

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Peningkatan taraf hidup masyarakat pada negara berkembang khususnya masyarakat perkotaan membawa perubahan terhadap pola hidup dan pola makan individu. Perubahan tersebut berdampak pada perubahan pola penyakit yaitu dari penyakit menular (PM) menjadi, penyakit tidak menular (PTM). Salah satu penyakit tidak menular tersebut adalah hipertensi, dimana hipertensi merupakan penyakit kardiovaskular. Tekanan darah tinggi atau hipertensi adalah suatu peningkatan tekanan darah di dalam arteri (Anies, 2006). Seseorang dapat dikatakan hipertensi jika tekanan darah sistoliknyanya ≥ 140 mmHg atau tekanan darah diastoliknyanya ≥ 90 mmHg (JNC VIII, 2014). Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang tidak menular yang merupakan masalah di Indonesia (Rahajeng & Tuminah, 2009). Pada saat ini hipertensi adalah faktor risiko terbesar ketiga yang dapat menyebabkan kematian dini.

Hipertensi merupakan salah satu faktor resiko terbesar penyebab morbiditas dan mortalitas pada penyakit kardiovaskular (Kearney dkk., 2005). Sejak tahun 1999 hingga 2009, angka kematian akibat hipertensi meningkat sebanyak 17,1% (Go dkk., 2014) dengan angka kematian akibat komplikasi hipertensi mencapai 9,4 juta per tahunnya (WHO, 2013). Di wilayah Asia Tenggara, orang dewasa yang mengalami penyakit hipertensi mencapai 36%. Dibeberapa negara Asia Tenggara, terdapat peningkatan jumlah penderita hipertensi, Indonesia menempati peringkat kedua di Asia Tenggara setelah Myanmar yang mengalami peningkatan tekanan darah pada usia dewasa. *World Health Organization* menyebutkan prevalensi hipertensi di Indonesia cukup tinggi yaitu sebesar 41% (WHO, 2014).

Berdasarkan hasil Riskesdas 2013, prevalensi hipertensi pada penduduk umur 18 tahun ke atas tahun 2013 di Indonesia adalah sebesar 31,7%. Di tingkat nasional,

prevalensi hipertensi tertinggi di Bangka Belitung 30.9%, Kalimantan Selatan 30. Kalimantan Timur 29.6% dan Jawa Barat menduduki posisi tertinggi ke empat 29,4%.

Pada penelitian yang dilakukan (Nancy dkk, 2012) adanya pengaruh asupan lemak terhadap hipertensi. Berdasarkan hasil analisis didapatkan bahwa rata-rata asupan lemak lebih dari 25% total kalori per hari mempunyai resiko lebih besar untuk mengalami hipertensi dibandingkan dengan yang rata-rata asupan lemaknya kurang dari atau sama dengan 25% total kalori per hari. Pada Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Stefhany, 2012) di Depok Jaya. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara faktor risiko pola konsumsi lemak dengan terjadinya hipertensi. Hal ini menunjukkan pola konsumsi lemak yang lebih merupakan faktor risiko 2,92 kali terjadinya hipertensi (Salman dkk, 2015). Kebiasaan mengonsumsi lemak tinggi juga merupakan salah satu faktor penting penyebab hipertensi. Terlihat bahwa responden yang hipertensi lebih banyak memiliki kebiasaan mengonsumsi lemak dibandingkan dengan responden yang tidak memiliki kebiasaan mengonsumsi lemak.

Pada Penelitian yang dilaksanakan di Desa Tandengan Satu Kecamatan Eris Kabupaten Minahasa terdapat hubungan antara asupan natrium dengan hipertensi (Manawan dkk, 2016) . Sejalan dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya (Wenni, 2013) di posbindu Kelurahan Beji dan Beji Timur Kota Depok terdapat hubungan bermakna antara konsumsi tinggi natrium dengan hipertensi. Sebanyak 93,3% responden dengan asupan Natrium yang lebih menderita hipertensi, sedangkan 73,7% dengan asupan Natrium yang kurang tidak menderita (Kurniasih, 2013)

Berdasarkan hasil uji statistik, tidak teratur dalam melakukan aktivitas fisik memiliki hubungan yang bermakna dengan hipertensi, orang yang tidak teratur berolah raga memiliki risiko terkena hipertensi sebesar 44,1 kali dibandingkan dengan orang yang memiliki kebiasaan aktivitas fisik yang teratur (Anggara dan Prayitno 2012). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andria, bahwa adanya hubungan antara aktivitas fisik dengan hipertensi. Berdasarkan analisis univariat yang dilakukan (Kurniasih, 2011) didapatkan hasil bahwa sebagian besar

penderita hipertensi termasuk kelompok yang beraktivitas ringan (56,7%) dari responden yang ditelitinya. Hal ini sesuai dengan teori yang ada bahwa aktivitas fisik dapat mempengaruhi terjadinya hipertensi. Manfaat aktivitas fisik yaitu untuk meningkatkan kerja dan fungsi jantung, paru dan pembuluh darah yang ditandai dengan denyut nadi istirahat menurun, penumpukan asam laktat berkurang, meningkatkan HDL kolesterol serta mengurangi aterosklerosis (Andria, 2013).

