

BAB 1

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah meningkatnya tekanan darah secara abnormal di dalam pembuluh darah arteri secara terus menerus lebih dari suatu periode. Hal tersebut terjadi apabila arteriole konstriksi. Hipertensi dapat menambah beban kerja jantung dan arteri yang apabila terus berlanjut dapat menimbulkan kerusakan pada jantung dan pembuluh darah. Penyakit hipertensi juga dapat disebabkan karena pola makan yang buruk dan aktivitas fisik yang kurang (Widodo et al., 2018). Hipertensi adalah faktor resiko utama pada penyakit jantung koroner, gagal jantung, serta stroke (Sistikawati *et al.*, 2021). Selain itu seiring bertambah usia juga dapat menjadi penyebab meningkatnya risiko terjangkit penyakit hipertensi yang disebabkan karena perubahan alami pada jantung, pembuluh darah, dan hormon (Suryarinilsih *et al.*, 2021).

Lanjut usia atau (Lansia) adalah seseorang sudah mencapai usia diatas 60 tahun yang disertai dengan adanya penurunan fungsi fisik yang dapat ditandai dengan menurunnya massa otot beserta kekuatannya, terjadi peningkatan lemak di dalam tubuh, dan penurunan yang terjadi di fungsi otak. Menurut Adinatha *et al.*, (2019) perubahan fisik lansia pada sistem jantung juga akan mempengaruhi tekanan darah. Hal ini yang akan menyebabkan terjadinya hipertensi. Menurut penelitian

Pebrisiana *et al.*, (2022) dapat disimpulkan berdasarkan hasil Uji chi-squaredapat diperoleh nilai *p value* $0,000 < 0,05$ maka dapat diartikan ada hubungan yang signifikan antara Karakteristik Umur dengan Kejadian Hipertensi di RSUD dr. Doris Sylvanus Provinsi Kalimantan Tengah.

Menurut Pusat Data dan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, pada saat ini penyakit yang paling banyak berada pada golongan usia lanjut adalah penyakit hipertensi sebanyak 57.6%, penyakit artritis sebanyak 51.9%, penyakit stroke sebanyak 46.1%, masalah gigi dan mulut 19.1%, penyakit paru obstruktif menahun sebanyak 8.6%, dan penyakit diabetes mellitus sebanyak 4.8%. Hipertensi mempunyai dampak yang sangat berbahaya dan banyak penderita hipertensi yang sering kali tidak disadar bahkan ada penderita yang tidak merasakan keluhan karena itu menurut *World Health Organization* (WHO) hipertensi seringkali disebut dengan *silent kiler*. Di seluruh dunia ada sekitar 972 juta orang atau sekitar 26,4% orang. Dari 972 juta orang yang terkena hipertensi, ada 333 juta orang yang berada di negara maju dan 639 juta orang yang berada di negara berkembang (Sya'id *et al.*, 2023). Indonesia termasuk berada pada urutan ke-2 penyakit 10 terbanyak menurut WHO. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-65 tahun (55,2%) (Riset Kesehatan Dasar, 2018). Hipertensi dapat menyerang siapa saja baik laki laki ataupun perempuan. Perempuan memiliki kemungkinan berisiko mengalami hipertensi pada

saat usia 65 tahun karena adanya faktor hormonal (Wahyuni *et al.*, 2018).

Berdasarkan data penelitian Dinas Kesehatan Kabupaten Cilacap, tekanan darah tinggi termasuk dalam 10 besar penyakit terbanyak di Kabupaten Cilacap tahun 2020, dengan penderita hipertensi berusia diatas 15 tahun sebanyak 585.907 orang (Tri *et al.*, 2022). Dari 38 wilayah kerja puskesmas di Cilacap, Puskesmas Cilacap Selatan II menduduki peringkat ke-22 dengan total kasus hipertensi sebanyak 10.459 kasus. Sebanyak 4.682 laki-laki dan 5.777 perempuan (Dinas Kesehatan Kabupaten Cilacap, 2021). Berdasarkan hasil survey pendahuluan yang dilakukan pada Maret 2023, sebanyak 65 penderita hipertensi mengikuti program prolanis pada Maret 2023. Menurut penelitian yang di lakukan di RSUD dr. Doris Sylvanus Provinsi Kalimantan Tengah berdasarkan jenis kelamin, persentase hipertensi pada kelompok perempuan 39,4%, lebih tinggi dibanding pada kelompok laki-laki yaitu 35%. Menurut penelitian Pebrisiana *et al.*, (2022) berdasarkan hasil Uji chi-square nilai $p\ value = 0,000 < 0,05$ maka dapat diartikan ada hubungan yang signifikan antara karakteristik jenis kelamin dengan Kejadian Hipertensi di RSUD dr. Doris Sylvanus Provinsi Kalimantan Tengah. Ada beberapa faktor yang tidak dapat dikontrol yang berhubungan dengan hipertensi ada usia, jenis kelamin dan faktor genetik. Selain itu ada faktor yang dapat dikontrol yang berhubungan dengan hipertensi seperti, aktivitas fisik

yang kurang, merokok, obesitas, stress, konsumsi kafein dan pola makan yang buruk (Purwono *et al.*, 2020).

