

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut WHO, hipertensi disebut sebagai “the silent killer” atau pembunuh diam-diam. Kebanyakan orang dengan hipertensi tidak menyadari masalahnya karena kemungkinan tidak memiliki tanda atau gejala yang menjadi peringatan. Definisi hipertensi adalah suatu kondisi dimana pembuluh darah memiliki tekanan darah tinggi (tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg) (WHO 2021). Hipertensi beresiko menimbulkan berbagai macam penyakit lainnya yaitu seperti gagal jantung, jantung koroner, penyakit ginjal dan stroke, sehingga penanganannya harus segera dilakukan sebelum komplikasi dan akibat buruk lainnya terjadi seperti dapat menurunkan umur harapan hidup penderitanya.

World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa prevalensi hipertensi di dunia secara global sekitar 22% dari total keseluruhan penduduk dunia. Wilayah yang memiliki prevalensi tertinggi adalah Afrika sebesar 27% dan kawasan Asia tenggara menduduki posisi ketiga tertinggi dengan prevalensi 25% dari total penduduknya. Berdasarkan Survei Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) menunjukkan hasil prevalensi hipertensi terjadi pada kelompok umur 75 tahun ke atas sebesar 69,53%, selanjutnya diikuti kelompok umur 65-74 tahun sebesar 63,22% dan 55-64 tahun sebesar 55,23%. Total 1,7 juta kematian di Indonesia didapatkan faktor risiko yang menjadi penyebab kematian adalah hipertensi yaitu sebesar 23,7%.

Menurut (BPS, 2020) dalam kurun waktu yang hampir 50 tahun terakhir persentase lansia di Indonesia mengalami peningkatan sekitar dua kali lipat pada tahun (1971-2020), yaitu mencapai sebesar 9,92% (26 juta-an). Hipertensi di Indonesia menjadi penyebab kematian nomor 3 setelah stoke dan tuberkulosis dengan jumlah penderita hipertensi sebanyak 63.309.620 jiwa dari seluruh penduduk Indonesia, dengan angka kematian sebesar 427.218 jiwa akibat hipertensi (Kemenkes RI, 2019). Salah satu provinsi yang menjadi penyumbang terbanyak lansia dengan keluhan hipertensi adalah di provinsi Jawa Timur. Hampir separuh lansia di Jawa Timur mengalami keluhan kesehatan (46,07 persen). Data di Kota Kediri sebanyak 45,38% lansia dengan kondisi penurunan kesehatan akibat hipertensi, dengan 43,24% lansia berobat jalan akibat penurunan kesehatan yang diakibatkan oleh hipertensi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang saya lakukan di tempat penelitian yaitu di Posyandu lansia wilayah Tosaren mendapatkan hasil bahwa dari 10 responden ada 7 lansia yang memiliki tekanan darah tinggi dengan riwayat hipertensi dan 3 diantaranya memiliki tekanan darah yang sedang, sebagian responden yang memiliki tekanan darah tinggi disebabkan karena gaya hidup yang kurang sehat diantaranya suka makanan yang asin, minum kopi yang berlebihan, merokok dan sebagainya. Selain karena faktor gaya hidup, penyebab lainnya adalah stress dan kurangnya aktivitas fisik yang dilakukan sehari-hari dan apabila itu dilakukan terus-menerus tanpa adanya perubahan dan pengobatan dapat membahayakan nyawa bahkan dapat menyebabkan kematian.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Widyarttha dkk (2016) menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara kegemukan (obesitas) dengan hipertensi. Sedangkan untuk orang dengan obesitas berisiko 4,09 kali lebih tinggi mengalami hipertensi dari pada responden yang tidak obesitas. Serta untuk stres juga menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara stres dengan hipertensi, yaitu orang dengan stres tinggi berisiko 11,39 kali lebih tinggi mengalami hipertensi dari pada responden yang tidak memiliki stres (Widyarttha dkk, 2016).

Banyak faktor yang berperan dalam terjadinya hipertensi diantaranya faktor risiko yang tidak terkendali dan faktor risiko yang dapat dikendalikan. Faktor risiko yang tidak dapat dikontrol seperti faktor keturunan, jenis kelamin, ras dan usia. Sedangkan faktor risiko yang dapat dikendalikan adalah gaya hidup, obesitas, kurang olah raga atau aktivitas fisik, merokok, minum kopi, sensitivitas natrium, kadar kalium rendah, alkohol, stres, pekerjaan, pendidikan dan pola makan (Musfirah dan Masriadi, 2019). Dari beberapa faktor hipertensi pada lansia diatas, peneliti tertarik untuk meneliti stress, obesitas dan gaya hidup yang berpengaruh besar terhadap meningkatnya tekanan darah pada lansia sehingga menyebabkan hipertensi.

Semakin meningkatnya usia maka lebih beresiko terhadap peningkatan tekanan darah tinggi. Laki-laki atau perempuan sama-sama memiliki kemungkinan beresiko hipertensi terutama pada pra-lansia >45 tahun. Gaya hidup merupakan faktor penting yang mempengaruhi kehidupan masyarakat. Gaya hidup yang tidak sehat dapat menjadi penyebab terjadinya hipertensi.

