

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit jantung dan pembuluh darah (kardiovaskular) merupakan masalah kesehatan utama baik di negara maju maupun negara berkembang. Hipertensi merupakan penyebab kematian nomor satu di dunia setiap tahun. Hipertensi merupakan penyebab salah satu penyakit kardiovaskular yang paling umum dan banyak terjadi di masyarakat. Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah tinggi yang menetap, dimana tekanan darah sistolik ≥ 90 mmHg, ketika diukur paling tidak pada dua kali pengukuran dan pada dua kondisi yang berbeda dengan jarak dua minggu. Hipertensi yang tidak terkontrol sebagai faktor penyebab dalam morbiditas akibat timbulnya gangguan pada kardiovaskuler (Safitri, 2021).

Tekanan darah tinggi merupakan masalah penting bagi kita semua, tidak hanya di Indonesia, tetapi secara global karena merupakan salah satu pintu masuk atau faktor resiko penyakit jantung, gagal ginjal, diabetes, dan stroke.

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang penting di seluruh dunia karena prevalensinya yang cukup tinggi dan penyakit menular yang terus meningkat. Hipertensi sering kali muncul tanpa keluhan, sehingga di sebut sebagai *the silent killer* karena orang-orang tidak menyadari bahwa dirinya menderita hipertensi dan hanya mengetahui bila terjadi komplikasi.

Data World Health Organization (WHO) tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 milyar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya . diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 milyar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya. Berdasarkan data proyeksi satu dari setiap tiga orang dewasa atau satu miliar orang di dunia mengidap hipertensi. Diperkirakan jumlah penderita hipertensi akan meningkat menjadi 1,6 miliar menjelang tahun 2025 (Rendi, *et al*, 2017). Negara afrika merupakan salah satu negara di dunia dengan proporsi hipertensi tertinggi baik pada laki-laki (38,1%) maupun perempuan (35,5%). Sedangkan negara dengan proporsi terendah pada laki-laki

terdapat di asia tenggara sebesar (25,4%) dan pada wanita terdapat di bagian wilayah amerika sebesar (19,7%) (Rendi, *et al*, 2017).

Berdasarkan data proyeksi penduduk, diperkirakan tahun 2017 terdapat 23,66 juta jiwa penduduk lansia di Indonesia (9,03%). Diperdiksi jumlah penduduk lansia tahun 2020 (27,08 juta), tahun 2025 (33,69 juta) tahun 2030 (40,95 juta) dan tahun 2035 (48,19 juta). Diperkirakan terjadi peningkatan lansia setiap tahunnya.

Di Indonesia berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2013 didapatkan bahwa angka kejadian hipertensi pada pasien yang berumur di atas 18 tahun sebesar 25,8%. Dimana dari 33 provinsi prevalensi hipertensi yang telah didata, jawa timur menempati posisi ke-12 sebesar 26,2%, sedangkan prevalensi hipertensi tertinggi sendiri terdapat di Bangka Belitung sebesar 30,9% dan diikuti Kalimantan Selatan (30,8%), Kalimantan timur (29,6%), DKI Jakarta (29,4%), Gorontalo (29,0%) (Rendi, *et al* 2017).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Gorontalo, jumlah penderita hipertensi di seluruh Wilayah Kabupaten Gorontalo dari tahun 2019 jumlah penderita hipertensi 34,377 orang, pada tahun 2020 jumlah hipertensi 25,120 orang dan pada tahun 2021 jumlah penderita hipertensi 33,103 orang (Dinkes Kabupaten Gorontalo). Dan berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas Limboto Barat, pada bulan terakhir yaitu di bulan september tahun 2022 terdapat 150 lansia yang mengalami hipertensi.

Gaya hidup merupakan faktor yang sangat penting untuk dikaji, karena merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kehidupan dan menggambarkan pola perilaku sehari-hari. Gaya hidup yang tidak sehat meliputi kebiasaan pola tidur yang kurang, makan makanan yang berlemak dan mengandung banyak garam, minum minuman berkafein dan beralkohol serta merokok dan kurangnya aktifitas fisik dapat menyebabkan masalah kesehatan salah satunya yaitu dapat menyebabkan timbulnya penyakit hipertensi. Gaya hidup pada lansia dapat mempengaruhi kesehatan karena kurangnya aktivitas fisik karena telah lanjut usia dan tidak berkerja lagi serta kebiasaan-kebiasaan buruk seperti merokok terutama pada lansia laki-laki, kebiasaan minum kopi serta stress merupakan faktor resiko terjadinya hipertensi pada lansia dan kurangnya pengontrolan tekanan darah secara rutin (Purba, 2007).