Pada Penelitian yang dilakukan, adanya hubungan antara kebiasaan merokok dengan hipertensi (antara mantan perokok dengan yang tidak merokok) dan (antara mantan perokok dengan yang tidak pernah merokok). Terlihat bahwa responden yang menderita hipertensi lebih banyak yang mantan perokok dibandingkan dengan yang perokok dan tidak pernah merokok (Stefhany, 2012). Usia pra lansia masih dapat dikatakan sebagai kelompok usia yang masih produktif. Pada usia tersebut umumnya seseorang kurang memperhatikan gaya hidup dan kesehatannya. Salah satu gaya hidup yang tidak sehat adalah perilaku merokok (Indah, dkk 2016). Pada penelitian yang lain, hubungan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi yaitu berhubungan, sesuai dengan yang mendapatkan peningkatan tekanan darah dari 140/99 mmHg menjadi 151/108 mmHg setelah merokok selama 10 menit. Nikotin yang ada dalam rokok dapat mempengaruhi tekanan darah seseorang, bisa melalui pembentukan plak aterosklerosis, efek langsung nikotin terhadap pelepasan *hormone* epinefrin dan norepinefrin, ataupun melalui efek CO dalam peningkatan sel darah merah (Yashinta dan Delmi, 2015). Pada usia tersebut umumnya seseorang kurang memperhatikan gaya hidup dan kesehatannya. Salah satu gaya hidup yang tidak sehat adalah perilaku merokok

Dari uraian latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara asupan natrium, asupan lemak, kebiasaan merokok dan aktivitas fisik dengan hipertensi pada pra lansia di Perumahan Bumi Satria, Kota Bekasi, Tahun 2017.

I.2 Tujuan Penelitian

1.2.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara asupan lemak, asupan natrium, kebiasaan merokok serta aktivitas fisik dengan hipertensi pada pra lansia di RW 022 Kelurahan Kayuringin Jaya Kota Bekasi tahun 2017.

1.2.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran penyakit hipertensi pada masyarakat usia pra lansia di RW 022 Kelurahan Kayuringin Jaya Kota Bekasi tahun 2017
2. Mengetahui gambaran asupan lemak pada masyarakat usia pra lansia di di RW 022 Kelurahan Kayuringin Jaya Kota Bekasi tahun 2017
3. Mengetahui gambaran asupan natrium pada masyarakat usia pra lansia di di RW 022 Kelurahan Kayuringin Jaya Kota Bekasi tahun 2017
4. Mengetahui gambaran kebiasaan merokok pada masyarakat usia pra lansia di di RW 022 Kelurahan Kayuringin Jaya Kota Bekasi tahun 2017
5. Mengetahui gambaran aktivitas fisik di RW 022 Kelurahan Kayuringin Jaya Kota Bekasi tahun 2017
6. Mengetahui hubungan asupan lemak dengan hipertensi pada masyarakat usia pra lansia di RW 022 Kelurahan Kayuringin Jaya Kota Bekasi tahun 2017
7. Mengetahui hubungan asupan natrium dengan hipertensi pada masyarakat usia pra lansia di RW 022 Kelurahan Kayuringin Jaya Kota Bekasi tahun 2017
8. Mengetahui hubungan kebiasaan merokok dengan hipertensi pada masyarakat usia pra lansia di RW 022 Kelurahan Kayuringin Jaya Kota Bekasi tahun 2017
9. Mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan hipertensi pada masyarakat usia pra lansia di RW 022 Kelurahan Kayuringin Jaya Kota Bekasi tahun 2017

I.3 Rumusan Masalah

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM). Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskuler yang cukup banyak mempengaruhi angka kesakitan dan angka kematian di dunia. Menurut data RISKESDAS, Jawa Barat memiliki prevalensi hipertensi cukup tinggi dengan menduduki posisi tertinggi ke empat 29,4% di Indonesia. Dengan mengetahui hubungan antara asupan natrium, asupan lemak, kebiasaan merokok dan aktivitas fisik dengan hipertensi, diharapkan dapat membantu mencegah komplikasi lebih lanjut. Dari hal tersebut peneliti ingin melakukan penelitian mengenai hubungan antara pola makan, kebiasaan merokok dan aktivitas fisik dengan hipertensi di RW 022 Kelurahan Kayuringin Jaya Kota Bekasi tahun 2017.

I.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Responden

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi kepada responden mengenai gambaran hipertensi dan faktor-faktor yang berhubungan dengan hipertensi sehingga dapat dilakukan upaya pencegahan sedini mungkin.

1.4.2 Bagi Institusi

Penelitian ini dapat menjadi masukan bagi pihak pelayanan kesehatan masyarakat sekitar sebagai dasar pembentukan program kesehatan untuk mengendalikan faktor risiko hipertensi.

1.4.3 Bagi Peneliti Lain

Dapat menambah wawasan dan pengalaman serta memberikan informasi kepada masyarakat terkait hubungan asupan lemak, asupan natrium, kebiasaan merokok serta aktivitas fisik dengan hipertensi

I.5 Hipotesis

1. Ada hubungan antara kebiasaan merokok dengan hipertensi pada masyarakat usia pra lansia di RW 022 Kelurahan Kayuringin Jaya Kota Bekasi tahun 2017
2. Ada hubungan antara kebiasaan konsumsi natrium dengan hipertensi pada masyarakat usia pra lansia di RW 022 Kelurahan Kayuringin Jaya Kota Bekasi tahun 2017
3. Ada hubungan antara kebiasaan konsumsi lemak dengan hipertensi pada masyarakat usia pra lansia di RW 022 Kelurahan Kayuringin Jaya Kota Bekasi tahun 2017
4. Ada hubungan antara aktivitas fisik dengan hipertensi pada masyarakat usia pra lansia di RW 022 Kelurahan Kayuringin Jaya Kota Bekasi tahun 2017

I.6 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* karena variabel dependen dan independen diamati secara bersamaan disatu waktu. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan asupan natrium, asupan lemak, kebiasaan merokok dan aktivitas fisik dengan hipertensi pada usia pra lansia di RW 022 Perumahan Bumi Satria Kota Bekasi tahun 2017.