

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Menurut badan kesehatan dunia *World Health Organization* (WHO), Hipertensi dapat menjadi penyebab utama penyakit jantung dan stroke paling tinggi di seluruh dunia. Pada tahun 2015 sekitar 1,13 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi, yang artinya setiap 1 dari 3 orang di dunia dapat terdiagnosis dengan hipertensi. Jumlah penderita hipertensi bisa terus meningkat setiap tahun, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang terkena hipertensi, dan diperkirakan juga 9,4 juta orang meninggal setiap tahunnya akibat hipertensi dan komplikasi. Sekitar 80% kenaikan kasus hipertensi sering terjadi di negara berkembang, seperti Indonesia (Kemenkes RI, 2019).

Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan data dari kemenkes tahun 2017 pada usia >18 tahun prevalensi hipertensi nya yaitu sebanyak 27,3% (Kemenkes RI, 2017). Sedangkan pada tahun 2018 prevalensi hipertensi nya yaitu sebanyak 3,1% (Riskesdas, 2018). Di Indonesia pada tahun 2019 orang yang menderita hipertensi menurut data dari kemenkes RI tercatat prevalensi hipertensi nya naik dari tahun sebelumnya menjadi 38,7% (Kemenkes RI, 2019).

Prevalensi pada penderita hipertensi di provinsi Banten di tahun 2021 yaitu sebanyak 1.239.484 jiwa. Jumlah tersebut yaitu pada penderita laki-laki sebanyak 506.881 jiwa dan pada penderita perempuan sebanyak 732.603 jiwa, dengan hasil tersebut penderita hipertensi lebih banyak dialami oleh perempuan (Dinkes Provinsi Banten, 2021).

Prevalensi pada penderita hipertensi di kota Tangerang Selatan di tahun 2021 yaitu sebanyak 138.109 jiwa. Jumlah tersebut yaitu pada penderita laki-laki sebanyak 66.130 jiwa dan pada penderita perempuan sebanyak 71.979 jiwa, dengan hasil tersebut penderita hipertensi lebih banyak dialami oleh perempuan (Dinkes Provinsi Banten, 2021).

Berdasarkan data dari Puskesmas Pamulang Barat Kota Tangerang Selatan pada tahun 2021 terdapat sebanyak 1.823 penderita hipertensi yang berkunjung ke Puskesmas Pamulang Barat Kota Tangerang Selatan. Pada tahun 2022 (Januari – Mei) terdapat sebanyak 851 penderita hipertensi yang berkunjung ke Puskesmas Pamulang Barat Kota Tangerang Selatan.

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Hipertensi terjadi akibat berbagai faktor resiko yang dapat menyebabkan tekanan darah tinggi diantaranya umur, jenis kelamin, riwayat keluarga, genetik, kebiasaan merokok, konsumsi garam, konsumsi lemak jenuh, penggunaan jelatah,

obesitas, stress, kebiasaan minum-minuman beralkohol, penggunaan estrogen, dan kurangnya aktivitas fisik. Penyakit hipertensi ini dapat mengakibatkan keadaan yang sangat berbahaya dan sering kali tidak disadari bahkan tidak mengakibatkan keluhan pada penderitanya (Ihsan, 2019).

Pola makan yang buruk seperti mengonsumsi makanan asin dan makanan siap saji dapat mengakibatkan hipertensi, senyawa natrium (NA) memiliki sifat mengikat banyak air, semakin tinggi natrium maka dapat membuat volume darah menjadi meningkat. Kurangnya mengonsumsi makanan yang mengandung kalium atau kurang serat bisa mengakibatkan terjadinya jumlah natrium menumpuk dan terjadi peningkatan resiko hipertensi akibat adanya tekanan yang terjadi pada detak jantung (Sukri, 2018).

