

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama kematian di dunia. Prevalensi hipertensi menurut data WHO (*World Health Organization*) menyerang 22% penduduk dunia, angka kejadian hipertensi mencapai 36%. Dari hasil rikesdas (2018), prevalensi hipertensi sebesar 34,1% meningkat secara signifikan pada pasien 60 tahun ke atas. Sedangkan berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), pada tahun 2017 dinyatakan sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi. Artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis penyakit hipertensi. Jumlah penderita hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diketahui pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahun 10,44 juta orang meninggal karena hipertensi dan komplikasinya (Azmi *et al.*, 2021).

Menurut riset kesehatan dasar tahun 2018 Provinsi Jawa Barat memiliki kasus hipertensi tertinggi kedua yaitu sebanyak 39,6% setelah provinsi Kalimantan sebanyak 44,1% (Rikesdas., 2018). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Tasikmalaya tahun 2022 angka kejadian hipertensi tertinggi berada di wilayah Karangnunggal yaitu sebanyak 7,097 jiwa (Dinkes., 2022). Sementara itu, berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Tasikmalaya tahun 2022 Kecamatan Cisayong merupakan wilayah yang termasuk tertinggi dengan angka kejadian hipertensi yaitu sebanyak

5.027, Sedang menurut data Puskesmas Cisayong tahun 2022 penderita hipertensi tertinggi berada diwilayah Desa Sukasukur sebanyak 136 orang yang menderita hipertensi.

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi perhatian utama kesehatan masyarakat saat ini. Hipertensi yang tidak terkontrol dikaitkan dengan peningkatan risiko stroke 7 kali lipat, peningkatan risiko penyakit jantung kongestif 6 kali lipat, dan peningkatan risiko serangan jantung 3 kali lipat (Imelda et al., 2020)

Hipertensi didefinisikan sebagai peningkatan tekanan darah dengan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg dalam dua interval lima menit dalam keadaan istirahat. Karena penderita hipertensi sering menghadapi masalah pada organ utama seperti jantung, otak, atau ginjal, maka sering disebut sebagai silent killer. Gejala hipertensi antara lain pusing, kelainan penglihatan, dan sakit kepala (Julyana et al., 2022).

Salah satu masalah kesehatan yang paling umum di kalangan lansia adalah hipertensi. Hal ini disebabkan fakta bahwa hampir semua orang mengalami peningkatan tekanan darah seiring bertambahnya usia. Lansia (lanjut usia) mengacu pada tahap akhir kehidupan seseorang. Kelompok ini, yang dikenal dengan sebutan tua, akan mengalami proses yang disebut dengan penuaan. Penuaan adalah proses yang terjadi pada tahun-tahun terakhir kehidupan seseorang. Ketika kemampuan fisik, mental, dan sosial seseorang berangsur-angsur memburuk sampai pada titik di mana mereka tidak dapat melaksanakan

tanggung jawab sehari-hari (tahap penurunan). Penuaan adalah proses yang terjadi pada semua makhluk hidup, termasuk tubuh, jaringan, dan sel, yang mengakibatkan hilangnya kapasitas fungsional. Kulit, tulang, jantung, pembuluh darah, paru-paru, saraf, dan jaringan terbatas seseorang akan berubah, menyebabkan terkena berbagai hal penyakit (Siregar., 2022).

Selain usia, beberapa faktor lain yang dapat memengaruhi risiko berkembangnya hipertensi, seperti jenis kelamin, IMT, kebiasaan merokok, dan gaya hidup. Salah satu faktor yang dapat diperbaiki adalah gaya hidup *modern* yang langsung dipraktikkan oleh sebagian besar masyarakat di seluruh dunia dengan serba praktis. Hal ini menyebabkan individu menjadi lebih aktif dan memilih makanan cepat saji yang memiliki kadar natrium yang tinggi (Akbar *et al.*, 2021).

Salah satu penyebab hipertensi adalah pola makan yang buruk. Kelebihan lemak dapat menyebabkan kadar dalam tubuh meningkat, terutama kolesterol, yang menyebabkan kenaikan berat badan dan meningkatkan tekanan darah. Kandungan natrium yang tinggi akan meningkatkan volume darah yang merupakan efek dari hipertensi. Menerapkan pola makan rendah lemak, kolesterol, dan kaya buah-buahan, sayuran, dan makanan rendah lemak telah terbukti secara klinis dapat menurunkan tekanan darah pada sebagian besar penduduk Indonesia (Damanik & Sitompul, 2020).

Prilaku makan-makanan pada komunitas lansia dari perilaku makan makanan manis yang menurun sebesar 9,4% antara tahun 2007 dan 2013, sedangkan perilaku makan makanan asin meningkat drastis sebesar 1,7%. Ada

banyak garam dalam makanan asin. Garam meja memainkan peran penting dalam perkembangan hipertensi (Mustofa *et al.*, 2022).

Makanan adalah suatu kunci dari kesehatan dimana untuk orang-orang yang sudah lansia harus dijaga agar tetap sehat dimana makanan tidak hanya menentukan kesehatan massa kini tetapi juga menentukan kelangsungan hidup masing-masing. Selain itu dalam memilih yang akan dikonsumsi harus juga diperhatikan kehalalan makanan tersebut, Selain itu, Al-Qur'an mengajarkan kepada manusia untuk terus berusaha dengan maksimal, termasuk dalam hal berobat untuk kesehatan harus dilakukan dengan sungguh-sungguh dan dimana makanan sesuai dengan Al-Qur'an dan Hadist.

