

BAB I

PENDAHULUAN

1. 1 Latar Belakang

Penyakit tidak menular (PTM) adalah salah satu dari penyakit kronis hal ini terjadi akibat dari berbagai faktor baik genetik, fisik, lingkungan, dan kebiasaan. Menurut WHO (2021) angka kematian akibat dari penyakit tidak menular mencapai angka 41 juta jiwa setiap tahunnya, penyakit kardiovaskuler menjadi penyebab utama dalam kematian, diikuti dengan penyakit kanker, penyakit pernafasan, dan diabetes.

Adanya urbanisasi, modernisasi dan globalisasi memicu masyarakat indonesia kini banyak menerapkan gaya hidup yang tidak sehat sehingga saat ini indonesia mengalami pergeseran pola penyakit dari penyakit menular menjadi penyakit tidak menular (Kemenkes, 2013). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh badan penelitian dan pengembangan kesehatan saat ini usia produktif lebih banyak yang menderita penyakit tidak menular dibandingkan dengan lanjut usia (Kemenkes, 2020).

Salah satu penyakit tidak menular yaitu hipertensi. Hipertensi atau yang sering disebut dengan pembunuh diam-diam karena penderita tidak merasakan adanya gejala, hipertensi adalah faktor risiko terbesar ketiga yang menyebabkan kematian (Simanullang, 2018).

Seseorang didiagnosis menderita hipertensi ketika tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg dengan melakukan pengecekan berulang (Perki, 2015). Hipertensi yang tidak dikontrol dengan baik dan timbul komplikasi maka akan menimbulkan masalah kesehatan lainnya (Danamik & Sitompul, 2020). Masalah kesehatan yang dapat terjadi ketika tekanan darah tidak dapat dikendalikan yaitu penyakit jantung, penyakit otak, ginjal dan dapat menyebabkan kematian (WHO, 2021).

Terjadinya peningkatan prevalensi hipertensi akibat dari pertumbuhan populasi dan penuaan, saat ini angka kejadian hipertensi di dunia mengalami peningkatan dari 650 juta menjadi 1,28 miliar pada tahun 2019 (WHO, 2021). Data hasil dari Riset kesehatan Dasar Nasional tahun 2013 prevalensi hipertensi berdasarkan pengukuran pada usia ≥ 18 tahun sebesar 25,8 %, prevalensi tertinggi berada di Bangka Belitung (30,9%) kemudian diikuti Kalimantan Selatan (30,8%). Prevalensi pada kelompok usia 35-44 tahun sebanyak (24,8%), usia 45-54 tahun sebanyak (35,6%), usia 55-64 tahun sebanyak (45,9%) (Riskesdas, 2013).

Sedangkan prevalensi penyakit hipertensi berdasarkan Riset kesehatan Dasar Nasional tahun 2018 terjadi peningkatan yaitu sebesar 34,1%, prevalensi hipertensi tertinggi berada di Kalimantan Selatan dengan 44,1% sedangkan Jawa Barat menduduki tertinggi kedua dengan prevalensi hipertensi mencapai angka 39,6% pada tahun 2018. Prevalensi hipertensi pada kelompok usia 35-44 tahun sebanyak (31,6%), usia 45-54

tahun sebanyak (45,3%), usia 55-64 tahun sebanyak (55,2%) (Riskesdas, 2018).

Berdasarkan Profil Kesehatan Kabupaten Subang tahun 2020 pasien rawat jalan di puskesmas daerah kabupaten subang mencapai 5,077 kasus (Profil Dinkes Subang, 2020). Berdasarkan data yang didapatkan dari puskesmas pagaden barat bahwa penderita hipertensi yang melakukan kunjungan ke puskesmas pagaden barat pada pasien hipertensi yang melakukan kunjungan mengalami peningkatan sebesar 398 kasus dari tahun 2020 sebanyak 5.614 kasus sedangkan pada tahun 2021 sebanyak 6.012 kasus.

Manurut Belloc & Breslow (1972, dalam Rahmayani *et al.*, 2016) penyebab tekanan darah tinggi di pengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yaitu gaya hidup yang tidak sehat seperti aktivitas fisik, pola makan, kebiasaan istirahat yang kurang dari 7 jam perhari, dan ada riwayat merokok. Selain gaya hidup faktor risiko lain diantaranya menderita diabetes, durasi tidur, asupan alkohol, dan merokok (Van *et al*, 2020. Sedangkan menurut WHO (2021) faktor risiko hipertensi dibagi menjadi dua, faktor yang dapat di modifikasi diantaranya gaya hidup seperti konsumsi garam berlebih, makanan mengandung lemak jenuh dan lemak trans, kurang dalam mengkonsumsi buah dan sayur, kurang aktivitas fisik, merokok, minum alkohol, dan obesitas. Sedangkan faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi seperti riwayat keluarga, usia diatas

65 tahun, dan memiliki penyakit komorbid berupa diabetes melitus atau penyakit ginjal.

Hipertensi dapat dicegah dengan melakukan program CERDIK yaitu cek kesehatan berkala, enyahkan asap rokok, rajin melakukan aktivitas fisik, diet seimbang, istirahat cukup dan kelola stress (Kemenkes, 2019).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nurhaida & Refialdinata (2021) mengatakan bahwa asupan makanan atau kebiasaan makan sehari-hari yang tidak terkontrol dan terjaga dapat menyebabkan tekanan darah tinggi. Selain itu pencegahan dan pengobatan *non-farmakologi* pada penderita hipertensi bisa dengan melakukan aktivitas fisik sehingga olahraga yang teratur seperti jalan cepat, jogging, bersepeda dapat membantu mencegah dan menurunkan tekanan darah. Sebaliknya ketika seseorang tidak melakukan aktivitas fisik maka dapat meningkatkan risiko terkena hipertensi.

