

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan penyebab utama kematian diseluruh dunia. Salah satu Penyakit Tidak Menular (PTM) yang menjadi masalah kesehatan penyakit yang paling serius saat ini adalah tekanan darah tinggi. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan prevalensi hipertensi global saat ini mencapai 22% dari total prevalensi jiwa di dunia. Angka kejadian hipertensi tertinggi terjadi di Afrika: 27%. Asia tenggara di tempati ketiga dengan angka kejadian 25% dari total jiwa. (Kemenkes RI, 2019). Menurut hasil penelitian Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, di Indonesia terdapat angka prevalensi hipertensi pada penduduk diatas 18 tahun adalah 34,1%. Angka ini ditentukan dengan mengukur tekanan darah, yaitu jika tekanan darah >140/90 mmHg. Jumlah ini lebih besar dibandingkan pada tahun 2013, yang setara dengan 25,8%. Provinsi Kalimantan Selatan punya angkanya dengan prevalensi tertinggi sebesar 44,13%, disusul Jawa Barat sebesar 39,6% dan Kalimantan Timur sebesar 39,3%.

Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat tahun 2019 mencatat kejadian tersebut di Jawa Barat tahun 2019 sebesar 41,6%, sedangkan Riskesdas 2018 hasil atau setara dengan 39,6%, meningkat dibandingkan hasil Riskesdas tahun 2013 yaitu sebesar 29,4%. Kabupaten Karawang merupakan bagian dari Provinsi Jawa Barat dengan prevalensi hipertensi sebesar 19,2% (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2019). Estimasi jumlah penderita hipertensi di Kabupaten Cirebon sebanyak 644.577 jiwa

pada tahun 2020. Jumlah penderita hipertensi yang mendapat pelayanan kesehatan standar sebanyak 174.538 orang atau 27,1% dari perkiraan jumlah penderita hipertensi. Pada tahun 2019, persentase ini menyumbang 17,6% dari perkiraan jumlah penderita tekanan darah tinggi. (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2019). Berdasarkan data dari profil kesehatan Provinsi Jawa Barat pada tahun 2019 menyatakan, dengan estimasi penderita hipertensi sekitar 11.958 jiwa terdiri dari laki-laki 6.027 jiwa dan perempuan 5.931 jiwa. Dari data keseluruhan penderita hipertensi, hanya 14,3% yang berobat jalan ke puskesmas Talun, yang dimana hanya 1710 jiwa saja penderita hipertensi yang sadar atas kesehatan dirinya sendiri. (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2019).

Penelitian Husniyah Iska (2022) didapatkan hampir setengah lansia memiliki pola makan yang buruk yaitu sebanyak 19 lansia dengan frekuensi (47.5%). Sebagian besar lansia mengalami hipertensi stage 2 sebanyak 21 lansia dengan frekuensi (52.5%). Banyak faktor yang berperan dalam terjadinya hipertensi, termasuk faktor risiko yang tidak terkontrol dan dapat dikontrol. Faktor risiko yang tidak terkontrol seperti genetik, jenis kelamin, ras, dan usia. Faktor risiko yang dapat dikontrol adalah obesitas, aktivitas fisik, merokok, alkohol, stres, pendidikan dan pola makan. (Kurniadi H, 2014). Faktor yang tidak dapat dikendalikan seperti jenis kelamin, usia, genetika, ras, sejarah keluarga, sedangkan faktor yang dapat dikontrol misalnya gaya hidup masyarakat ketidakaktifan langsung dan fisik, merokok dan obesitas. Obesitas disebabkan timbunan lemak yang menumpuk sedemikian rupa sehingga menyumbat pembuluh darah mendorong peningkatan tekanan darah, dan konsumsi garam yang

berlebihan juga dapat menyebabkan hal ini menyebabkan produksi hormon natriuretik yang dapat meningkatkan tekanan darah, kopi, alkohol dan faktor stres. Faktor-faktor tersebut dapat dihindari melalui pola hidup sehat, cara makan makanan seimbang dan bergizi. Pola hidup sehat sangat erat kaitannya dengan timbulnya penyakit darah tinggi, pola hidup sehat dapat menurunkan timbulnya penyakit darah tinggi. ( Kemenkes RI, 2018 ).

Pola makan dapat diartikan sebagai skema yang mengatur jumlah, frekuensi dan jenis makanan dengan gizi seimbang untuk menjaga kesehatan, meningkatkan status gizi dan mencegah atau membantu pengobatan penyakit. Untuk mencapai status gizi optimal dan menjaga kesehatan, setiap orang harus memperhatikan pola diet seimbang. Pola makan seimbang adalah pola makan yang mengandung zat gizi lengkap, yaitu karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral dalam jumlah yang cukup. Bagi mereka yang menderita tekanan darah tinggi mengonsumsi makanan tinggi lemak dan natrium serta makan lebih sedikit sayuran dan buah dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah tinggi. Konsumsi lemak yang tinggi dikaitkan dengan peningkatan risiko obesitas, yang mempengaruhi perubahan membran sel dan penampilannya. Hal ini menyebabkan munculnya dan peningkatan resistensi periferfungsi jantung, menyebabkan tekanan darah tinggi. Asupan tinggi lemak jenuh dapat menyebabkan aterosklerosis dan meningkatkan kadar kolesterol darah. Sedangkan asupan natrium yang tinggi dapat meningkatkan retensi natrium di ginjal.

