

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan suatu kondisi dimana tekanan darah berada diatas ambang batas normal, pada orang dewasa tekanan darah normal adalah 140 mmHg dengan tekanan sistolik 90 mmHg (Hasnawati, 2021). Hipertensi sering dikenal dengan "*the silent killer*" karena hipertensi terjadi tanpa tanda dan gejala yang jelas (Andari dkk., 2020) Penyakit hipertensi diperkirakan akan terus meningkat setiap tahunnya dan pada tahun 2025, diperkirakan akan ada 1,5 Miliar orang diseluruh dunia yang akan mengalami hipertensi dan 10,44 juta orang meninggal karena hipertensi (Kemenkes, 2019)

Prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia dengan kejadian hipertensi tertinggi berada di benua Afrika 27% dan terendah di benua Amerika 18%, sedangkan di Asia tenggara berada diposisi ke-3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% (Cheng dkk., 2020) Prevalensi kejadian hipertensi sebagian besar berada pada negara-negara dengan penghasilan rendah dan menengah termasuk di negara Indonesia (Dosoo dkk., 2019) Di Indonesia hipertensi berada pada urutan ke 5 negara dengan penderita hipertensi terbanyak (Pranita, 2019)

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) menemukan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia meningkat dari total 25,8% menjadi 34,11% dengan estimasi jumlah kasus hipertensi sebesar 63.309.620 orang dengan menempati urutan ke-11 untuk kasus hipertensi,

dimana hasil pengukuran tekanan darah diambil pada orang yang berusia >18 tahun. Provinsi Jawa Tengah menjadi provinsi peringkat ke-4 hipertensi tertinggi di Indonesia sebesar (37,57%), setelah Kalimantan Selatan sebesar (44,13%), Jawa Barat (39,60%) dan Kalimantan Timur (39,30%) (profil Kesehatan Jawa Tengah, 2019)

Berdasarkan data yang didapat dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah jumlah kasus Hipertensi di Kabupaten Cilacap tahun 2022 dari 38 wilayah Puskesmas di Cilacap sebanyak 364.505 kasus yang terdiri dari penderita Hipertensi perempuan sebanyak 185.679 orang dan laki-laki sebanyak 178.826 orang, jumlah yang mendapatkan Pelayanan Kesehatan sebanyak 353.002 orang dengan persentase 96,8%. Puskesmas Cilacap Utara I menempati peringkat ke-7 penderita hipertensi yaitu sebanyak 13.314 orang.

Pada umumnya hipertensi terjadi pada usia lanjut, akan tetapi beberapa penelitian menunjukkan bahwa hipertensi dapat muncul sejak remaja dan prevalensinya mengalami peningkatan selama beberapa dekade terakhir, dengan prevalensi usia lanjut dalam rentang usia 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%) (Erika dkk., 2021), namun banyak yang belum menyadari sehingga menjadi penyebab munculnya hipertensi pada usia dewasa dan lansia (hidayah dkk., 2020)

Lanjut usia merupakan dimana seseorang mengalami penurunan fisik, psikososial, kultural dan spiritual (Fitrianingsih, 2022). Pada umumnya semakin bertambahnya usia maka semakin besar pula risiko terjadinya Hipertensi, hal ini disebabkan oleh perubahan struktur pembuluh darah

seperti penyempitan lumen, serta dinding pembuluh darah menjadi kaku dan elastisitasnya berkurang sehingga meningkatkan tekanan darah, hal ini terjadi karena beberapa faktor (Adam dkk., 2019)

Faktor risiko hipertensi dapat dibedakan atas faktor yang dapat dimodifikasi dan tidak dapat dimodifikasi (Ekarini dkk., 2020). Faktor yang dapat dimodifikasi antara lain gaya hidup yang tidak sehat, obesitas, kurang berolahraga, merokok, konsumsi garam berlebihan, makanan cepat saji, dan kebiasaan konsumsi beralkohol, serta faktor yang tidak dapat dimodifikasi seperti keturunan, jenis kelamin dan usia (LeMone, 2016).