Penelitian yang dilakukan oleh Usman, Fahrurazi, Irianti (2021) mengatakan bahwa pria perokok kebanyakan menderita hipertensi, karena rokok mengandung nikotin yang dapat menyebabkan tekanan darah menjadi tinggi. Semakin banyak seseorang merokok maka semakin meningkat tekanan darahnya dan menyebabkan tekanan darah tinggi.

Penelitian yang dilakukan oleh Salman, Sari, dan Libri (2020) mengatakan bahwa seseorang yang memiliki kebiasaan istirahat yang tidak baik dapat meningkatkan tekanan darah, denyut jantung serta

meningkatkan aktivitas saraf simpatis yang memicu stress dan akhirnya menyebabkan terjadinya hipertensi.

Penelitian Suparta & Rasmi (2018) Pada saat stres, tubuh mengeluarkan hormon adrenalin, dengan meningkatkan hormon adrenalin, maka tubuh merespon dengan meningkatkan denyut jantung dan meningkatkan tekanan darah dengan kontraksi arteri, jika stres berlanjut, tekanan darah tetap tinggi dan menyebabkan seseorang mengalami tekanan darah tinggi (Suparta & Rasmi, 2018).

Puskesmas Pagaden Barat adalah salah satu puskesmas yang berada di kabupaten Subang yang terletak di Kecamatan Pagaden Barat, desa Munjul. Informasi yang didapatkan dari salah satu staff puskesmas pagaden barat bahwa kejadian hipertensi termasuk salah satu penyakit 10 besar yang berada di wilayah puskesmas pagaden barat.

Berdasarkan studi pendahuluan dengan melakukan wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 3 agustus 2022 didapatkan 8 pasien yang berkunjung ke puskesmas pagaden barat 3 diantaranya menderita hipertensi di dapatkan bahwa 4 dari 8 orang sering melakukan cek tekanan darah setiap bulan, 5 dari 8 orang mengatakan jarang berolahraga, 3 dari 8 orang mengatakan tidak suka makan sayur, kebiasaan istirahat 2 dari 8 orang mengatakan sulit untuk memulai tidur dan 1 dari 8 orang mengatakan sering begadang, kebiasaan merokok 3 dari 8 orang adalah perokok aktif dengan menghabiskan rata-rata 2-7

batang perhari, 2 dari 8 orang mengatakan sering merasakan stress karena beban kehidupan yang dialami.

Dari latar belakang yang sudah dijelaskan diatas maka peneliti tertarik ingin melakukan penelitian tentang “Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Pagaden Barat ”

1. 2 Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka peneliti membuat rumusan masalah pada penelitian ini “Apakah terdapat Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Pagaden Barat”.

1. 3 Tujuan

1. 3. 1 Tujuan umum

Tujuan umum pada penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Pagaden Barat

1. 3. 2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi gaya hidup di Puskesmas Pagaden Barat
2. Mengidentifikasi kejadian hipertensi di Puskesmas Pagaden Barat
3. Mengidentifikasi hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Pagaden Barat

1. 4 Manfaat

1. 4. 1 Manfaat teoritik

Penelitian ini dapat dijadikan referensi tambahan dan sumber pustaka bagi mahasiswa jurusan keperawatan sehingga dapat menambah informasi dan wawasan dan dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu keperawatan khususnya dibidang keperawatan komunitas.

1. 4. 2 Manfaat praktis

1. Manfaat bagi institusi (universitas bhakti kencana)

Penelitian ini dapat dijadikan referensi tambahan sehingga dapat meningkatkan pengetahuan bagi mahasiswa maupun dosen akademik mengenai ilmu keperawatan komunitas

2. Manfaat bagi Puskemas

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan data sehingga dapat digunakan sebagai acuan untuk menangani dan mencegah penyakit hipertensi di wilayah kerja.

3. Manfaat bagi peneliti lain

Peneliti berharap dari penelitian ini dapat digunakan oleh peneliti selanjutnya sebagai bahan perbandingan dan referensi tambahan mengenai kejadian hipertensi.

1. 5 Ruang lingkup penelitian

Pada penelitian ini terdapat masalah peningkatan hipertensi secara global dan nasional, hipertensi merupakan sebuah penyebab kematian terbesar ketiga secara global, hipertensi ini dapat diakibatkan oleh beberapa faktor diantaranya yaitu faktor gaya hidup yang tidak sehat sehingga terjadinya hipertensi.

Hipertensi yang tidak dikontrol dengan baik dan timbul komplikasi maka akan menimbulkan masalah kesehatan lainnya masalah kesehatan yang dapat terjadi ketika tekanan darah tidak dapat dikendalikan yaitu penyakit jantung, penyakit otak, ginjal dan dapat menyebabkan kematian.

Pada penelitian ini variabel yang akan di teliti adalah gaya hidup yang di dalamnya meliputi cek kesehatan berkala, aktivitas fisik, pola makan, kebiasaan istirahat, kebiasaan merokok, kelola stress. Penelitian ini dilakukan kepada semua pasien dengan rentang usia 18-60 tahun di Puskesmas Pagaden Barat dari bulan Januari-Oktober 2022, penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional* dan dilakukan uji statistik menggunakan spss dengan *spearman rank* untuk melihat apakah terdapat Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi di Puskesmas Pagaden Barat.