

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi atau yang seringkali disebut dengan tekanan darah tinggi merupakan terjadinya peningkatan tekanan darah sistolik di atas batas normal yaitu lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg (WHO, 2013; Ferri, 2017). Hipertensi merupakan istilah medis untuk penyakit tekanan darah tinggi yang menjadi salah satu masalah kesehatan yang banyak diderita oleh masyarakat di Indonesia. Hipertensi juga sering disebut sebagai pembunuh gelap (silent killer), karena penyakit hipertensi ini termasuk penyakit yang mematikan, dikarenakan tanpa adanya gejala-gejala terlebih dahulu untuk peringatan bagi korbannya. Walaupun ada gejala yang muncul seringkali dianggap gangguan biasa sehingga korban terlambat menyadari akan datangnya penyakit (Sugihartati, 2010). Hipertensi juga dapat diartikan sebagai penyakit kardiovaskuler karena penderita memiliki tekanan darah di atas normal ditandai dengan sistol melebihi dari 140 mmHg dan diastol melebihi dari 90 mmHG (Handayani, 2015).

Badan kesehatan dunia (WHO) menyatakan bahwa hipertensi adalah penyakit yang dapat menyebabkan kematian nomor satu di dunia. Dari data yang diberikan Kemenkes, Hipertensi menjadi peringkat pertama penyakit tidak menular yang menjadi salah satu diagnosa terbanyak di fasilitas kesehatan, dengan jumlah kasus mencapai 185.857. Tahun 2018 prevalensi penyakit tidak menular mengalami kenaikan jika dibandingkan dengan data dari

Riskesdas tahun 2013, dan hasil pengukuran tekanan darah hipertensi naik dari 25,8 persen menjadi 34,1 persen (Riskesdas, 2018). Pada tahun 2018, Jawa Barat berada di urutan ke dua sebagai Provinsi dengan kasus Hipertensi tertinggi di Indonesia yaitu sebesar 39,6% setelah Kalimantan Selatan yaitu sebesar 44,1% (Riskesdas, 2018). Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Bandung pada tahun 2018 menunjukkan terdapat 62.552 orang total kunjungan hipertensi di Kabupaten Bandung (Dinas Kesehatan Kabupaten Bandung, 2018)

Salah satu penyebab terjadinya hipertensi adalah oleh gaya hidup yang tidak sehat. Gaya hidup menjadi suatu faktor terpenting yang sangat mempengaruhi kehidupan pada masyarakat. Khususnya pada masyarakat yang memiliki riwayat hipertensi gaya hidup sangat berpengaruh seperti mengkonsumsi makanan, mengkonsumsi alkohol, mengkonsumsi kopi/kafein, kebiasaan merokok, kebiasaan kurang beraktifitas dan stress (Kemenkes RI, 2014). Dari laporan hasil Riskesdas hampir disemua provinsi di Indonesia tergolong rendah mengkonsumsi sayuran dan buah-buahan. Dan secara nasional mengkonsumsi makanan asin, kebiasaan merokok, dan aktifitas yang kurang serta istirahat dan tingkat stressor masih cukup tinggi prevalensinya (Nisa, 2018).

Gaya hidup menjadi salah satu faktor terjadinya hipertensi menurut beberapa jurnal . Menurut Yuliana (2013), diketahui bahwa sebagian dari responden memiliki gaya hidup yang tidak sehat, terutama kebiasaan masyarakat yang dapat beresiko terhadap hipertensi seperti kebiasaan

merokok, minum kopi atau kurang aktivitas fisik. Berdasarkan Jurnal Triwibowo (2010), hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi, hasil uji statistik Spearman Rho bahwa tingkat kemaknaan $p \text{ value} = 0,001 \leq \alpha 0,05$ sehingga menunjukkan H_0 ditolak yang artinya ada hubungan antara gaya hidup dengan terjadinya hipertensi pada penderita hipertensi. Pola makan yang salah dapat mempengaruhi terjadinya hipertensi. Makanan yang diawetkan dan garam dapur serta bumbu penyedap jika sering di konsumsi dalam jumlah tinggi, dapat meningkatkan tekanan darah tinggi karena mengandung natrium dalam jumlah berlebih Muhaimin (2008) dalam Roza (2016).

Berdasarkan latar belakang diatas, akhirnya peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul : Gaya Hidup Penderita Hipertensi .

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah masalah ini, maka dapat dirumuskan “Bagaimanakah gaya hidup penderita hipertensi?”

1.3 Tujuan penelitian

Mengidentifikasi metode dan hasil penelitian gaya hidup penderita hipertensi

1.4 Manfaat Penulisan

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah :

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi dalam kemajuan ilmu pengetahuan, khususnya ilmu pengetahuan kesehatan mengenai gaya hidup menyebabkan terjadinya hipertensi pada penderita hipertensi

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Masyarakat

Dapat memberikan pengetahuan kepada masyarakat pentingnya gaya hidup penderita hipertensi

b. Perkembangan ilmu dan teknologi keperawatan

Evidence base dalam gambaran hidup penderita hipertensi

c. Bagi Peneliti

Mempunyai pengalaman dalam mengumpulkan jurnal studi literatur.