

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Hipertensi disebut *the silent killer* (pembunuh diam – diam) hal ini karena penderita tidak menyadari dirinya memiliki tekanan darah tinggi. Hipertensi bisa terjadi pada siapa saja, tidak mengenal usia, sosial dan ekonomi seseorang. Hipertensi merupakan faktor risiko ketiga pemicu kematian dini karena dapat mengakibatkan gagal jantung kongestif dan penyakit *cerebrovaskuler* ¹. Jika tekanan darah naik dalam waktu yang lama akan muncul gejala hipertensi yang mempengaruhi sistem organ tertentu seperti otak, ginjal, retina, jantung, pembesaran ventrikel kiri/ bilik kiri, gagal jantung kronik, dan kebutaan ².

Pada tahun 2010 terjadi peningkatan hipertensi yang diperkirakan menyebabkan 9,4 juta kematian di dunia. Tahun 2014 terdapat peningkatan hipertensi 22% pada umur ≥ 18 tahun di dunia. Hampir 1,13 Miliar penduduk di dunia menderita hipertensi pada tahun 2015, yang berarti sepertiga penduduk di dunia didiagnosis menderita hipertensi. Dari tahun ke tahun jumlah penderita hipertensi meningkat, diperkirakan 1,5 Miliar penduduk akan menderita hipertensi pada tahun 2025. Sehingga *World Health Organization* (WHO) menargetkan penurunan 25% prevalensi hipertensi³.

Hipertensi menjadi ancaman kesehatan baik di negara maju maupun negara berkembang seperti di Indonesia, hipertensi tidak bisa diabaikan. Dilihat dari data Riskesdas tahun 2013 angka prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pemeriksaan tekanan darah pada masyarakat umur ≥ 18 tahun sebesar 25,8%. Provinsi dengan prevalensi tertinggi yaitu Provinsi Bangka Belitung sebesar 30,9% dan prevalensi hipertensi terendah yaitu Provinsi Papua sebesar 16,8% ⁴. Tahun 2018 prevalensi hipertensi dilihat dari pemeriksaan tekanan darah pada penduduk umur ≥ 18 tahun sebesar 34,1%. Provinsi dengan prevalensi hipertensi tertinggi yaitu Provinsi Kalimantan Selatan sebesar 44.1%, dan provinsi dengan prevalensi

hipertensi terendah yaitu Provinsi Papua sebesar 22,2%⁵. Hal ini membuktikan bahwa adanya peningkatan hipertensi di Indonesia.

Dari 17 Puskesmas yang berada di Kabupaten Batanghari pada tahun 2017, diperoleh prevalensi hipertensi dari pemeriksaan tekanan darah masyarakat ≥ 18 tahun sebesar 50,1%, pada tahun 2018 penderita hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan umur ≥ 15 tahun sebesar 6,1% dan tahun 2019 prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pemeriksaan tekanan darah pada masyarakat umur ≥ 15 tahun sebesar 51,8%. Untuk Puskesmas yang mengalami peningkatan terdapat di Puskesmas Muara Bulian. Yang mana prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pemeriksaan tekanan darah pada masyarakat umur ≥ 18 tahun pada tahun 2017 sebesar 48,7%, pada tahun 2018 penderita hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan umur ≥ 15 tahun sebesar 5,4% dan pada tahun 2019 berdasarkan prevalensi hipertensi dari hasil pemeriksaan tekanan darah pada masyarakat pada umur ≥ 15 sebesar 59,3 %⁶.

Dari survey data awal yang diperoleh peneliti di wilayah kerja Puskesmas Muara Bulian Kabupaten Batanghari. Penyakit hipertensi pada tahun 2018 berada pada peringkat ke-2 dari 10 penyakit terbesar dengan prevalensi 27,6 %, pada tahun 2019 terjadi peningkatan penyakit hipertensi mengalami sehingga berada pada peringkat 1 dari 10 penyakit terbesar dengan prevalensi sebesar 36,4%⁷.

Umur, jenis kelamin, keturunan adalah faktor risiko hipertensi yang tidak dapat diubah sedangkan obesitas, stress, merokok, kurang aktivitas fisik, konsumsi alkohol, konsumsi garam berlebih, dan *hiperlipidemia* adalah faktor risiko hipertensi yang dapat diubah¹. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Andy, dkk tahun 2017 diperoleh hasil bahwa ada hubungan signifikan antara kejadian hipertensi dengan indeks masa tubuh *p-value* : 0,000, POR 4,249 (2,330-7,748), riwayat keluarga *p-value* 0,000, POR: 3,843 (2,217-6,663), *p-value*: 0,000, POR: 4,249 (2,330-7,748), merokok *p-value* : 0,000, POR: 2,667 (1,577-4,544), tekanan sedang *p-value*: 0,001, POR: 0,022 (0,003-0,192), stres ringan *p-value*: 0,000, POR: 0,112 (0,057-0,219)⁸.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan dr. Hesti Pertiwi Sitanggang selaku dokter umum di Puskesmas Muara Bulian, meskipun tenaga kesehatan khususnya bidang Penyakit Tidak Menular (PTM) turun langsung ke wilayah kerja Puskesmas Muara bulian untuk melakukan skrining hipertensi yang dilakukan setiap bulan tetapi tetap saja penyakit hipertensi mengalami peningkatan. Jenis penyakit hipertensi yang banyak diderita oleh masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Muara Bulian adalah penyakit hipertensi *essensial/primer*. Penyakit hipertensi jenis ini disebabkan oleh gaya hidup dan faktor lingkungan.

