

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu peningkatan tekanan darah didalam arteri. Keadaan tersebut mengakibatkan jantung bekerja lebih keras untuk mengedarkan darah keseluruh tubuh melalui pembuluh darah (Sari, 2017). Dimana Hiper yang artinya berlebihan, dan Tensi yang artinya tekanan/tegangan, jadi hipertensi merupakan gangguan pada sistem peredaran darah yang menyebabkan kenaikan tekanan darah diatas nilai normal (Musakkar & Djafar, 2021).

Hipertensi merupakan penyakit degeneratif ke-3 yang merupakan faktor risiko utama dari perkembangan (penyebab) penyakit jantung dan stroke. Penyakit hipertensi juga disebut sebagai *the silent disease* karena tidak terdapat tanda-tanda yang dapat dilihat dari luar. Hipertensi menjadi ancaman kesehatan masyarakat karena potensinya yang mengakibatkan kondisi komplikasi seperti stroke, penyakit jantung koroner dan gagal ginjal (Kemenkes RI, 2019).

Berdasarkan Kemenkes (2018) prevalensi hipertensi pada penduduk umur 18 tahun ke atas di Indonesia adalah sebesar 25,8%. Prevelensi hipertensi tertinggi di provinsi Bangka Belitung (30,9%), dan terendah di provinsi Papua (16,8%). Provinsi Kalimantan Selatan, Kalimantan Timur, dan Jawa Barat merupakan provinsi yang mempunyai prevalensi hipertensi lebih tinggi dari angka nasional.

Hipertensi di Lampung telah mencapai prevalensi 15,10% kasus dengan jumlah penderita hipertensi 926.825 orang dari total penduduk keseluruhan sebanyak 6.137.912 orang. Kota Bandar Lampung memiliki jumlah kasus hipertensi yaitu berjumlah 130.076 penderita dengan jumlah penduduk sebanyak 778.432 orang (Dinkes Lampung, 2019). Data menunjukkan, hampir 90% penderita hipertensi tidak diketahui penyebabnya secara pasti. Konsumsi makanan yang memicu terjadinya

hipertensi, yaitu makanan tinggi garam, konsumsi makanan manis seperti kecap, konsumsi makanan berlemak dan konsumsi minuman berkafein, yaitu kopi atau teh (Andria, 2013).

Menurut catatan Badan Kesehatan Dunia/World Health Organization (WHO, 2011), satu milyar orang di dunia menderita hipertensi, dua pertiga diantaranya berbeda di Negara berkembang yang berpenghasilan rendah sedang. Prevelensi hipertensi akan terus meningkat tajam diprediksikan pada tahun 2025 nanti sekitar 29% orang dewasa di seluruh dunia menderita hipertensi. Hipertensi telah mengakibatkan kematian sekitar 8 juta orang setiap tahun 1,5 juta kematian terjadi di Asia Tenggara, yang sepertiga populasinya menderita hipertensi.

Terdapat beberapa faktor–faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi dibagi dalam dua kelompok besar yaitu faktor yang tidak dapat dikendalikan seperti jenis kelamin, umur, genetik, ras dan faktor yang dapat dikendalikan seperti pola makan, kebiasaan olah raga, konsumsi garam, kopi, alkohol dan stres (Aulia, 2017). Tekanan darah seseorang dikatakan hipertensi apabila tekanan sistolik ≥ 140 mmHg dan atau tekanan diastolik ≥ 90 mmHg dengan 3 kali pengukuran setelah pengukuran awal (Muhadi, 2016).

Masalah-masalah kesehatan terbanyak yang diderita pada lansia adalah hipertensi, tapi juga tidak hanya lansia yang mengalami 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, 2015).

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). 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 (Chindy & Shary, 2019).

Diet DASH adalah diet yang menyarankan konsumsi makanan rendah lemak jenuh, kolesterol, dan lemak total, serta meningkatkan konsumsi buah dan sayur dengan jumlah porsi 4-5 porsi/hari, produk susu tanpa lemak atau rendah lemak, gandum utuh, dan kacang-kacangan. Dibandingkan dengan diet lain, diet DASH dapat memberikan kalium, magnesium, kalsium, protein, dan serat lebih tinggi yang dipercaya dapat mengontrol tekanan darah (PERSAGI, 2019).

