

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sebanyak 52% penyebab utama kematian manusia di dunia yang rentang usianya kurang dari 70 tahun didominasi oleh jangkitan Penyakit Tidak Menular (PTM). Peningkatan PTM disebabkan oleh beberapa faktor, yaitu perubahan gaya hidup di era modern, pertumbuhan populasi yang sulit dikendalikan, dan adanya peningkatan usia harapan hidup. Adapun kematian terbesar yang diakibatkan oleh PTM adalah penyakit kardiovaskuler yakni Penyakit Jantung Koroner (PJK) sementara faktor primer kematian pada pasien yang terjangkit PJK adalah eskalasi tekanan darah atau hipertensi (WHO, 2015).

Hipertensi merupakan keadaan tekanan darah yang abnormal. Ketika hipertensi, nilai sistolik tekanan darah ≥ 140 mmHg. Sementara diastoliknya ≥ 90 mmHg (Manik & Wulandari, 2020). Irianto (2015) dalam (Ramadani, 2019), acuan tekanan darah normal adalah dibawah 120/80 mmHg, tekanan darah dalam rentang 120/80 mmHg sampai 139/89 mmHg disebut *pre hypertension* sementara tekanan 140/90 mmHg atau lebih dianggap hipertensi. *The silent disease* seringkali dihubungkan dengan penyakit hipertensi, maksudnya penderita mengetahui hipertensi ketika sudah memeriksakan tekanan darahnya pada pelayanan kesehatan (Umbas et al., 2019).

Menurut Kementerian Kesehatan RI (2018), prevalensi hipertensi berdasarkan usia penduduk ≥ 18 tahun (34,1%), usia 31- 44 tahun (31,1%), usia

31- 44 tahun (31,6%), usia 45-54 tahun (45,3%), dan usia 55-64 tahun (55,2%). Sehingga semakin usia seseorang bertambah kasus hipertensi akan terus mengalami peningkatan (Sunariyah et al., 2021). Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah tahun 2019 terdapat 238.269 orang penderita Hipertensi (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2019). Berdasarkan hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi penduduk di Provinsi Jawa Tengah dengan hipertensi sebesar 37,57%. Prevalensi hipertensi pada perempuan (40,17%) lebih tinggi dibanding dengan laki-laki (34,83%). Prevalensi di perkotaan sedikit lebih tinggi (38,11%) dibandingkan dengan perdesaan (37,01%). Prevalensi semakin meningkat seiring dengan pertambahan umur (Dinas Kesehatan Proovinsi Jawa Tengah, 2019).

Profil kesehatan kabupaten Cilacap tahun 2019, menjelaskan bahwa jumlah penderita hipertensi pada tahun 2019 sebanyak 16.342 orang. Dari 38 wilayah kerja puskesmas, pada tahun 2019 Gandrungmangu menjadi peringkat ke-3 yaitu sebanyak 1.163 penderita hipertensi terbanyak setelah Puskesmas Cipari dan Kroya, sedangkan Puskesmas Cilacap Tengah berada di urutan 4 (Ristianti, 2021). Sedangkan jumlah penderita hipertensi pada kabupaten Cilacap pada rentang usia ≥ 15 di Puskesmas Gandrungmangu pada tahun 2020 mengalami peningkatan menjadi sebanyak 4.098 penderita hipertensi, Puskesmas Cipari sebanyak 63 penderita hipertensi, dan Puskesmas Kroya sebanyak 5.989 penderita hipertensi.

Menurut Kementrian Kesehatan RI (2014) faktor risiko penyebab hipertensi adalah merokok. Faktor risiko lain yaitu umur, jenis kelamin, riwayat keluarga, dan genetic, kebiasaan mengonsumsi garam, konsumsi

lemak jenuh, penggunaan jelantah, kebiasaan konsumsi minuman beralkohol, obesitas, serta kurang estrogen/kontrasepsi pil KB (Umbas et al., 2019). Menurut Linda (2010), kebiasaan merokok menjadi faktor penyebab hipertensi. Nikotin yang terkandung dalam rokok dapat meningkatkan denyut jantung dan tekanan darah. Orang dianggap perokok jika telah menghisap 4-10 batang per hari (Prang et al., 2021). Berdasarkan penelitian Sukma (2019), Menunjukkan proporsi responden yang mengalami hipertensi lebih banyak tidak memiliki kebiasaan merokok sebesar 58,9%. Hasil uji *Chi-Square* didapatkan nilai $p = 0,359$ dimana nilai $p > 0,05$ yang dapat disimpulkan tidak ada hubungan antara kebiasaan merokok responden dengan kejadian hipertensi (Sukma et al., 2019).

