengenai faktor risiko hipertensi dalam kehamilan, terutama pada ibu yang memiliki riwayat keluarga hipertensi serta aktivitas fisik yang rendah. Ibu hamil juga diharapkan dapat lebih memperhatikan gaya hidup sehat dengan melakukan aktivitas fisik ringan yang sesuai dengan kondisi kehamilan, menjaga pola istirahat, dan melakukan pemeriksaan kehamilan secara rutin untuk mendeteksi dini kemungkinan terjadinya hipertensi. Selain itu, bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan menambahkan variabel lain seperti pola makan, usia, indeks massa tubuh, dan tingkat stres, serta menggunakan jumlah sampel yang lebih besar agar hasil penelitian lebih komprehensif dan dapat digeneralisasi pada populasi yang lebih luas

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak Puskesmas Wara Selatan Kota Palopo yang telah memberikan izin dan kesempatan untuk melakukan penelitian, serta kepada seluruh responden ibu hamil yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam proses pengumpulan data, analisis, serta penyusunan artikel ini hingga dapat diselesaikan dengan baik.

Referensi

- Alvionita, Reza, Samidah, I., & Murwati. (2022). Factors Related To the Event of Pregnancy Hypertension in Curup. *Journal of Nursing and Public Health*, 10(2), 473–477.
- Di, P., Dkt, R. S., Kediri, K., Puspitasari, P., Wulaningtyas, E. S., & Nurahmawati, D. (2024). *Hubungan Aktivitas Fisik Ibu Hamil Dengan Kejadian*. 3, 299–303.
- Fatkhayah, N., Fitriani, Y., & Rejeki, S. T. (2023). Studi korelasi riwayat hipertensi dengan kejadian hipertensi dalam kehamilan. *The Indonesian Journal of Health Science*, 15(1), 86–93. <https://doi.org/10.32528/tijhs.v15i1.578>
- Fradina, B., & Nugroho, purwo setiyo. (2023). Hubungan Riwayat Keluarga Diabetes Melitus dan Riwayat Hipertensi dengan Kejadian Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran Samarinda Tahun 2022. *Borneo Student Research*, 1(3), 1948–1953.
- Hernida, I., Nuru, H., Kesehatan, F. I., Bengkulu, U. D., Padang, P., Kecamatan, T., Musi, U., & Empat, K. (2022). *Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Kehamilan Di Wilayah Kerja Puskesmas Padang Tepong Kecamatan Ulu Musi Kabupaten Empat Lawang Factors Associated with Hypertension in Pregnancy in the Working Area of the Padang Tepong Health Center , Ulu Musi District , Empat Lawang Regency*. 75–88.
- Ikhsan, M., Fitri, A., Sitanggang, H. D., & Wisudariani, E. (2023). Hubungan Faktor Risiko yang dapat Dimodifikasi dengan Kejadian Hipertensi pada Ibu Hamil di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi Tahun 2023 Relationship Between Risk Factors that can be Modified and the Incidence of Hypertension in Pregnant Women at Simp. *Jurnal Kesmas Jambi*, 7(2), 126–139.

- Liliek Pratiwi. (2023). *Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan masalah kesehatan global yang menjadi kontributor utama morbiditas dan mortalitas , khususnya akibat penyakit kardiovaskular . Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengestimasi bahwa lebih dari satu miliar oran.* 99–112.
- Rustan, H. (2025). Hubungan Riwayat Keluarga dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Hipertensi pada Ibu Hamil. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 3(1), 105–115.