Penderita hipertensi yang memodifikasi gaya hidup dalam mengendalikan tekanan darahnya hanya terdapat 30% dari jumlah penderita hipertensi (Surayitno dkk., 2020) Dengan pergeseran epidemiologi masyarakat mengarah pada gaya hidup yang tidak sehat sehingga dapat menimbulkan penyakit hipertensi (Hasibuan & Susilawati, 2022) Menurut Yamin tahun 2019 dalam *Press Conference Indonesian Society Of Hypertension*, salah satu faktor risiko hipertensi adalah gaya hidup yang tidak sehat sehingga banyak dilakukan oleh sebagian kaum milenial. Gaya hidup yang dimaksud lansia tersebut ketika di masa muda sangat beragam antara lain makanan dalam bentuk siap saji, makanan yang mengandung pengawet, mengkonsumsi makanan mengandung garam dengan alasan mudah untuk didapatkan serta rasa yang enak (Inayah dkk., 2022) Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Komisi Nasional Lansia bahwa perilaku pola makan yang akan dianalisis yang beresiko hipertensi yaitu kebanyakan konsumsi makanan asin. Perilaku pola makan pada golongan

lansia yang beresiko terjadi penambahan persentase dari tahun bertambah banyak sebesar 1,7% (Inayah dkk., 2022)

Menurut (Setiati, 2019) dalam *Press Conference* Hari Lanjut Usia di Kementerian Kesehatan usia yang masih muda bukan alasan seseorang aman dari hipertensi. Salah satu Faktor terbesar penyakit degeneratif karena *lifestyle* yang tidak sehat ketika usia muda sehingga pada usia 60 tahun lansia tersebut bisa terkena hipertensi, serangan jantung dan stroke. Hal ini didasari oleh terjadinya peningkatan perubahan gaya hidup tidak sehat, sehingga berdampak pada penemuan kasus yang bergeser dari penderita dengan usia lanjut menjadi penderita dengan usia muda (Kadir, A. 2016).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Cilacap Utara I, peneliti mendapatkan kasus penyakit tidak menular yang tertinggi adalah kasus hipertensi. Pada bulan Maret 2023 didapatkan kasus hipertensi sebanyak 493 orang. Berdasarkan hasil tersebut maka peneliti tertarik akan melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Gaya Hidup di usia dewasa Dengan Kejadian Hipertensi pada lansia Di Puskesmas Cilacap Utara I”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini : Bagaimana adalah “hubungan antara gaya hidup di usia dewasa dengan kejadian Hipertensi pada lansia di Puskesmas Cilacap Utara I”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara gaya hidup di usia dewasa dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Cilacap Utara I.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mendeskripsikan karakteristik gaya hidup di usia dewasa pada lansia di Puskesmas Cilacap Utara I
- b. Mendeskripsikan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Cilacap Utara I
- c. Menganalisis hubungan antara gaya hidup di usia dewasa dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Cilacap Utara I

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat menambah referensi kepustakaan dan bahan kajian bagi peneliti lain khususnya tentang hubungan antara gaya hidup di usia dewasa dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Cilacap Utara I

### **2. Manfaat Praktis**

- a. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya wawasan ilmu pengetahuan peneliti dan memberikan pengalaman bagi peneliti khususnya tentang hubungan antara gaya hidup di usia dewasa dengan kejadian hipertensi pada lansia

