

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu jenis penyakit kardiovaskular yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah dan merupakan penyakit yang cukup berbahaya di seluruh dunia karena hipertensi merupakan faktor resiko utama yang mengarah kepada penyakit seperti serangan jantung, gagal jantung, stroke dan penyakit gagal ginjal yang mana di tahun 2016 penyakit jantung iskemik dan stroke menjadi dua penyebab kematian utama di dunia. (Yuniar, 2019). Seseorang dikatakan mengalami hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi jika pemeriksaan tekanan darah menunjukkan hasil di atas 140/90 mmHg atau lebih dalam keadaan istirahat, dengan dua kali pemeriksaan, dan selang waktu lima menit. Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi faktor yang melekat atau tidak dapat diubah seperti jenis kelamin, umur, genetik dan faktor yang dapat diubah seperti pola makan, kebiasaan olah raga dan lain-lain. faktor resiko hipertensi pada usia produktif (25-42 tahun) diakibatkan karena kebiasaan mengkonsumsi alkohol, kebiasaan merokok, pola makan tinggi natrium, jenis kelamin, riwayat keluarga, konsumsi garam, obesitas, olahraga, merokok, stress, insomnia dan konsumsi kafein. (Endang Triyanto, 2018)

Jurnal penelitian Beberapa alasan yang mendasari timbulnya masalah tersebut maka yang harus dilakukan tenaga kesehatan memberikan penjelasan dan mengarahkan pasien hipertensi terhadap pencegahan hipertensi khususnya

pola makan, meliputi mengurangi konsumsi garam dan lemak, diet rendah garam, banyak makan sayuran dan buah-buahan, hindari jeroan, otak, makanan berkuah santan kental, kulit ayam serta perbanyak minum air putih (Admin, 2021).

Berdasarkan data [World Health Organization \(WHO\)](#) pada tahun 2020 mencatat bahwa prevalensi hipertensi tertinggi di dunia berada di Afrika (46%) sedangkan prevalensi terendah ditemukan di Negara Amerika (35%). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) [tahun 2021](#) menunjukkan peningkatan yang cukup tinggi untuk penyakit hipertensi, menyebutkan hipertensi sebagai penyebab kematian no 3 setelah stroke dan tuberculosi. Hal ini terlihat dari hasil pengukuran tekanan darah pada lansia ditemukan prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 32,7%, dimana hanya 8% penduduk yang sudah mengetahui memiliki hipertensi. Fenomena ini disebabkan karena salah satunya pola makan di masyarakat secara global, seperti semakin mudahnya mendapatkan makanan siap saji (Agrina, 2018).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Jawa Barat (2021) angka hipertensi di Jawa Barat mencapai 40%. Adapun data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Bandung mencatat angka kejadian hipertensi pada lansia sebesar 4,78%. Data Di RW 06 wilayah kerja Puskesmas Cinunuk diketahui bahwa angka kunjungan lansia dengan hipertensi pada tahun 2016 ke tahun 2017 mengalami penurunan 2,6% sedangkan dari tahun 2017 ke tahun 2018 angka kunjungan lansia dengan hipertensi mengalami kenaikan kembali 4,78%, hasil informasi dari petugas puskesmas lansia di perkirakan angka kenaikan

kunjungan penderita hipertensi tersebut salah satunya dikarenakan pola makan tidak baik. Pola makan pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Cinunuk Kabupaten Bandung Tahun 2019.

Berdasarkan survei awal yang telah dilakukan melalui pencatatan dan pelaporan kesehatan lanjut usia Di RW 06 Wilayah Kerja Puskesmas Cinunuk yang dilakukan setiap bulannya, bahwa jenis penyakit yang terdata oleh RW 06 Wilayah Kerja Puskesmas Cinunuk kisaran yang diderita oleh pada lansia Di RW 06 tersebut yaitu penyakit Hipertensi, Diabetes Mellitus, Kolesterol, Anemia. Persentase dari masing-masing penyakit tersebut yaitu Hipertensi sebesar 20.3%, Diabetes Mellitus 18,9%, Kolesterol 15.5%, Anemia 13.9%. Dari jumlah penduduk data kelurahan cimekar yaitu jumlah Penduduk: 35.008 orang, Laki-laki: 18.825 orang dan Perempuan: 16.156 orang, dan data di RW 06 yaitu 40 orang Penyakit hipertensi di RW 06 lebih banyak pada lansia terutama pada perempuan.

Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi tekanan darah pada lansia, diantaranya adalah pola kebiasaan dan pola makan. Gaya hidup merupakan faktor penting yang mempengaruhi kehidupan masyarakat. Gaya hidup yang tidak sehat dapat menjadi penyebab terjadinya hipertensi misalnya aktivitas fisik dan stres. Pola makan yang salah merupakan salah satu faktor resiko yang meningkatkan penyakit hipertensi. Faktor makanan modern sebagai penyumbang utama terjadinya hipertensi (Dinkes,2018).

Riskesdas pada tahun 2018 menggambarkan bahwa konsumsi sayuran dan buah-buahan <5 porsi pada penduduk Indonesia yaitu mencapai 95,5%

dibandingkan pada tahun 2013 penduduk usia di atas 10 tahun mengonsumsi sayuran dan buah-buahan yaitu 93,5%. Hal ini terbukti masyarakat lebih memilih makanan siap saji yang umumnya rendah serat, tinggi lemak, tinggi gula dan mengandung banyak garam. Pola makan yang kurang sehat ini merupakan pemicu penyakit hipertensi (Dinkes, 2019).

Berdasarkan hasil survei awal kepada 40 lansia Di RW 06 Wilayah Kerja Puskesmas Cinunuk, yang telah dilakukan peneliti di RW 06 Puskesmas Cinunuk penderita hipertensi yang datang berkunjung ke Puskesmas Cinunuk pada tahun 2019 sebanyak 550 orang dan untuk perbandingan antara puskesmas cinunuk dan cileunyi untuk penderita hipertensi yang datang berkunjung ke puskesmas cileunyi pada tahun 2019 sebanyak 252 orang. Hal ini menunjukkan bahwa penyakit hipertensi merupakan masalah utama kesehatan di Puskesmas Cinunuk Tahun 2020.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “ Gambaran Pola Makan Lansia Yang Mengalami Hipertensi Di RW 06 Wilayah Kerja Puskesmas Cinunuk”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, dikemukakan rumusan masalah penelitian sebagai berikut.”Bagaimanakah gambaran pola makan lansia yang mengalami hipertensi Di RW 06 Wilayah Kerja Puskesmas Cinunuk”?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Tujuan Khusus

Untuk mendeskripsikan gambaran pola makan lansia yang menderita hipertensi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

- a. Hasil dari penelitian dapat dimanfaatkan untuk sumber informasi dan referensi dalam meningkatkan pendidikan kesehatan tentang pola makan lansia yang menderita hipertensi.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi Institusi

Diharapkan bisa sebagai bahan referensi di perpustakaan Universitas Bhakti Kencana Bandung program studi D-III Keperawatan dan sebagai bahan masukan dan perbandingan bagi mahasiswa yang akan melanjutkan penelitian mengenai gambaran pola makan lansia yang mengalami hipertensi serta dapat menjadi bahan informasi yang berguna untuk meningkatkan mutu pendidikan jurusan keperawatan.

- b. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan tentang pola makan lansia yang mengalami hipertensi Rw 06 Di Wilayah Kerja Puskesmas Cinunuk.