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ

Artinya :“Hai sekalian manusia, makanlah yang halal lagi baik (bergizi) dari apa yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah syaitan; karena sesungguhnya syaitan itu adalah musuh yang nyata bagimu” (QS. Al-Baqarah 2 : 168).

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ : كُلْ وَاشْرَبْ وَابْسُ وَتَصَدَّقْ فِي غَيْرِ سَرَفٍ وَلَا مَخِيلَةٍ { رواه ابو داود واحمد }

Artinya : Rasulullah SAW. Bersabda “makanlah dan minumlah, berpakaianlah dan bersodaqohlah dengan tidak israf dan tidak sombong (H.R Abu Daud dan Ahmad).

Penelitian terkait menurut (Akbar *et al.*, 2021) tentang isu dan faktor bahaya hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Molibagu Kabupaten Bolaang Mongondow Selatan terdapat 31 responden, 61,3% responden menderita hipertensi, 67,7% responden memiliki

pola makan yang buruk, dan 32,3% memiliki pola makan yang baik. Menurut temuan ini, ada hubungan antara gizi dan prevalensi hipertensi.

Penelitian terkait menurut (Sutjiato., 2022). Hasil dari mewawancarai 84 orang responden tentang hubungan makanan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Desa Kelurahan Bahu VI Kecamatan Malalayang Kota Manado. Menurut temuan penelitian, 22 (47,8%) responden memiliki kebiasaan makan yang buruk, dan 20 (43,5%) memiliki hipertensi. Pada keadaan ini terdapat hubungan yang cukup besar antara kebiasaan makan dengan kejadian hipertensi di lingkungan Kecamatan Bahu VI Kecamatan Malalayang Kota Manado.

Hasil penelitian di Kecamatan Cisayong, yang terdiri dari enam desa, prevalensi hipertensi pada lansia menurut data dari Puskesmas Cisayong,

Desa Sukasukur merupakan desa yang memiliki tingkat prevalensi hipertensi pada lansia cukup tinggi, ditinjau dari pola makan dan pola hidup lansia. Berdasarkan data laporan kasus hipertensi pada lansia sebanyak 136 orang lansia yang terdiri dari laki-laki sebanyak 45 orang dan perempuan sebanyak 90 lansia. Hal ini merupakan presentase cukup tinggi bagi lansia yang mengalami hipertensi. Makanan yang di konsumsi oleh lansia *modern* biasanya makanan asin yang mengandung garam dan natrium yang berlebihan.

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dengan wawancara dan pengukuran tekanan darah kepada 10 orang lansia. Hasil wawancara 6 orang lansia mengatakan sering makan-makanan asin dan makanan yang berlemak secara berlebihan, sedangkan 4 orang mengatakan sering makan-makanan asin

saja. Hasil pemeriksaan tekanan darah 10 lansia tersebut mengalami tekanan darah yang abnormal yaitu $>140/90$ mmHg.

Berdasarkan data diatas hipertensi mengalami peningkatan yang signifikan hal ini tentunya menimbulkan tanda tanya apa yang melatar belakangi kasus tersebut sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian untuk memenuhi tugas skripsi dengan judul “Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Desa Sukasukur Kecamatan Cisayong Kab Tasikmalaya”.

B. Rumusan Masalah

Hipertensi didefinisikan sebagai suatu kondisi dimana tekanan darah sistolik sama dengan atau lebih besar dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik sama dengan atau lebih besar dari 90 mmHg. Pola makan merupakan salah satu risiko yang dapat menyebabkan hipertensi. Diet ini mencoba untuk banyak mengkonsumsi makanan berlemak, garam, dan kolesterol. Dalam rangka pengaturan pola makan seimbang pada lansia di Desa Sukasukur Kecamatan Cisayong Kabupaten Tasikmalaya perlu diketahui hubungannya dengan masalah hipertensi. Berdasarkan hal tersebut maka dapat dirumuskan pertanyaan penelitian: “Apakah ada hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Desa Sukasukur Kecamatan Cisayong Kabupaten Tasikmalaya?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui apakah ada hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Desa Sukasukur Kecamatan Cisayong Kabupaten Tasikmalaya?.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya pola makan pada lansia di Desa Sukasukur Kecamatan Cisayong Kabupaten Tasikmalaya.
- b. Diketuinya kejadian hipertensi pada lansia di Desa Sukasukur Kecamatan Cisayong Kabupaten Tasikmalaya.
- c. Diketuinya hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Desa Sukasukur Kecamatan Cisayong Kabupaten Tasikmalaya.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Puskesmas Cisayong Tasikmalaya

Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai masukan untuk mengevaluasi program kesehatan dalam meningkatkan pelayanan kesehatan khususnya masalah Hipertensi.

2. Bagi Responden

Bagi yang menjadi responden di desa sukasukur mampu mengetahui pentingnya pola makan yang baik, sehingga responden mampu menjaga kesehatan sebagai upaya pencegahan Hipertensi

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai bahan acuan dalam pelaksanaan Catur Dharma Perguruan Tinggi Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya, terutama untuk menambah wawasan pembaca.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan landasan *evidence-based nursing practice* untuk penelitian selanjutnya dengan variabel dan teknik yang berbeda

E. Ruang Lingkup Penelitian

Skripsi ini mencakup bidang keperawatan gerontik. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat apakah ada hubungan kebiasaan makan dengan prevalensi hipertensi pada lansia di Desa Sukasukur Kecamatan Cisayong Kabupaten Tasikmalaya.