Pola makan yang tinggi akan daging merah dan olahan, makanan cepat saji, makanan berlemak dan makanan penutup yang manis (dessert) dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah, namun pola diet kaya akan sayuran, biji-bijian utuh, buah-buahan, daging tanpa lemak terbukti berhubungan dengan penurunan tekanan darah (Sya'id *et al.*, 2023). Menurut penelitian Pratiwi & Wibisana (2018) ada hubungan pola makan pada lansia dengan kejadian hipertensi, dikarenakan p value menunjukkan hasil p value 0,000 yang artinya p value lebih kecil dibandingkan α (0,05) sehingga ada hubungan yang bermakna antara pola makan lansia dengan penyakit hipertensi. Pola makan dipengaruhi dengan mengkonsumsi makanan porsi besar atau melebihi dari kebutuhan, makan tinggi lemak, tinggi natrium, tinggi karbohidrat dan rendah serat. Bahwasannya berdasarkan pengamatan dari penulis banyak lansia yang tidak menjaga pola makan sehingga banyak dari lansia yang terkena hipertensi.

Berdasarkan latar belakang dan fenomena di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan pola makan, usia dan jenis kelamin dengan kejadian hipertensi.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti merumuskan masalah penelitian adalah adakah hubungan pola makan, usia dan jenis kelamin dengan kejadian hipertensi pada lansia.

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola makan, usia dan jenis kelamin dengan kejadian hipertensi pada lansia di puskesmas Cilacap Selatan II.

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan pola makan pada lansia dengan kejadian hipertensi di puskesmas Cilacap Selatan II.
- b. Menggambarkan usia pada lansia dengan kejadian hipertensi di puskesmas Cilacap Selatan II.
- c. Menggambarkan jenis kelamin pada lansia dengan kejadian hipertensi di puskesmas Cilacap Selatan II.
- d. Menggambarkan derajat hipertensi pada lansia di puskesmas Cilacap Selatan II.
- e. Menganalisa hubungan antara pola makan dengan hipertensi pada lansia di puskesmas Cilacap Selatan II.
- f. Menganalisa hubungan antara usia dengan hipertensi pada lansia di puskesmas Cilacap Selatan II.
- g. Menganalisa hubungan antara jenis kelamin dengan hipertensi pada lansia di puskesmas Cilacap Selatan II.

D. MANFAAT PENELITIAN

a. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan mengembangkan teori serta menambah wawasan ilmu pengetahuan terkait dengan hubungan antara pola makan, usia dan jenis kelamin dengan hipertensi pada lansia.

b. Secara Praktis

a) Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat menjadi informasi tambahan dan literatur bagi mahasiswa mengenai hubungan antara pola makan, usia dan jenis kelamin dengan hipertensi pada lansia.

b) Bagi Peneliti

1. Menjadi syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan.
2. Menambah wawasan dan pengetahuan peneliti.
3. Mengaplikasikan ilmu yang telah didapat selama masa proses pembelajaran.

c) Bagi Responden dan Keluarga

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu sumber informasi dan menambah wawasan bagi responden beserta keluarganya mengenai hubungan pola makan, usia dan jenis kelamin dengan kejadian hipertensi pada lansia. Sehingga keluarga mendukung pola makan yang baik.

E. KEASLIAN PENELITIAN

No	Penulis (Tahun)	Judul	Jenis dan desain penelitian	Variabel penelitian dan responden	Analisa data	Hasil penelitian
1	Sunarto Kadir pada (2019)	Pola Makan Dan Kejadian Hipertensi	Analitik kuantitatif dengan pendekatan cross sectional	66 responden <i>Variabel Independent:</i> Pola makan <i>Variabel Dependent:</i> Hipertensi	<i>Chi square</i>	Terdapat pengaruh pola makan terhadap kejadian Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Dungaliyo Kabupaten Gorontalo dengan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$)
2	Pebrisiana, Lensi Natalia Tambunan, Eva Prilelli Baringbing	Hubungan Karakteristik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan Di Rsud Dr. Doris Sylvanus Provinsi Kalimantan Tengah	Observasional analitik dengan rancangan cross sectional	99 responden <i>Variabel Independent:</i> Karakteristik <i>Variabel Dependent:</i> Hipertensi	<i>Chi square</i>	Ada Hubungan Karakteristik umur, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan dan riwayat hipertensi dengan kejadian hipertensi di RSUD dr. Doris Sylvanus Provinsi Kalimantan Tengah Tahun 2022 p-value $0,000 < 0,05$ H_0 diterima
3	Ogis Mega Pratiwi, Anggun Anggraini Wibisana (2018)	Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Penyakit Hipertensi Pada Lansia Di Dusun Blokseger Kecamatan Tegalsari Kabupaten Banyuwangi	Cross sectional	60 responden <i>Variabel Independent:</i> Pola makan <i>Variabel Dependent:</i> Penyakit hipertensi	<i>Chi square</i>	Ada hubungan bermakna antara pola makan dan kejadian penyakit hipertensi pada lansia. Hasil penelitian ini adalah $p=$ Value sebesar $P=0,000 < 0,05\%$.

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian