

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi atau dikenal sebagai silent killer yaitu salah satu gangguan pada sistem kardiovaskuler yang merupakan suatu kondisi dimana terjadi peningkatan tekanan darah pada pembuluh darah arteri yang berperan sebagai transportasi zat-zat nutrisi dalam bentuk darah (Sartik, Tjekyan & Zulkarnain, 2017). Pada umumnya hipertensi tidak mempunyai penyebab yang spesifik, namun dipengaruhi oleh beberapa faktor risiko yakni riwayat keluarga, usia, jenis kelamin, merokok, kurang aktivitas fisik, konsumsi alkohol, kebiasaan minum kopi, kebiasaan konsumsi makanan yang banyak mengandung garam, kebiasaan konsumsi makanan lemak dan stress (Aulia, 2017).

Prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia. Prevalensi kejadian hipertensi tertinggi berada di benua Afrika 27% dan terendah di benua Amerika 18%, sedangkan di Asia tenggara berada diposisi ke-3 tertinggi dengan prevalensi kejadian hipertensi sebesar 25% (Cheng 2020). Data (WHO) periode (2015-2020) menunjukkan sekitar 1,13 Miliar 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 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Biswas et al, Islam & Islam A, 2017). Prevalensi kejadian hipertensi sebagian besar berada pada negara-negara dengan penghasilan rendah dan menengah termaksud di negara Indonesia (Dosoo, D K, 2019).

Menurut data Riskesdas (2018), prevalensi hipertensi di Indonesia sebanyak 34,1%. Jumlah tersebut meningkat bila dibandingkan dengan tahun 2003 yaitu 25,8%. Prevelensi tertinggi terjadi di provinsi Kalimantan Selatan yaitu 44,1%, sedangkan di Provinsi Lampung Sebesar 15,10% dengan prevelensi sebesar di Kabupaten Way Kanan yaitu sebesar 25,99% sedangkan menurut kelompok umur di Indonesia prevelensi terbesar pada kelompok umur >75 tahun yaitu sebesar

69,53%. Di Indonesia, prevalensi hipertensi terus meningkat, hal ini disebabkan karena meningkatnya Usia Harapan Hidup (UHH) baik secara global maupun nasional. Hal ini dapat dilihat dari bertambahnya jumlah penduduk usia lanjut di Indonesia. Menurut data Biro statistik presentasi lansia di Indonesia sebesar 9,6% dari total penduduk atau sekitar 25,64 juta orang. Hasil proyeksi data tersebut mengindasikan perlunya perhatian yang khusus terhadap lansia mengingat hipertensi sangat berbahaya bagi lansia dan termasuk kelompok/populasi berisiko (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Masalah-masalah kesehatan terbanyak yang diderita pada lansia adalah hipertensi. Hipertensi berada di urutan pertama dengan masalah terbanyak yang dialami lansia diikuti dengan penyakit Atritis, diabetes mellitus, penyakit jantung dan stroke (Dosoo, D K, 2019). Dampak pada hipertensi yang terus menerus tinggi dalam jangka waktu lama pada lansia dapat menimbulkan komplikasi. Komplikasi yang dapat ditimbulkan antara lain penyakit stroke, gagal ginjal, penyakit jantung koroner, dan bahkan bisa menyebabkan kematian (Nuraini, 2017).

Penyakit hipertensi paling banyak diderita pada usia lanjut. Lanjut usia merupakan proses mengalami perubahan susunan tubuh (anatomi), fisiologis pada jaringan atau organ yang dapat mempengaruhi keadaan fungsi dan kemampuan tubuh secara keseluruhan. Pada saat lanjut usia terjadi penurunan fungsi tubuh yang dimana salah satunya adalah penurunan fungsi pembuluh darah (Susanti, 2017).

Kebutuhan nutrisi dipengaruhi oleh usia, jenis kelamin, aktivitas fisik, berat badan, dan lainnya. Konsumsi makanan serta asupan energi dan mikronutrien akan menurun seiring bertambahnya umur. Hal ini akan menyebabkan malnutrisi serta kekurangan zat tertentu. Lansia tidak dapat mengatur pola makan yang seimbang, dan berpotensi kekurangan asupan mikronutrien meningkat dengan perubahan yang besar pada kepadatan nutrisi dalam makanan. Zat gizi yang sangat berperan dalam meningkatnya penyakit hipertensi salah satunya karena asupan natrium dalam jumlah yang berlebihan dalam waktu tertentu dan juga karena ketidak seimbangan asupan kalium (Fitri, Rusmikawati, & Zulfah, 2018). Asupan makanan sebagai salah faktor yang dapat mempengaruhi tekanan darah seseorang. Kurangnya pengetahuan pada lansia akan mengakibatkan ketidaktahuan tentang makanan yang harus dibatasi seperti asupan natrium dan asupan kalium. Terlalu sering

mengonsumsi makanan yang tinggi natrium serta jarang mengonsumsi sayur dan buah sehingga membuat asupan kalium seseorang menjadi rendah, malas berolahraga, dan mudah terkena (stress) juga ikut berperan dalam menambah jumlah pasien hipertensi (Shary, 2019).

Pemerintah Indonesia melalui BPJS Kesehatan dalam upaya menanggulangi penyakit Hipertensi melalui Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis). Prolanis adalah suatu sistem pelayanan kesehatan dan pendekatan proaktif yang dilaksanakan secara terintegrasi yang melibatkan peserta, fasilitas kesehatan dan BPJS Kesehatan dalam rangka pemeliharaan kesehatan bagi peserta BPJS Kesehatan yang menderita penyakit kronis untuk mencapai kualitas hidup yang optimal dengan biaya pelayanan kesehatan yang efektif dan efisien.