b. Bagi Profesi Keperawatan

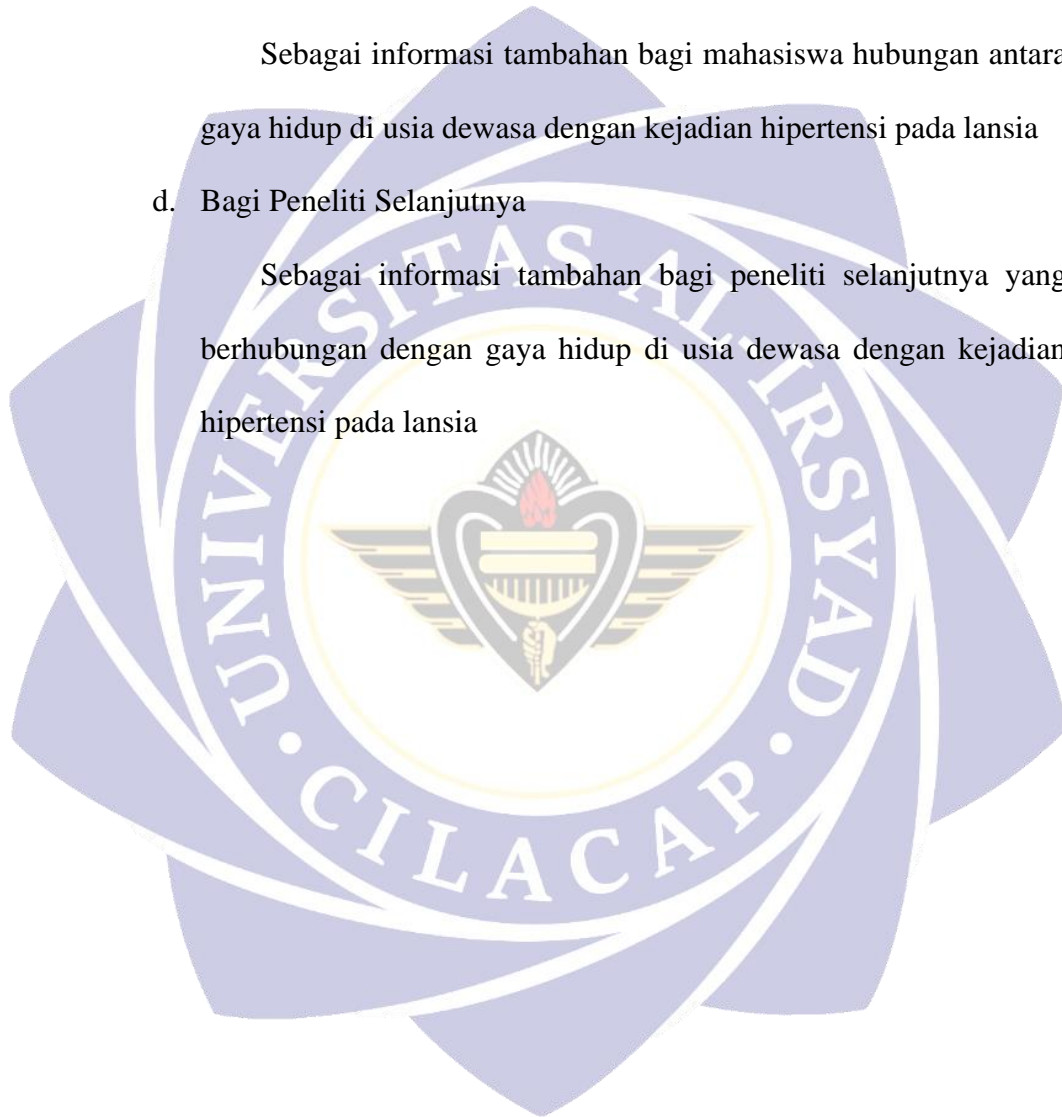
Sebagai bahan referensi serta informasi tentang hubungan antara gaya hidup di usia dewasa dengan kejadian hipertensi pada lansia

c. Bagi Mahasiswa

Sebagai informasi tambahan bagi mahasiswa hubungan antara gaya hidup di usia dewasa dengan kejadian hipertensi pada lansia

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai informasi tambahan bagi peneliti selanjutnya yang berhubungan dengan gaya hidup di usia dewasa dengan kejadian hipertensi pada lansia



### E. Keaslian Penelitian

Penelitian tentang hubungan antara gaya hidup di usia dewasa dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Cilacap Utara I belum pernah ada, namun sudah ada beberapa penelitian mengenai gaya hidup usia produktif dan gaya hidup lansia yang pernah dilakukan adalah sebagai berikut :

