

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Populasi lanjut usia (lansia) mengalami peningkatan dari masa ke masa di Indonesia (Samodra, Rahmawati & Sumarni, 2018). Saat ini populasi lansia sekitar 25,66 juta lansia atau 9,60% dari seluruh penduduk di Indonesia (Badan Pusat Statistik, 2019) dan diperkirakan akan bertambah mencapai 63,31 juta atau 20 persen pada tahun 2045 (Badan Pusat Statistik, 2018). Seiring meningkatnya populasi lansia, Usia Harapan Hidup (UHH) juga mengalami peningkatan yang merupakan indikator dari pencapaian pembangunan nasional dalam bidang kesehatan (Zaenurrohmah & Rachmayanti, 2017). Sedangkan disisi lain hal ini berdampak pada peralihan pola penyakit, yakni penyakit infeksi mengalami penurunan dan penyakit degeneratif mengalami peningkatan yang disebabkan oleh fungsi organ pada lansia mengalami penurunan, sehingga penyakit degeneratif sering muncul pada lansia, salah satunya adalah hipertensi (Santik, Tjekyan & Zurkarnain, 2017).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi dapat dikatakan *silent killer* karena penyakit ini tidak menunjukkan gejala secara nyata seperti penyakit lainnya (Saputra & Indrawanto, 2013). Tekanan darah adalah tekanan pada pembuluh nadi dari peredaran darah di dalam tubuh manusia. Tekanan darah normal adalah 120/80 mmHg (Gunawan, 2001). Sedangkan hipertensi adalah keadaan dimana hasil pengukuran tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan diastolik ≥ 90 mmHg (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Menurut Yayasan Jantung Indonesia (2005), hipertensi yang tidak ditangani dengan segera akan memberikan dampak terhadap otak, jantung, ginjal dan mata (Wahyuningsih & Astuti, 2013). Hipertensi paling sering ditemukan pada lansia (Hernawan & Rosyid, 2017). Terdapat 59,9% prevalensi hipertensi pada lansia ≥ 60 tahun di Shanghai, China (Yang *et al.*, 2017). Menurut data Riskesdas 2018 didapatkan prevalensi hipertensi pada lansia didapatkan 63,2% terjadi pada usia 65-74 tahun dan 69,5% pada usia >75 tahun

(Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019). Kejadian hipertensi meningkat 2 kali lipat pada wanita yang sudah menopause dibandingkan dengan wanita yang belum menopause (Lidiyawati & Kartini, 2014).

Menopause merupakan proses alami yang terjadi pada wanita, dimana kadar hormon esterogen dan progesteron pada wanita mulai berkurang yang merupakan tanda dari berakhirnya periode menstruasi (Indrawati, 2019). Dinyatakan menopause jika seorang wanita sudah tidak mengalami menstruasi selama 12 bulan berturut-turut dan tidak ada penyebab lain untuk perubahan yang terjadi. Wanita yang sudah memasuki masa menopause akan mengalami peningkatan tekanan darah dibandingkan dengan wanita yang belum memasuki masa menopause yang disebabkan penurunan hormonal (Wulandari, 2011 dalam Umamah & Lestari, 2016). Hormon esterogen mempengaruhi vasodilasi, sehingga kekurangan hormon esterogen akan menyebabkan vasokonstriksi dan mengakibatkan tekanan darah meningkat (Barton & Meyer, 2009). Usia saat menopause dapat menjadi indikator penuaan reproduksi dan juga kesehatan umum penuaan somatik. Biasanya wanita mengalami menopause pada usia 50-51 tahun. Sedangkan jika terjadi menopause dini (≤ 45 tahun) dapat berisiko terkena diabetes, penyakit kardiovaskuler dan kanker (Song *et al.*, 2017).

Konsumsi makanan yang berlemak menyebabkan simpanan kolesterol tinggi di dalam darah yang dapat menjadi plak dan akan menyumbat pembuluh darah (Kartika, Afifah & Suryani, 2016). Asupan lemak jenuh dan kolesterol dapat meningkatkan risiko untuk mengalami penyakit jantung dan hipertensi (Rawasiah, Wahiduddin & Rismayanti, 2012). Mengonsumsi lemak jenuh secara berlebihan dapat memicu terjadinya aterosklerosis yang menjadikan resistensi pembuluh darah meningkat (Lidiyawati & Kartini, 2014). Kebiasaan mengonsumsi lemak jenuh memiliki risiko 2,01 kali lebih besar untuk terkena hipertensi daripada yang tidak memiliki kebiasaan mengonsumsi lemak jenuh (Masfufah, 2015). Asupan lemak jenuh yang tinggi pada lansia wanita dikaitkan dengan risiko kematian akibat aterosklerosis (Bleckenhorst *et al.*, 2015).