Surah Al-Baqarah ayat 168 Surah Al-Baqarah ayat 168

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

Yang artinya: “Wahai manusia! Makanlah dari (makanan) yang halal dan baik yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah setan. Sungguh, setan itu musuh yang nyata bagimu.”

Tafsir ringkasan kemeng RI

“Wahai manusia! Makanlah dari makanan yang halal, yaitu yang tidak haram, baik zatnya maupun cara memperolehnya. Dan selain halal, makanan juga harus yang baik, yaitu yang sehat, aman, dan tidak berlebihan. Makanan dimaksud adalah yang terdapat di bumi yang diciptakan Allah untuk seluruh umat manusia, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah setan yang selalu merayu manusia agar memenuhi kebutuhan jasmaninya walaupun dengan cara yang tidak sesuai dengan ketentuan Allah. Waspadailah usaha setan yang selalu berusaha menjerumuskan manusia dengan segala tipu dayanya. Allah mengingatkan bahwa sungguh setan itu musuh yang nyata bagimu, wahai manusia.”

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Poniyah (2018) Simanullung dengan judul “Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Darusallam Medan” hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara gaya hidup (aktifitas fisik) dengan kejadian hipertensi pada lansia, dengan p. value=0,01, ada hubungan antara gaya hidup (pola makan) dengan kejadian hipertensi dengan nilai p. value=0,05, tidak ada hubungan antara gaya hidup (kebiasaan merokok) dengan kejadian hipertensi dengan nilai p.value=521, tidak ada hubungan gaya hidup (kebiasaan istirahat) dengan kejadian hipertensi dengan p.value=0,441. Gaya hidup yang tidak sehat: aktifitas fisik dan pola makan yang tidak sehat dapat menyebabkan kejadian hipertensi pada lansia.

Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 29 juni 2022 di wilayah kerja puskesmas limboto barat di dapatkan hasil dari data awal pada bulan agustus 2022 di dapatkan 76 orang lansia yang memiliki hipertensi dan dilakukan wawancara terhadap 5 orang lansia hipertensi yang berumur 60 tahun keatas di lihat dari gaya hidup, 3 perempuan mengatakan sering mengkomsumsi garam berlebihan dan makanan berlemak dan 2 orang laki-laki

mengatakan suka merokok dan mengkonsumsi minuman berkafein seperti kopi. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti "Hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja puskesmas limboto barat

1.2 Identifikasi Masalah

1. Masih banyak lansia hipertensi yang tidak memperhatikan gaya hidup mereka.
2. Hipertensi masih menjadi penyakit yang tidak menular dengan angka tertinggi di gorontalo.

1.3 Rumusan Masalah

1. Bagaimana karakteristik responden (umur, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan, dan tekanan darah)
2. Bagaimana gaya hidup pada lansia terhadap (aktifitas fisik, pola makan, merokok, konsumsi kopi).
3. Bagaimana kejadian hipertensi pada lansia
4. Untuk mengetahui bagaimana hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada lansia

1.4 Tujuan

1.4.1. Tujuan Umum

Tujuan umum untuk mengetahui hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto Barat.

1.4.2. Tujuan Khusus

1. Untuk mengidentifikasi karakteristik responden (umur, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan, tekanan darah)
2. Untuk mengidentifikasi gaya hidup pada lansia (aktifitas fisik, pola makan, merokok, konsumsi kopi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto Barat.
3. Untuk mengidentifikasi hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto Barat. Untuk mengetahui hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto Barat.

1.5 Manfaat Peneliti

1.5.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambahkan ilmu kesehatan khususnya pada bidang keperawatan berkaitan dengan perilaku kesehatan baik

bersifat menggunakan teori yang sudah ada, menambah wawasan maupun melengkapinya.

1.5.2. Manfaat Praktis

1 .Bagi Institusi Pendidikan

Yakni bagi institusi pendidikan semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat dan menambah perbedaan bacaan bahan bagi mahasiswa/mahasiswi.

2. Bagi Peneliti

Yakni sebagai tambahan ilmu, kompetensi dan pengalaman berharga dalam melakukan penelitian kesehatan pada umumnya, dan terkait dengan hubungan gaya hidup terhadap hipertensi pada lansia.

3. Bagi Institusi Puskesmas

Bagi institusi puskesmas semoga hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi UPT Puskesmas Limbot Barat sehingga dapat membantu untuk meningkatkan upaya yang dapat dilakukan dalam menurunkan morbiditas hipertensi.

4. Bagi Masyarakat

Yakni diharapkan dapat menambah wawasan masyarakat mengenai penyakit hipertensi dan pengaruh gaya hidup pada penyakit hipertensi pada lansia.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menjadi referensi dalam melakukan penelitian selanjutnya tentang gaya hidup pada lansia dengan penderita hipertensi.

