

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang banyak dijumpai di masyarakat. Kebanyakan orang tidak mengetahui bahwa dirinya terkena hipertensi sebelum memeriksakan tekanan darahnya, karena pada dasarnya hipertensi sering tidak menunjukkan gejala, sehingga gejala tersebut baru disadari setelah adanya gangguan pada organ tertentu seperti gangguan fungsi jantung dan penyakit stroke (Azizah, dkk, 2016; Magdalena, dkk, 2015).

Penyakit hipertensi ini sering disebut *the silent disease* (Kemenkes RI, 2013). Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. (Kemenkes RI, 2014)

Data dari *World Health Organization* (WHO) (2011) memprediksi bahwa kurang lebih 80% dari kasus hipertensi akan mengalami peningkatan di 6 tahun mendatang, dan diperkirakan akan menjadi 1,15 miliar kasus. (Nor'alia, 2019). Hal tersebut juga ditunjukkan dalam profil Kesehatan Indonesia (2017) yang menunjukkan bahwa prevalensi penduduk dengan tekanan darah tinggi di Indonesia secara Nasional sebesar 30,9%. Data dari profil kesehatan pada tahun 2016 menyatakan juga bahwa Jawa Barat merupakan provinsi yang ada di

peringkat ke empat dengan prevalensi 2,46% kasus hipertensi terhadap jumlah penduduknya. (Dinas Kesehatan Jawa Barat, 2016)

Prevalensi hipertensi yang meningkat berhubungan dengan adanya faktor risiko. Faktor risiko dibagi menjadi dua yaitu faktor risiko yang tidak dapat diubah (usia, jenis kelamin, dan riwayat keluarga), dan faktor yang dapat diubah (gaya hidup seperti kebiasaan merokok, pola makan yang tidak sehat, minuman keras, sering mengkonsumsi kopi, kurang aktivitas fisik, pola tidur, dan stress) (Kemenkes RI, 2014). Gaya hidup merupakan faktor terpenting yang sangat mempengaruhi masyarakat. Gaya hidup sangat berpengaruh terhadap kondisi fisik maupun psikis seseorang. Perubahan gaya hidup dan rendahnya perilaku hidup sehat seperti pola makan yang tidak baik, istirahat yang tidak seimbang dengan aktifitas yang dilakukan, minimnya olahraga, kebiasaan tidak sehat seperti merokok, mengkonsumsi alkohol, mengkonsumsi kopi secara berlebihan dan stress adalah salah satu dari penyebab hipertensi (Kurnia, 2016; Azizah, dkk, 2016). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Fadhil, Wendi Muh pada tahun (2018) menyebutkan bahwa gaya hidup merupakan salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya kejadian hipertensi, dikarenakan masih banyak masyarakat yang belum mengetahui bahayanya gaya hidup dengan kejadian hipertensi (Fadhil, Wendi Muh, 2018).

Dampak dari penyakit hipertensi dapat mengakibatkan penyakit komplikasi diantara yaitu seperti jantung, penyakit stroke, kerusakan penglihatan, dan ginjal (Putra; Kasrin; Sari, 2015 dan Kartikasari, 2012). Peran perawat dalam penyakit

ini sebagai edukator, peran ini dilakukan dengan membantu klien dalam meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan baik itu tentang apa penyebab dari hipertensi, gejala hipertensi, komplikasi dari penyakit hipertensi, serta menjelaskan tentang gaya hidup yang sehat terhadap klien (Putra; Kasrin; dan Sari, 2015).

Berdasarkan dari hasil penelitian bahwa gaya hidup yang tidak sehat seperti pola makan yang tidak sehat, minuman beralkohol, kopi, dan merokok, kurang aktifitas, dan stress, sangat berpengaruh terhadap kejadian hipertensi, sehingga untuk meminimalisir gaya hidup sehat dapat menjadi pencegahan yang efektif untuk penderita hipertensi. Berdasarkan fenomena tersebut peneliti memandang penting untuk melakukan literature review hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan data yang didapat dari WHO, Profil Kesehatan Jawa Barat, mengenai hipertensi, dari tahun ke tahun selalu ada peningkatan. Peneliti juga mendapatkan jurnal mengenai hipertensi yang salah satunya diakibatkan oleh gaya hidup. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian *literature review* dengan judul “Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi”

## 1.3 Tujuan Penelitian

Mengetahui hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi berdasarkan *literature review*.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Institusi Pendidikan**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi bagi institusi pendidikan, serta dijadikan bahan untuk referensi, dalam menerapkan catur dharma perguruan tinggi.

### **1.4.2 Intitusi Pelayanan**

Literature Review ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan referensi untuk meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan kepada masyarakat, dalam penerapan asuhan keperawatan khususnya untuk penderita hipertensi yang sebelumnya melakukan gaya hidup yang tidak sehat dan ingin mengubah gaya hidupnya menjadi prilaku gaya hidup sehat.

### **1.4.3 Profesi Keperawatan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi dalam meningkatkan strategi intervensi sehingga bisa meningkatkan kualitas asuhan keperawatan dan merupakan pengembangan ilmu keperawatan yang berkaitan dengan hubungan gaya hidup dengan kejadian hipetensi.

### **1.4.4 Peneliti Selanjutnya**

Penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dan bahan dasar untuk penelitian lebih lanjut khususnya tentang gaya hidup terhadap penderita hipertensi.