Gaya hidup sangat berpengaruh terhadap keadaan fisik bahkan psikis seseorang. Perubahan gaya hidup seseorang dan rendahnya perilaku hidup sehat seperti pola makan yang tidak sehat, proporsi istirahat tidak seimbang dengan aktivitas yang biasa dilakukan, kurangnya olahraga, kebiasaan tidak sehat seperti merokok, minum-minuman beralkohol, mengonsumsi obat-obatan tertentu dan stress merupakan salah satu penyebab hipertensi (Eriana, 2017).

Status gizi yang tidak normal seperti kelebihan berat badan juga salah satu yang menjadi faktor pemicu adanya penyakit hipertensi. Dengan berbagai macam makanan siap saji yang enak, nikmat, dan kaya akan energi terutama sumber lemak dan karbohidrat yang disertai dengan kondisi ekonomi yang baik, maka terjadilah asupan makanan zat gizi yang melebihi kebutuhan tubuh seseorang. Keadaan seperti kelebihan gizi inilah yang akan menyebabkan obesitas. Perubahan status gizi yang ditandai dengan meningkatnya berat badan akan secara langsung mempengaruhi perubahan tekanan darah (Riyadi S, 2013).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dengan wawancara yang dilakukan di Puskesmas Pamulang Barat kepada 5 pasien hipertensi diperoleh hasil sebanyak 4 pasien (40,0%) melakukan pola makan kurang baik yang banyak mengandung lemak dan santan, 2 pasien (20,0%) memiliki gaya hidup kurang baik dengan melakukan kebiasaan merokok, mengkonsumsi kopi dan kurangnya aktifitas fisik, dan 2 pasien (20,0%) memiliki status gizi kurang baik dengan berat badan berlebih.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik ingin melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui Hubungan Pola Makan, Gaya Hidup, dan Status Gizi Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pasien Di Puskesmas Pamulang Barat Kota Tangerang Selatan.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas maka dapat dirumuskan masalah penelitian ini yaitu ingin mengetahui Adakah Hubungan Pola Makan, Gaya Hidup Dan Status Gizi Dengan Kejadian Hipertensi Pada Pasien Di Puskesmas Pamulang Barat Kota Tangerang Selatan.

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini yaitu untuk mengetahui Hubungan Pola Makan, Gaya Hidup dan Status Gizi dengan Kejadian Hipertensi Pada Pasien Di Puskesmas Pamulang Barat Kota Tangerang Selatan.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik (Usia, Jenis Kelamin, Pekerjaan dan Pendidikan) Di Puskesmas Pamulang Barat Kota Tangerang Selatan.
- b. Mengidentifikasi Pola Makan Pada Pasien Di Puskesmas Pamulang Barat Kota Tangerang Selatan.
- c. Mengidentifikasi Gaya Hidup Pada Pasien Di Puskesmas Pamulang Barat Kota Tangerang Selatan.
- d. Mengidentifikasi Status Gizi Pada Pasien Di Puskesmas Pamulang Barat Kota Tangerang Selatan.
- e. Mengidentifikasi Kejadian Hipertensi Pada Pasien Di Puskesmas Pamulang Barat Kota Tangerang Selatan.

- f. Menganalisis Hubungan Pola Makan Pasien Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Pamulang Barat Kota Tangerang Selatan.
- g. Menganalisis Hubungan Gaya Hidup Pasien Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Pamulang Barat Kota Tangerang Selatan.
- h. Menganalisis Hubungan Status Gizi Pasien Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Pamulang Barat Kota Tangerang Selatan.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Bagi STIKes Widya Dharma Husada Tangerang

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan dan sumber informasi untuk penelitian selanjutnya tentang hipertensi serta dapat menambah daftar kepustakaan dibidang keperawatan.

2. Bagi Institusi Puskesmas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi Puskesmas sehingga membantu untuk meningkatkan upaya yang dapat dilakukan dalam menurunkan morbiditas hipertensi.

3. Bagi Responden

Dapat memberikan pengetahuan dan kesadaran kepada responden akan pentingnya menghindari hipertensi dan menjaga pola makan, gaya hidup dan status gizi dengan baik.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dan sumber informasi untuk melakukan penelitian selanjutnya mengenai hipertensi.