Faktor lain yang menyebabkan hipertensi adalah penerapan gaya hidup tidak sehat salah satunya yaitu pola makan yang buruk. Menurut Megha 2017 lanjut usia tidak mengetahui penyebab tekanan darahnya meningkat selain dikarenakan oleh faktor usia, pola makan tidak teratur, rendah serat, tinggi lemak, kolesterol, tinggi gula dan mengandung banyak garam dapat menyebabkan hipertensi (Mamahit et al., 2017). Lanjut usia (lansia) berdasarkan berdasarkan peraturan pemerintah Republik Indonesia Nomor 43 Tahun 2004 adalah seseorang yang usianya telah mencapai 60 (enam puluh) tahun keatas. Seiring bertambahnya usia, terjadi berbagai perubahan yang mengarah pada penurunan fungsi organ tubuh dan kemampuan yang dimiliki lansia (Satar, 2020). Menurut Budianto (2017) bertambahnya usia individu sangat membahayakan perubahan kelenturan pembuluh darah karena arteriosklerosis sehingga denyut nadi meningkat. Hipertensi dapat dipicu dengan konsumsi jenis makanan yang mengandung lemak. Selain itu merokok

dapat menyebabkan pembuluh darah yang mengencang sehingga dapat meningkatkan ketegangan peredaran darah (Nur et al., 2021).

Sidaurip adalah salah satu desa di wilayah Kecamatan Gandrungmangu yang memiliki Poksila dengan anggota sebanyak 155 orang. Berdasarkan wawancara peneliti, fenomena yang muncul di poksila Sehat Sentosa Desa Sidaurip Gandrungmangu dengan jumlah anggota Poksila sebanyak 155 orang. Pada 9 lansia di Poksila Sehat Sentosa Desa Sidaurip Gandrungmangu, terdapat 5 lansia memiliki riwayat darah tinggi yaitu 2 lansia merokok hipertensi, 3 lansia tidak merokok hipertensi, dan 4 lansia tidak merokok tidak hipertensi. Dari 9 lansia, 3 lansia makan 3x sehari, 4 lansia makan 2x sehari. 6 lansia makan gorengan, daging ayam, jeroan, ikan asin, gula, kopi, teh dan masih menggunakan garam dengan jumlah yang tidak terkontrol, 3 lansia tidak makan jeroan, ayam, dan mengurangi konsumsi garam. Dari latar belakang tersebut dan dengan melihat hasil penelitian sebelumnya penulis tertarik untuk melakukan penelitian untuk mengetahui adanya hubungan kebiasaan merokok dan pola makan terhadap kejadian hipertensi pada lansia laki-laki di Poksila Sehat Sentosa Desa Sidaurip Gandrungmangu.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian “Apakah ada hubungan kebiasaan merokok dan pola makan dengan derajat hipertensi pada lansia laki-laki di Poksila Sehat Sentosa Desa Sidaurip Gandrungmangu?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan kebiasaan merokok dan pola makan dengan derajat hipertensi pada lansia laki-laki di Poksila Sehat Sentosa Desa Sidaurip Gandrungmangu.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mendeskripsikan kebiasaan merokok pada lansia laki-laki di Poksila Sehat Sentosa Desa Sidaurip.
- b. Untuk mendeskripsikan pola makan pada lansia laki-laki di Poksila Sehat Sentosa Desa Sidaurip.
- c. Untuk mendeskripsikan derajat hipertensi pada lansia laki-laki di Poksila Sehat Sentosa Desa Sidaurip.
- d. Untuk mengetahui hubungan kebiasaan merokok dengan derajat hipertensi pada lansia laki-laki di Poksila Sehat Sentosa Desa Sidaurip Gandrungmangu.
- e. Untuk mengetahui hubungan pola makan dengan derajat hipertensi pada lansia laki-laki di Poksila Sehat Sentosa Desa Sidaurip Gandrungmangu.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis

Untuk memberikan sumbangsih keilmuan, khususnya Ilmu Keperawatan mengenai hubungan kebiasaan merokok dan pola makan dengan derajat

hipertensi pada lansia laki-laki di Poksila Sehat Sentosa Desa Sidaurip Gandrungmangu.

2. Secara praktis

Sebagai bahan informasi untuk penelitian lain dalam mengembangkan dan menelaah serta mendalami tentang kebiasaan merokok dan pola makan dengan derajat hipertensi pada lansia laki-laki di Poksila Sehat Sentosa Desa Sidaurip Gandrungmangu.

E. Urgensi Penelitian

Penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui sejauh mana hubungan kebiasaan merokok dan pola makan dengan derajat hipertensi pada lansia laki-laki di Poksila Sehat Sentosa Desa Sidaurip Gandrungmangu.

F. Target Penelitian

Lansia laki-laki anggota Poksila Sehat Sentosa Desa Sidaurip Gandrungmangu.

G. Kontribusi Penelitian

Penerapan pola hidup sehat perlu dilakukan pada lansia agar didapatkan perkembangan yang baik. Kebiasaan merokok dan pola makan yang buruk menjadi suatu fenomena yang sulit diubah dan membutuhkan waktu untuk mengubahnya. Dengan adanya penelitian ini diharapkan para lansia laki-laki di Poksila Sehat Sentosa Desa Sidaurip Gandrungmangu dapat menerapkan gaya hidup sehat, melakukan pencegahan hipertensi dengan cara berhenti merokok

dan berganti mengonsumsi makanan yang sehat dengan jenis dan frekuensi yang benar.

H. Luaran

1. Laporan kemajuan
2. Laporan akhir
3. Artikel ilmiah