Tujuannya prolanis yaitu mendorong peserta penyandang penyakit kronis mencapai kualitas hidup optimal dengan indikator 75% peserta terdaftar yang memiliki hasil “baik” pada pemeriksaan spesifik terhadap penyakit Hipertensi sesuai panduan klinis terkait sehingga dapat mencegah timbulnya komplikasi penyakit (BPJS Kesehatan, 2014). Beberapa manfaat program Prolanis dari segi preventif dan promotif antara lain, dari segi preventif Prolanis mengadakan kegiatan cek status kesehatan, pemberian obat Hipertensi untuk mencegah komplikasi serta kegiatan home visit yaitu kegiatan pelayanan kunjungan ke rumah Peserta Prolanis untuk pemberian informasi atau edukasi kesehatan diri dan lingkungan bagi peserta Prolanis dan keluarga. Dari segi promotif Prolanis mengadakan kegiatan penyuluhan kesehatan kepada kelompok klup Prolanis.

Senam prolanis yaitu bentuk latihan senam aerobik program dari pemerintah yang dijalankan oleh Badan Penyelenggara Jaminan Sosial (BPJS). Program prolanis diberikan untuk pra lansia dan lansia kisaran usia 45-60 tahun (BPJS Kesehatan, 2014). Senam yang termasuk dalam aktivitas prolanis yaitu senam jantung sehat, senam bugar lansia, senam osteoporosis dan senam aerobic low impact. Senam prolanis terbukti berpengaruh dalam menurunkan tekanan darah sistol dan diastol pada lansia yang menderita hipertensi yang dilakukan selama tiga minggu dan sampel dalam penelitian tersebut adalah usia pra lansia (45-59 tahun) dan usia lansia (60-69 tahun), sedangkan pada penelitian ini sampel yang akan mengikuti senam jantung sehat adalah lansia produktif (45-59 tahun) dan akan

dilakukan 2 kali seminggu selama 3 minggu dengan durasi 20 menit dan lansia hipertensi yang mengikuti senam adalah lansia dengan derajat hipertensi ringan.

10 data penyakit tertinggi Dipuskesmas Way Kandis Kota Bandar Lampung pada maret tahun 2022 yaitu nasopharyngitis akut (common cold) 124 orang, luka terbuka 99 orang, diare akut 82 orang, hipertensi 73 orang, diabetes melitus 58 orang, myalgia 51 orang, gastritis 44 orang, impacted serumen 44 orang, thypoid 44 orang, perilpikal abses desimus 41 orang.

Berdasarkan data Puskesmas Way Kandis Kota Bandar Lampung terdapat 90 orang dan yang terkena hipertensi yaitu 56 orang (62%). Program Prolanis Puskesmas Way Kandis meliputi Senam, Cek Tensi, Gula darah, Asam Urat dan lain-lain (Puskesmas 2022).

Berdasarkan konsep dan permasalahan diatas dapat ditarik melakukan penelitian untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan, Asupan Kalium Dan Natrium Pada Penderita Hipertensi Diprolanis Puskesmas Way Kandis Kota Bandar Lampung Tahun 2022.

B. Rumusan Masalah

Puskesmas Way Kandis Kota Bandar Lampung terdapat 90 orang dan yang terkena hipertensi yaitu 56 orang (62%). Berdasarkan permasalahan tersebut didapatkan rumusan masalah berupa "Bagaimana Gambaran, Asupan Kalium dan Natrium pada Penderita Hipertensi Diprolanis Puskesmas Way Kandis Kota Bandar Lampung?"

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran pengetahuan, asupan natrium, kalium dan tekanan darah pada lansia hipertensi di Puskesmas Way Kandis Kota Bandar Lampung Tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

- a) Untuk mengetahui karakteristik (pendidikan dan pekerjaan) lansia hipertensi di Puskesmas Way Kandis Kota Bandar Lampung.

- b) Untuk mengetahui pengetahuan lansia tentang hipertensi di Puskesmas Way Kandis Kota Bandar Lampung.
- c) Untuk mengetahui asupan natrium lansia di Puskesmas Way Kandis Kota Bandar Lampung.
- d) Untuk mengetahui asupan kalium lansia di Puskesmas Way Kandis Kota Bandar Lampung.

D. Manfaat Peneliti

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan tentang Gambaran Pengetahuan, Asupan Kalium Dan Natrium Pada Penderita Hipertensi Diprolanis Puskesmas Way Kandis Kota Bandar Lampung.

2. Manfaat Aplikatif

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan dalam meningkatkan pelaksanaan kegiatan prolanis di Puskesmas Way Kandis Kota Bandar Lampung pada tahun 2023.

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini dilakukan pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Way Kandis Kota Bandar Lampung pada tahun 2022. Jenis penelitian ini yaitu deskriptif untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan, Asupan Kalium Dan Natrium Pada Penderita Hipertensi Diprolanis Puskesmas Way Kandis Kota Bandar Lampung Tahun 2022. Penelitian dilakukan pada bulan September - November 2022 dan dilanjutkan pada bulan Maret – Mei 2023 di wilayah kerja Puskesmas Way Kandis Kota Bandar Lampung Tahun 2022. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif untuk melihat gambaran pengetahuan, asupan kalium dan natrium. Variabel yang diteliti adalah karakteristik (pendidikan dan pekerjaan), perilaku yang meliputi pengetahuan, asupan kalium dan natrium.