Gaya hidup yang tidak sehat seperti pola makan yang tidak baik, minum kopi, merokok, merawat berat badan tetap ideal, aktivitas aktif, dan meminum minuman beralkohol. Hal – hal tersebut dapat mengakibatkan terjadinya tekanan darah meningkat sehingga terjadi hipertensi. Salah satu penyebab terparah akibat gaya hidup yang tidak sehat dengan kondisi hipertensi adalah munculnya penyakit jantung dan stroke yang diakibatkan oleh merokok dan meminum minuman beralkohol sehingga terjadi kerusakan pada system pembuluh darah (Damanik & Sitompull, 2020).

Selain gaya hidup yang tidak sehat stress dan Obesitas merupakan faktor terjadinya hipertensi. Stress adalah reaksi seseorang baik secara fisik maupun emosional yang terjadi apabila ada perubahan dari lingkungan yang mengharuskan seseorang menyesuaikan diri. Ini merupakan bagian alami dan penting dari kehidupan, tetapi apabila berat dan berlangsung lama dapat merusak kesehatan (Kemenkes, 2018). Stress dapat menjadi faktor pencetus, penyebab sekaligus akibat dari suatu gangguan atau penyakit. Sedangkan obesitas memiliki hubungan yang bermakna dengan kejadian hipertensi. Berdasarkan Studi Framingham menyebutkan bahwa kelebihan berat badan (kelebihan berat badan dan obesitas), menyumbang sekitar 26% kasus hipertensi pada pria dan 28% pada wanita.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat tekanan darah tinggi pada penderita hipertensi di Posyandu Lansia wilayah Tosaren Kota

Kediri”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor apa saja yang dapat mempengaruhi tekanan darah tinggi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah diuraikan, maka permasalahan dalam penelitian ini adalah “Adakah pengaruh antara gaya hidup, obesitas dan stress terhadap tekanan darah pada kejadian hipertensi di posyandu lansia wilayah Tosaren Kota Kediri?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat tekanan darah tinggi pada kejadian hipertensi di Posyandu Lansia wilayah Tosaren Kota Kediri.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi faktor gaya hidup, stress, obesitas dan tekanan darah pada kejadian hipertensi di Posyandu Lansia wilayah Tosaren Kota Kediri.
- b. Menganalisis pengaruh faktor gaya hidup terhadap tekanan darah tinggi pada kejadian hipertensi di Posyandu Lansia wilayah Tosaren Kota Kediri.

- c. Menganalisis pengaruh faktor stress terhadap tekanan darah tinggi pada kejadian hipertensi di Posyandu Lansia wilayah Tosaren Kota Kediri.
- d. Menganalisis pengaruh faktor obesitas terhadap tekanan darah tinggi pada kejadian hipertensi di Posyandu Lansia wilayah Tosaren Kota Kediri.
- e. Menganalisa perbedaan pengaruh gaya hidup, stress dan obesitas terhadap tekanan darah pada kejadian hipertensi di Posyandu Lansia wilayah Tosaren Kota Kediri.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat berperan serta didalam pengembangan ilmu keperawatan dalam bidang kesehatan dan dapat menjadi referensi khususnya mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi tekanan darah tinggi pada penderita hipertensi di Posyandu Lansia wilayah Tosaren Kota Kediri.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Manfaat penelitian ini bagi institusi pendidikan adalah menambah informasi dan sebagai evaluasi lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi tekanan darah tinggi pada penderita hipertensi.

Selain itu sebagai tambahan referensi serta pengembangan untuk penelitian selanjutnya.

b. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan untuk evaluasi dalam meningkatkan derajat kesehatan terutama tentang tekanan darah tinggi pada penderita hipertensi.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan peneliti sebagai sarana untuk menambah pengetahuan dan wawasan tentang faktor yang dapat menyebabkan tekanan darah tinggi.

d. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi responden dalam menjaga derajat kesehatan terutama mengenai pentingnya menjaga kesehatan agar terhindar dari penyakit tekanan darah tinggi.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Judul penelitian	Desain penelitian	Teknik sampling	Analisa data dan Uji Statistik
1	Moh Shandy Irawan (2023) Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Jenggawah	Jenis penelitian kuantitatif	Teknik pengambilan sampel yaitu <i>random sampling</i>	Analisa data menggunakan analisis <i>univariate</i> dan <i>bivariate</i> dengan uji <i>Chi-Square</i>

No	Judul penelitian	Desain penelitian	Teknik sampling	Analisa data dan Uji Statistik
2	Evy Nurvitasari (2020). Hubungan Obesitas dan Stres dengan Kejadian Hipertensi pada Pra Lansia di Desa Pojoksari Kecamatan Sukomoro Kabupaten Magetan	Jenis penelitian kuantitatif	Teknik pengambilan sampel yaitu <i>random sampling</i>	Analisa data menggunakan <i>Chi-Square</i>
3	Silvia Ulin Nafi dan Natalia Desy Putriningtyas (2023). Faktor yang Memengaruhi Kejadian Hipertensi Masyarakat Pesisir (Studi pada Masyarakat Wilayah Kerja Puskesmas Kedung II Jepara)	Jenis penelitian kuantitatif	Teknik pengambilan sampel yaitu <i>quota sampling</i>	Uji analisa data menggunakan <i>Chi-Square</i>