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No.	Penulis (Tahun)	Judul	Jenis dan Desain Penelitian	Variabel Penelitian dan Responden	Analisis Data	Hasil Penelitian
1.	(Jingga & Indarjo, 2022)	Gaya Hidup yang Mempengaruhi Hipertensi pada Usia Produktif di Wilayah Puskesmas Andalas	Penelitian observasional analitik dengan desain <i>cross sectional</i>	Variabel <i>Independent</i> : Gaya Hidup Variabel <i>Dependent</i> : Kejadian Hipertensi pada usia produktif Responden : 104 responden	uji statistik <i>Chi Square</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa : 1. ada hubungan antara konsumsi garam (p=0,040) konsumsi kopi (p=0,030), konsumsi makanan bersantan (P=0,044), kebiasaan olahraga (p=0,013), tingkat stres (p=0,030) dengan hipertensi pada usia produktif di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas. Tidak ada hubungan antara konsumsi alkohol (p=0,659), status merokok (p=0,772),

					dan lama kerja ( $p=0,264$ ) dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas. Jadi Ada hubungan antara konsumsi garam, konsumsi kopi, konsumsi makanan bersantan, kebiasaan olahraga, dan tingkat stress dengan hipertensi pada usia produktif.	
2.	(Tampake, Jurana, Krisdianto, & Alfrida, 2022)	Hubungan Gaya Hidup dengan Terjadinya Hipertensi pada Lansia Di Puskesmas Talise	penelitian analitik dengan pendekatan case controll	Variabel <i>Independent</i> : Gaya Hidup Variabel <i>Dependent</i> : Hipertensi pada lansia Responden : 42 responden	Data dianalisis menggunakan uji univariat dan bivariat menggunakan uji chi square.	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa :</p> <p>1. Dari 42 responden sebanyak 27 lansia menderita hipertensi dan 15 lansia tidak menderita hipertensi dan yang menajalani gaya hidup kurang baik sebanyak 30 orang (71%) dan gaya hidup baik 12 orang (29%).</p> <p>Hasil uji bivariat menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan hipertensi pada lansia dengan <math>p</math> value= 0,043.</p>



Tabel 1. 2 Persamaan dan Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya

No.	Penulis (Tahun)	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Jingga, Dhea Putri & Sofwan Indarjo (2022)	Gaya Hidup yang Mempengaruhi Hipertensi pada Usia Produktif di Wilayah Puskesmas Andalas	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penelitian observasional analitik dengan desain <i>cross sectional</i> dengan teknik sampling simple random sampling</li> <li>2. Variabel <i>Independent</i> : Gaya Hidup</li> <li>3. Variabel <i>Dependent</i> : Kejadian Hipertensi pada usia produktif</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menggunakan uji statistik <i>chi square</i></li> <li>2. Tempat penelitian dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas.</li> </ol>
2.	Rina Tampake, Jurana, Dandi Krisdianto & Alfrida Samuel Ra'bung (2022)	Hubungan Gaya Hidup dengan Terjadinya Hipertensi pada Lansia Di Puskesmas Talise	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penelitian analitik dengan pendekatan <i>case control</i></li> <li>2. Variabel <i>Independent</i> : Gaya Hidup</li> <li>3. Variabel <i>Dependent</i> : Hipertensi pada lansia</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penelitian analitik dengan pendekatan case control</li> <li>2. Tempat penelitian dilakukan Di Puskesmas Talise</li> <li>3. Menggunakan analisis uji Univariat dan Bivariat menggunakan <i>chi square</i></li> </ol>

Berdasarkan hasil penelusuran pustaka yang dilakukan terhadap beberapa hasil penelitian di atas, diketahui bahwa belum ada penelitian yang secara khusus membahas tentang Hubungan Antara Gaya Hidup di Usia Dewasa dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Cilacap Utara I. Tujuannya adalah untuk mengetahui Hubungan Antara Gaya Hidup di Usia Dewasa dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Cilacap Utara. Penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti merupakan penelitian kuantitatif deskriptif korelasi dengan desain (*survey*) analitik dengan rancangan *cross sectional*. Besar sampel sebanyak 58 responden yang diperoleh melalui perhitungan menggunakan

rumus *slovin* dengan Teknik *purposive sampling* data di analisis menggunakan Uji Univariat dan Uji Bivariat menggunakan Uji *Rank Spearman*.