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Puskesmas Talun dengan mengambil 7 penderita hipertensi hasilnya adalah bahwa penderita hipertensi sering melakukan pola makan yang buruk sehingga tekanan darah penderita naik diatas batas normal.

Berdasarkan masalah di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Talun Kabupaten Cirebon.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apa Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Talun Kabupaten Cirebon?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah menganalisis hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Talun Kabupaten Cirebon.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Untuk mengidentifikasi pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia wilayah kerja Puskesmas Talun Kabupaten Cirebon
2. Untuk mengidentifikasi kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Talun Kabupaten Cirebon

3. Untuk mengidentifikasi hubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Talun Kabupaten Cirebon

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Di harapkan bisa memberikan informasi dan hasil penelitian bisa dapat digunakan sebagai tambahan bagi ilmu pengetahuan khususnya tentang Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Lansia**

Ini bisa sangat membantu untuk menjaga pola makan kesehatan dan bagi penderita tekanan darah tinggi selalu mengontrol tekanan darah dan menghindari faktor-faktor yang menyebabkan tekanan darah tinggi.

#### **b. Bagi Puskesmas Talun Kabupaten Cirebon**

Hasil penelitian ini diharapkan untuk pengetahuan dan salah satu cara untuk mengevaluasi program kesehatan dalam upaya peningkatan pelayanan kesehatan khususnya yang berkaitan dengan masalah hipertensi.

#### **c. Bagi ITEKes Mahardika**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sumber referensi bagi mahasiswa ITEKes Mahardika sebagai acuan penelitian di masa yang akan datang mengenai hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Talun Kabupaten Cirebon.

### 1.5 Kasliaan Penelitian

1. Husiyah Iska . (2022). Hubungan antara Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia (Studi di Posyandu desa Burneh wilayah Kerja Puskesmas Burneh Kabupaten Bangkalan). Jenis penelitian yang digunakan adalah analisis korelasional dengan pendekatan cross-sectional yaitu observasi atau pengumpulan data secara simultan. Jumlah populasi terdiri dari 45 lansia dan sampelnya berjumlah 40 lansia dengan menggunakan teknik simple random sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir separuh lansia memiliki kebiasaan makan yang buruk. Persamaan dari penelitian tersebut adalah jenis penelitian yang digunakan sama yaitu analisis korelasional dan juga menggunakan teknik analisa data yang sama yaitu *spearman rank*. Perbedaan dari penelitian tersebut adalah jumlah populasi dalam penelitian ini sedikit sehingga sample yang ditentukan terbatas, selain itu juga, waktu dan tempat penelitiannya berbeda . Peneliti menyarankan kepada Puskesmas dan petugas kesehatan untuk melakukan penyuluhan kepada pasien yang berkunjung berkaitan dengan pola makan.
2. Hamzah B, Hairil Akbar, Ake Royke Calvin Langingi, St. Rahmawati Hamzah. (2021). Analisis Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia. di Wilayah Kerja Puskesmas Molibagu. Jenis penelitian yang digunakan adalah observasional analitik dengan rancangan cross-sectional study yaitu jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran atau observasi data variabel pola makan dan variabel kejadian hipertensi pada lansia. Sampel pada penelitian ini sebanyak 31 lansia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 61,3% responden

menderita darah tinggi, 67,7% memiliki pola makan yang buruk, dan 32,3% memiliki pola makan yang baik. Persamaan dari penelitian tersebut adalah jenis penelitian yang digunakan sama adalah analisis korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Perbedaan dari penelitian tersebut ialah, teknik penarikan sampelnya berbeda yaitu dengan teknik total sampling. Peneliti menyarankan untuk mengurangi kasus hipertensi perlu adanya cara untuk mencegahnya seperti memberikan penyuluhan kepada masyarakat mengenai hipertensi dan bagi penderita penyakit hipertensi untuk selalu mengontrol tekanan darah dan menghindari faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya penyakit hipertensi.

3. Mardianto, Darwis, dan Suhartatik. (2021). Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Hipertensi di Rumah Sakit TK II Pelamonia Makassar. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah cross-sectional yaitu bertujuan untuk mengetahui hubungan antar variabel, mengidentifikasi variabel bebas dan variabel terikat dalam satuan waktu. Umlah sampel pada penelitian ini adalah sebanyak 28 responden. Penelitian menunjukkan ada hubungan pola makan dengan terjadinya tekanan darah tinggi di RS Pelamonia Tk II Makassar. Persamaan dari penelitian tersebut adalah jenis penelitian yang digunakan sama adalah analisis korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Perbedaan dari penelitian tersebut yaitu teknik pengambilan sampelnya berbeda yaitu total sampling, selain itu juga teknik analisa datanya berbeda yaitu menggunakan teknik uji square.