

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. LATAR BELAKANG**

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang (Kemenkes RI, 2014). Menurut *WHO 2013 (World Health Organization)* terdapat peningkatan prevalensi Hipertensi di dunia yang sebelumnya 600 juta jiwa telah menjadi 1 milyar jiwa, yang berkembang merupakan 2/3 diantaranya. Terdapat sekitar 40% orang dewasa di seluruh dunia rata-rata berusia 25 tahun ke atas didiagnosa mengalami hipertensi, dan data menyatakan bahwa 24,7% terjadi pada penduduk Asia Tenggara. Kejadian penyakit penyakit hipertensi akan terus mengalami peningkatan, 29% orang dewasa diseluruh dunia diprediksikan akan mengalami hipertensi pada tahun 2025.

Berdasarkan Hasil Riset Kesehatan Dasar 2018 menunjukkan prevalensi penyakit hipertensi pada usia  $\geq 18$  tahun di Indonesia berdasarkan pengukuran yang semula sebesar 25.8 % ditahun 2013 mengalami kenaikan menjadi 34.1% ditahun 2018. Di Indonesia beberapa penyakit komplikasi dari hipertensi mengalami kecenderungan naik dari tahun 2013-2018, diantaranya prevalensi stroke 10,9 % (naik 3,9%) dan gagal ginjal kronik 3,8% (naik 1,8%)serta penyakit hipertensi sendiri sebesar 34,1 % (naik 8,3%). Kenaikan prevalensi tersebut terjadi pada setiap provinsi di Indonesia termasuk di Provinsi Lampung (Kemenkes RI, 2018).

Untuk prevalensi pengukuran penyakit hipertensi di Provinsi Lampung pada tahun 2013 sebesar 24,7% dan mengalami kenaikan prevalensi pada tahun 2018 sebesar 29,94% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI, 2013 dan 2018).

Berdasarkan Profil Dinas Kesehatan Lampung tahun 2019, hasil estimasi penderita hipertensi di Tanggamus yang berumur > 15 tahun sebesar 431.850 sasaran (Dinkes Lampung, 2019).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular dengan resiko ketiga terbesar penyebab kematian dini dan mengalami peningkatan tiap tahun (Kartikasari, 2012). Hipertensi disebut sebagai pembunuh senyap karena gejalanya sering tanpa keluhan, dan biasanya penderita hipertensi tidak mengetahui kalau dirinya mengidap hipertensi dan baru diketahui kalau dirinya mengidap hipertensi setelah terjadi komplikasi (Kemenkes RI, 2018). Berdasarkan data kementerian kesehatan pada tahun 2018 hipertensi menjadi penyakit tidak menular peringkat pertama yang didiagnosis di berbagai fasilitas Kesehatan sehingga mencapai 185.857 kasus. Hipertensi sering terjadi di negara yang telah berkembang termasuk Indonesia (Manuntung, 2018).

Faktor risiko yang dapat berpengaruh pada kejadian hipertensi ada risiko yang dapat diubah dan risiko yang tidak dapat diubah. Beberapa risiko yang tidak dapat diubah seperti usia, jenis kelamin, dan ras. Sedangkan risiko yang dapat diubah berhubungan dengan lingkungan berupa perilaku atau gaya hidup seperti obesitas, kurang aktifitas, stress, dan konsumsi makanan. Konsumsi makanan yang memicu terjadinya hipertensi diantaranya adalah konsumsi makanan asin, konsumsi makanan manis, dan konsumsi makanan berlemak (Djauhar, Arif dkk, 2013).

Obesitas merupakan suatu keadaan dimana terjadi penumpukan lemak berlebih di dalam tubuh. Obesitas diketahui menjadi salah satu risiko munculnya berbagai penyakit seperti hipertensi. Obesitas merupakan suatu penyakit multifaktorial, yang terjadi akibat akumulasi jaringan lemak berlebihan, sehingga dapat mengganggu kesehatan. Obesitas terjadi bila besar dan jumlah sel lemak bertambah pada tubuh seseorang (Nugroho et al., 2020).