Menurut keterangan dari 5 penderita hipertensi di Puskesmas Muara Bulian dimana 3 orang mengatakan jarang melakukan aktivitas fisik dengan alasan tidak ada waktu untuk melakukan aktivitas fisik karena bekerja sedangkan pada hari libur mereka istirahat atau berpergian ke Kota Jambi, dan 2 orang mengatakan sulit untuk menahan selera untuk tidak mengonsumsi makanan yang tinggi kadar garam seperti bakso, gulai, mie ayam, nasi goreng dan ikan asin. Selain itu, setelah makan tidak mengonsumsi buah sebagai penutup mulut melainkan merokok. Dari keterangan 5 penderita hipertensi di Puskesmas Muara Bulian terdapat kesamaan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Novia, dkk tahun 2020 yang menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara mengonsumsi makanan yang mengandung kadar gula yang tinggi ($p\text{-value}=0,000$ RP= 1,930 (1,278-2,915) mengonsumsi makanan yang berlemak($p\text{-value}=0,000$ RP =9,375 (2,501-35,143), mengonsumsi makanan yang mengandung garam yang tinggi ($p\text{-value}=0,000$ RP =2,911 (1,545-5,486) dan kurangnya aktivitas fisik ($p\text{-value}=0,000$ RP =9,333 (3,204-27,190) dengan kejadian Hipertensi dengan nilai $p\text{-value}=0,000$ ⁹.

Gaya hidup masa kini seperti mengutamakan kesuksesan, pantang menyerah, dan stres jangka panjang adalah alasan paling umum tidak memperhatikan pola makan, malas aktivitas fisik dan menghilangkan stres dengan merokok, dan minum alkohol, semua ini bisa menjadi penyebab meningkatnya risiko hipertensi ¹⁰. Sesuai dengan penelitian Angelia dan Melani didapat bahwa pola makan ($p\text{-value}=0,001$), merokok ($p\text{-value}=0,004$), dan mengonsumsi alkohol ($p\text{-value}=0,000$) memiliki hubungan dengan kejadian hipertensi ¹¹.

Dari fakta diatas dilihat bahwa ada kaitannya gaya hidup yang buruk dengan kejadian hipertensi. Apabila masyarakat yang memiliki gaya hidup yang buruk, tidak memperbaiki gaya hidupnya maka akan menyebabkan peningkatan kejadian hipertensi. Dilihat dari angka prevalensi hipertensi yang meningkat dan belum adanya penelitian mengenai gaya hidup yang dapat mempengaruhi timbulnya hipertensi dengan kejadian hipertensi wilayah kerja Puskesmas Muara Bulian Kabupaten Batanghari membuat peneliti tertarik untuk melihat hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Muara Bulian Kabupaten Batanghari yang berguna untuk menurunkan prevalensi kejadian hipertensi.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Bagaimana Hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskemas Muara Bulian Kabupaten Batanghari Tahun 2021.”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Muara Bulian Kabupaten Batanghari Tahun 2021

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketuainya gambaran distribusi frekuensi aktivitas fisik di wilayah kerja Puskesmas Muara Bulian Kabupaten Batanghari Tahun 2021.
2. Diketuainya gambaran distribusi frekuensi konsumsi garam berlebih di wilayah kerja Puskesmas Muara Bulian Kabupaten Batanghari Tahun 2021.
3. Diketuainya gambaran distribusi frekuensi merokok di wilayah kerja Puskesmas Muara Bulian Kabupaten Batanghari Tahun 2021.
4. mengidentifikasi hubungan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Muara Bulian Kabupaten Batanghari Tahun 2021.
5. Mengidentifikasi hubungan konsumsi garam berlebih dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Muara Bulian Kabupaten Batanghari Tahun 2021.
6. Mengidentifikasi hubungan merokok dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Muara Bulian Kabupaten Batanghari Tahun 2021.

4.1 Manfaat Penelitian

4.1.1 Bagi Peneliti

Menambah wawasan dan pengetahuan tentang faktor risiko gaya hidup yang dapat menimbulkan hipertensi.

4.1.2 Bagi Institusi Pendidikan

Dapat menambah referensi Mahasiswa/I Perguruan Tinggi Ilmu Kesehatan Masyarakat mengenai gaya hidup yang dapat menyebabkan hipertensi.

4.1.3 Bagi Dinas Terkait

Diharapkan penelitian ini bisa memberikan informasi untuk evaluasi program dalam menyelesaikan atau menurunkan kejadian hipertensi di Puskemas Muara Bulian Kabupaten Batanghari.