Selain mengakibatkan aterosklerosis, mengonsumsi lemak jenuh juga dapat menyebabkan berat badan meningkat yang dapat berisiko terkena hipertensi (Bertalina & Muliani, 2016). Sebuah studi menyatakan bahwa obesitas pada bagian

atas atau obesitas sentral memiliki hubungan yang kuat dengan diabetes, hiperurisemia, gout, hipertrigliseridemia dan hipertensi dibandingkan obesitas pada bagian bawah (Arianti & Husna, 2015). Tingginya jumlah adiposit sentral dapat meningkatkan risiko hipertensi, penyakit kardiovaskuler dan kematian (Krause *et al.*, 2009). Terdapat berbagai cara untuk mengukur obesitas sentral, salah satunya dengan menggunakan lingkaran pinggang (Arianti & Husna, 2015). Lingkaran pinggang merupakan pengukuran yang baik untuk mengukur lemak perut pada lansia dibandingkan dengan IMT (Howel, 2012). Diketahui bahwa lingkaran pinggang berhubungan dengan kejadian hipertensi (Hafid, 2018).

Posbindu merupakan program puskesmas dengan sasaran lansia (>60 tahun) yang melibatkan masyarakat dengan berorientasi pada upaya preventif dan promotif dalam pengendalian Penyakit Tidak Menular (PTM) dengan tujuan agar para lansia siap menghadapi usia lanjut dengan mandiri dan sehat (Melita & Nadjib, 2018). Dari uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara usia saat menopause, asupan lemak jenuh dan lingkaran pinggang dengan kejadian hipertensi pada lansia wanita di Posbindu Flamboyan II Kota Bekasi.

I.2 Rumusan Masalah

Populasi lansia semakin meningkat berdampak pada peralihan pola penyakit dari penyakit infeksi menjadi penyakit degeneratif, seperti hipertensi (Santik, Tjekyan & Zurkarnain, 2017). Kejadian hipertensi meningkat 2 kali lipat pada wanita yang sudah menopause dibandingkan dengan wanita yang belum menopause (Lidiyawati & Kartini, 2014). Dan menopause yang terjadi di awal (dini) dapat berisiko terkena penyakit kardiovaskuler (Song *et al.*, 2017). Selain itu, konsumsi makanan yang berlemak menyebabkan simpanan kolestrol tinggi di dalam darah yang dapat menjadi plak serta akan menyumbat pembuluh darah (Kartika, Afifah & Suryani, 2016). Tingginya jumlah adiposit sentral (obesitas sentral) dapat meningkatkan risiko hipertensi, penyakit kardiovaskuler dan kematian (Krause *et al.*, 2009). Untuk mengukur obesitas sentral dapat dilakukan pengukuran dengan menggunakan lingkaran pinggang (Arianti & Husna, 2015). Berdasarkan identifikasi masalah diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan

antara usia saat menopause, asupan lemak jenuh dan lingkaran pinggang dengan kejadian hipertensi pada lansia wanita di Posbindu Flamboyan II.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara usia saat menopause, asupan lemak jenuh dan lingkaran pinggang terhadap kejadian hipertensi pada lansia wanita di Posbindu Flamboyan II.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran karakteristik responden berdasarkan usia, suku dan tingkat pendidikan pada lansia wanita di Posbindu Flamboyan II Kota Bekasi
- b. Mengetahui gambaran usia saat menopause pada lansia wanita di Posbindu Flamboyan II Kota Bekasi
- c. Mengetahui gambaran asupan lemak jenuh pada lansia wanita di Posbindu Flamboyan II Kota Bekasi
- d. Mengetahui gambaran lingkaran pinggang pada lansia wanita di Posbindu Flamboyan II Kota Bekasi
- e. Menganalisis hubungan antara usia saat menopause dengan tekanan darah pada lansia wanita di Posbindu Flamboyan II Kota Bekasi
- f. Menganalisis hubungan antara asupan lemak jenuh dengan tekanan darah pada lansia wanita di Posbindu Flamboyan II Kota Bekasi
- g. Menganalisis hubungan antara lingkaran pinggang dengan tekanan darah pada lansia wanita di Posbindu Flamboyan II Kota Bekasi

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana informasi untuk responden. Diharapkan responden agar dapat meningkatkan kesadarannya untuk menjaga kesehatan terkait hipertensi dan faktor risikonya. Faktor risiko hipertensi

seperti usia saat menopause, asupan lemak jenuh dan selalu memantau lingkaran pinggang.

I.4.2 Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana informasi mengenai kejadian hipertensi di Posbindu Flamboyan II. Selain itu, dapat menjadi bahan masukan untuk para kader tentang meningkatkan kesehatan lansia di posbindu ini. Peningkatan kesehatan lansia dapat berupa mengadakan kegiatan kesehatan yang mengikutsertakan lansia.

I.4.3 Bagi Ilmu Pengetahuan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu pengembangan ilmu pengetahuan. Selain itu, juga dapat menjadi pertimbangan referensi untuk penelitian lebih lanjut mengenai kejadian hipertensi pada lansia. Hal ini untuk mengurangi kejadian hipertensi yang terjadi pada lansia.