Hipertensi yang tidak mendapatkan penanganan yang baik akan menyebabkan komplikasi stroke, penyakit jantung koroner, gagal ginjal.

Kerusakan organ target akibat komplikasi hipertensi akan tergantung kepada besarnya peningkatan tekanan darah dan lamanya kondisi tekanan darah yang tidak terdiagnosis dan tidak di obati. Organ tubuh yang menjadi target antara lain, otak, mata, ginjal, dan jantung, dan dapat juga berakibat kepada pembunuh arteri perifer itu sendiri (Kemenkes, 2017).

Kurang aktifitas fisik pada penderita hipertensi dapat menyebabkan tekanan darah tinggi, jika dalam rentan waktu yang lama dapat berisiko mengakibatkan rusaknya sel saraf sehingga terjadinya kelumpuhan pada organ karena adanya pecah pembuluh darah otak (Arlianti, Muhaimin, & Anwar, 2019). Dampak lain kurangnya aktifitas fisik pada penderita hipertensi akan berisiko mengalami komplikasi berbagai penyakit kronis (stroke, gagal jantung, gagal ginjal) (Afiah, Yusran, & Sety, 2018).

Makan gorengan merupakan suatu hal yang biasa di konsumsi setiap harinya karena gorengan merupakan jenis makanan yang relatif murah, gurih, dan mudah di dapat baik di kalangan anak-anak, dewasa hingga lanjut usia. Gorengan merupakan sumber lemak jenuh, asupan asam lemak trans yang tinggi dan berlebihan dapat beresiko terjadinya penambahan berat badan dan peningkatan kegemukan atau *overweight* (Wismoyo and Putra, 2018). Pada proses penggorengan, minyak berfungsi sebagai medium penghantar panas, menambah rasa gurih, menambah nilai gizi dan kalori dalam bahan pangan. Minyak yang dikonsumsi, erat kaitannya bagi kesehatan manusia. Minyak yang berulang kali digunakan dapat menyebabkan penurunan mutu bahkan akan menimbulkan bahaya bagi kesehatan. Gorengan adalah salah satu makanan yang dijual di kaki lima (Wismoyo and Putra, 2018).

Gorengan merupakan suatu makanan yang digoreng menggunakan minyak, gorengan memiliki rasa yang renyah, gurih dan enak serta dengan dukungan harga yang sangat terjangkau. Gorengan di Indonesia memiliki berbagai macam bentuk dan bahan dasar, tetapi biasanya komposisi yang pasti ada dalam gorengan adalah terigu contohnya bala-bala, tempe, tahu isi dan pisang.

Gorengan menawarkan segala kenikmatan, sehingga beberapa orang banyak mengonsumsi gorengan berlebih. Proses penggorengan dengan menggunakan minyak secara berulang membuat kandungan lemak dan kalori dalam makanan jadi jauh meningkat sehingga tekanan darah memiliki hubungan yang signifikan dengan kebiasaan konsumsi gorengan (Talumewo, C., Merlisa dkk, 2014).

Merokok merupakan salah satu penyebab hipertensi karena terdapat kandungan nikotin didalamnya. Pada nikotin yang masuk kedalam tubuh dan diserap oleh pembuluh darah akan memberikan efek racun bagi tubuh, meningkatkan tekanan darah, dan menimbulkan penyempitan pembuluh darah. Indonesia merupakan dengan jumlah prevalensi perokok terbesar didunia yang menduduki urutan ketiga setelah cina dan india (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan data dari hasil Global Adults Tobacco Survey (GATS) tahun 2011, Indonesia memiliki jumlah perokok aktif terbanyak dengan prevalensi perokok laki-laki sebesar 67% dan prevalensi perokok perempuan sebesar 2,7%. Menurut data Riskesdas tahun 2018 berdasarkan umur 15 tahun keatas memiliki prevalensi perokok laki-laki sebesar 62,9% sedangkan prevalensi perokok perempuan sebesar 4,8%. Sementara menurut Amul dan Pang (2018) estimasi angka prevalensi perokok di Indonesia tahun 2020 perokok laki-laki sebesar 82,7% sedangkan untuk perempuan sebesar 3,0%.