Penderita hipertensi per Kabupaten/ Kota se Provinsi Lampung Tahun 2020 berjumlah 973.041 orang. Dengan penderita hipertensi yang berobat secara teratur hanya 27,30% dan terdapat 72,7% penderita hipertensi yang tidak berobat secara teratur. Di Kabupaten Lampung Utara jumlah penderita hipertensi yaitu 79.221 orang dan yang berobat secara teratur hanya 9,54% (Dinkes, 2020).

10 data penyakit terbanyak di Puskesmas Ketapang pada tahun 2023 yaitu nasofaringitis akut 95 orang, dispepsia 31 orang, myalgia 23 orang, hipertensi 17 orang, *fever/unspecified* 16 orang, sakit kepala 14 orang, kolesterol tinggi 11 orang, *respiratory tuberculosis* 8 orang, demam yang tidak diketahui sebabnya 6 orang, dermatitis 6 orang (Puskesmas Ketapang, 2022).

Berdasarkan konsep dan permasalahan diatas dapat disimpulkan bahwa penelitian ini untuk mengetahui Gambaran Asupan Natrium, Kalium, Riwayat Keluarga dan Kebiasaan Merokok Pada Penderita Hipertensi, yang dilatarbelakangi oleh penyakit hipertensi merupakan penyakit terbanyak ke 4 di Puskesmas Ketapang. Dipilihnya Puskesmas Ketapang Kecamatan Sungkai Selatan Kabupaten Lampung

Utara sebagai tempat penelitian karena berdasarkan informasi yang diperoleh dari pihak puskesmas belum pernah dilakukan penelitian tentang hipertensi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, bagaimanakah gambaran asupan natrium, kalium, riwayat keluarga, dan kebiasaan merokok pada penderita hipertensi di Puskesmas Ketapang Kecamatan Sungkai Selatan Kabupaten Lampung Utara tahun 2023?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini diketahui untuk menentukan gambaran asupan natrium, kalium, riwayat keluarga, dan kebiasaan merokok pada penderita hipertensi di Puskesmas Ketapang Kecamatan Sungkai Selatan Kabupaten Lampung Utara tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui karakteristik (pendidikan, pekerjaan, dan usia) pada penderita hipertensi di Puskesmas Ketapang Kabupaten Lampung Utara
- b. Diketahui asupan natrium pada penderita hipertensi di Puskesmas Ketapang Kabupaten Lampung Utara
- c. Diketahui asupan kalium pada penderita hipertensi di Puskesmas Ketapang Kabupaten Lampung Utara
- d. Diketahui riwayat keluarga pada penderita hipertensi di Puskesmas Ketapang Kabupaten Lampung Utara
- e. Diketahui kebiasaan merokok pada penderita hipertensi di Puskesmas Ketapang kabupaten Lampung Utara

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan tentang Gambaran Asupan Natrium, Kalium, Riwayat Keluarga, dan Kebiasaan Merokok Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Ketapang Kecamatan Sungkai Selatan Kabupaten Lampung Utara.

2. Manfaat Aplikatif

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada pihak puskesmas terutama pada program pengendalian penyakit kronis (Prolanis) khususnya hipertensi.

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini dilakukan pada pasien penderita hipertensi di poli rawat jalan Puskesmas Ketapang Kecamatan Sungkai Selatan Kabupaten Lampung Utara pada tahun 2023. Jenis penelitian ini yaitu deskriptif untuk mengetahui Gambaran Asupan Natrium, Kalium, Riwayat Keluarga, dan Kebiasaan Merokok Pada Penderita Hipertensi di poli rawat jalan Puskesmas Ketapang Kecamatan Sungkai Selatan Kabupaten Lampung Utara. Penelitian dilakukan pada bulan September - November 2022 dan dilanjutkan pada bulan April – Mei 2023 di Puskesmas Ketapang Kecamatan Sungkai Selatan Kabupaten Lampung Utara Tahun 2023. Variabel yang diteliti adalah karakteristik (pendidikan, pekerjaan, dan usia), asupan natrium, asupan kalium, riwayat keluarga, dan kebiasaan merokok.