Berdasarkan uraian data-data diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Gambaran Tekanan Darah, Status Obesitas, Aktifitas Fisik, Konsumsi Gorengan dan Kebiasaan Merokok pada Pasien Penderita Hipertensi di Puskesmas Kotaagung Kabupaten Tanggamus Tahun 2023. Alasan penulis ngambil hipertensi adalah karena hipertensi merupakan sektor terbesar yang ada di Puskesmas Kotaagung. Dan setelah saya cari tahu terkait jumlah populasinya, rata” yang menderita penyakit hipertensi dalam satu bulan terakhir ini bisa mencapai 60 orang. Oleh karena itu saya tertarik untukmelakukan penelitian ini.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana gambaran tekanan darah, status obesitas, aktifitas fisik, konsumsi gorengan dan kebiasaan merokok pada pasien hipertensi rawat jalan di Puskesmas Kotaagung Kabupaten Tanggamus Tahun 2023.

## **C. Tujuan penelitian**

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum dari penelitian yang dilakukan adalah untuk mengetahui gambaran tekanan darah, status obesitas, aktifitas fisik, konsumsi gorengan dan kebiasaan merokok pada pasien hipertensi rawat jalan di Puskesmas Kotaagung Kabupaten Tanggamus Tahun 2023.

### **2. Tujuan khusus**

- a. Diketahui tekanan darah pada pasien hipertensi rawat jalan di Puskesmas Kotaagung Kabupaten Tanggamus Tahun 2023.
- b. Diketahui status obesitas pada pasien hipertensi rawat jalan di Puskesmas Kotaagung Kabupaten Tanggamus Tahun 2023.
- c. Diketahui aktifitas fisik pada pasien hipertensi rawat jalan di Puskesmas Kotaagung Kabupaten Tanggamus Tahun 2023.
- d. Diketahui konsumsi gorengan pada pasien hipertensi rawat jalan di Puskesmas Kotaagung Kabupaten Tanggamus Tahun 2023.
- e. Diketahui kebiasaan merokok pada pasien hipertensi rawat jalan di Puskesmas Kotaagung Kabupaten Tanggamus Tahun 2023.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat tentang pentingnya gambaran tekanan darah, status obesitas, aktifitas fisik, konsumsi gorengan dan kebiasaan merokok pada pasien hipertensi rawat jalan di Puskesmas Kotaagung Kabupaten Tanggamus.

## **2. Manfaat Aplikatif**

### **a. Bagi Peneliti**

Penelitian ini dapat bermanfaat untuk menambah pengalaman serta pengetahuan mengenai gambaran tekanan darah, status obesitas, aktifitas fisik, konsumsi gorengan dan kebiasaan merokok pada pasien hipertensi rawat jalandi Puskesmas Kotaagung Kabupaten Tanggamus.

### **b. Bagi Responden**

Penelitian ini untuk mengetahui gambaran tekanan darah, status obesitas, aktifitas fisik konsumsi gorengan dan kebiasaan merokok pada pasienhipertensi rawat jalan di Puskesmas Kotaagung Kabupaten Tanggamus.

## **E. Ruang Lingkup**

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian ini mencangkup pada status obesitas, aktifitas fisik, konsumsi gorengan dan kebiasaan merokok pasien hipertensi rawat jalan. Subjek pada penelitian ini adalah pasien hipertensi. Waktu penelitian ini dilakukan pada bulan April 2023 dan tempat penelitian ini di Puskesmas Kotaagung Kabupaten Tanggamus. Metode pengumpulan data yang digunakan *Quota Sampling*. Analisa penelitian ini menggunakan analisis univariat yang digunakan untuk mendapatkan gambaran distribusi frekuensi dari setiap variable.