

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia (lansia) merupakan seseorang yang mencapai usia > 60 tahun (Indonesia. Undang-undang, 1998). Lansia rentan mengalami penyakit yang berhubungan dengan proses menua salah satunya hipertensi (Mahmuda, 2015). Dengan bertambahnya umur, fungsi fisiologis mengalami penurunan akibat proses degeneratif (penuaan) sehingga penyakit tidak menular banyak muncul pada usia lanjut. Selain itu masalah degeneratif menurunkan daya tahan tubuh sehingga rentan terkena infeksi penyakit menular. Penyakit tidak menular pada lansia di antaranya hipertensi, stroke, diabetes mellitus dan radang sendi atau rematik. Sedangkan penyakit menular yang diderita adalah tuberkulosis, diare, pneumonia dan hepatitis.

Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah arteri persisten sebesar 140/90 mmHg atau lebih baik sistol maupun diastol pada umur 18 tahun atau lebih. Hipertensi merupakan penyebab dari 4,5% beban penyakit dunia baik di negara berkembang, maupun di negara maju. Berbagai faktor risiko telah dihubungkan dengan terjadinya hipertensi (Andhayani, 2014).

Berdasarkan data WHO dalam *Noncommunicable Disease Country Profiles* prevalensi didunia pada usia >25 tahun mencapai 38,4%. Prevalensi Indonesia lebih besar jika dibandingkan dengan Bangladesh, Korea, Nepal, dan Thailand. (Mahmuda, 2015). Di Indonesia masalah hipertensi cenderung meningkat. Hasil Survey Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2001 menunjukkan bahwa 8,3% penduduk menderita hipertensi dan meningkat

menjadi 27,5% pada tahun 2004. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013, prevalensi hipertensi yang didapat melalui pengukuran pada umur ≥ 18 tahun sebesar 25,8%. Di Jawa Timur prevalensi hipertensi mencapai 26,2%, yang berarti bahwa Jawa Timur memiliki angka prevalensi yang lebih tinggi dibandingkan angka nasional. Berdasarkan data kesehatan dasar Kemenkes RI (2012) *primary hypertension* menempati urutan terbanyak penyakit yang diderita oleh lansia dengan angka mencapai 40,12%. Di Kabupaten Jember sendiri berdasarkan data dari dinas Kesehatan Kabupaten Jember pada 2016 Wilayah Kerja Puskesmas Jelbuk merupakan wilayah dengan hipertensi yang memiliki prevalensi tertinggi di wilayah kabupaten Jember. Hipertensi masuk dalam peringkat ke 4 dalam angka kesakitan penyakit tidak menular di daerah Jelbuk pada tahun 2016. Data pada Februari 2017 di Desa Paduman memiliki prevalensi hipertensi tertinggi yaitu di wilayah Jelbuk

Gaya hidup merupakan faktor penting yang mempengaruhi kehidupan masyarakat. Gaya hidup yang tidak sehat dapat menjadi penyebab terjadinya hipertensi misalnya aktivitas fisik dan stress. Pola makan yang salah merupakan salah satu faktor resiko yang meningkatkan penyakit hipertensi. Faktor makanan modern sebagai penyumbang utama terjadinya hipertensi (AS, 2010). Kelebihan asupan lemak mengakibatkan kadar lemak dalam tubuh meningkat, terutama kolesterol yang menyebabkan kenaikan berat badan sehingga volume darah mengalami peningkatan tekanan yang lebih besar (Ramayulis, 2010). Kelebihan asupan natrium akan meningkatkan

ekstraseluler menyebabkan volume darah yang berdampak pada timbulnya hipertensi (Mahmuda, 2015).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang memiliki fenomena gunung es, yaitu angka morbiditas yang tidak diketahui lebih banyak dibandingkan dengan angka morbiditas yang diketahui oleh pusat pelayanan kesehatan. Hipertensi telah diketahui sebagai faktor risiko mayor terjadinya penyakit kardiovaskular, stroke, gagal ginjal dan *myocardial infarct*. Pengobatan yang tepat terhadap hipertensi telah memberikan angka signifikan terhadap penurunan risiko terjadinya stroke hingga sebesar 40% dan penurunan risiko terjadinya *myocardial infarct* sebesar 15% (Andhayani, 2014).

Hipertensi merupakan kelainan yang sulit diketahui oleh tubuh kita. Seseorang baru merasakan dampak yang gawat dari hipertensi ketika telah terjadi komplikasi. Hipertensi pada dasarnya akan mengurangi harapan hidup para penderitanya. Selain mengakibatkan angka kematian yang tinggi, hipertensi juga berdampak pada mahalnya pengobatan dan perawatan yang harus ditanggung para penderita. Bahkan, hipertensi berdampak pula bagi penurunan kualitas hidup (Saraswati, 2009).

Lansia rentan mengalami penyakit yang berhubungan dengan proses menua salah satunya hipertensi (Mahmuda, 2015). Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah arteri persisten sebesar 140/90 mmHg atau lebih baik sistol maupun diastol pada umur 18 tahun atau lebih. Berbagai faktor risiko telah dihubungkan dengan terjadinya hipertensi (Andhayani, 2014). Berdasarkan data kesehatan dasar Kemenkes RI (2012) *primary hypertension*

menempati urutan terbanyak penyakit yang diderita oleh lansia dengan angka mencapai 40,12%. Gaya hidup yang tidak sehat dapat menjadi penyebab terjadinya hipertensi misalnya aktivitas fisik dan stress. Pola makan yang salah merupakan salah satu faktor resiko yang meningkatkan penyakit hipertensi. Kelebihan asupan natrium akan meningkatkan ekstraseluler menyebabkan volume darah yang berdampak pada timbulnya hipertensi (Mahmuda, 2015). Hipertensi merupakan kelainan yang sulit diketahui oleh tubuh kita. Seseorang baru merasakan dampak yang gawat dari hipertensi ketika telah terjadi komplikasi.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Pola makan yang salah merupakan salah satu faktor resiko yang meningkatkan penyakit hipertensi. Faktor makanan modern sebagai penyumbang utama terjadinya hipertensi. Konsumsi garam berlebih telah dikaitkan dengan berbagai risiko kesehatan, seperti tekanan darah tinggi, penyakit jantung, dan stroke. Di Kabupaten Jember sendiri berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Jember pada 2016 di desa Paduman Jelbuk merupakan wilayah dengan hipertensi yang memiliki prevalensi tertinggi di wilayah kecamatan Jelbuk kabupaten Jember. Hipertensi masuk dalam peringkat ke 4 dalam angka kesakitan penyakit tidak menular di daerah Jelbuk pada tahun 2016 dan desa Paduman memiliki prevalensi hipertensi tertinggi di wilayah Jelbuk Jember. Hipertensi merupakan penyakit multifaktorial yang munculnya oleh karena interaksi berbagai

faktor. Dengan bertambahnya umur, maka tekanan darah juga akan meningkat.

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimana konsumsi makanan mengandung garam natrium pada lansia desa Paduman Jelbuk Kabupaten Jember?
- b. Bagaimana angka terjadinya hipertensi pada lansia di desa Paduman Jelbuk Kabupaten Jember?
- c. Adakah hubungan konsumsi makanan mengandung garam natrium dengan terjadinya hipertensi pada lansia di desa Paduman Jelbuk Kabupaten Jember.

C. Tujuan Peneliti

1. Tujuan Umum Peneliti

Mengetahui hubungan konsumsi makanan mengandung garam natrium dengan kejadian hipertensi pada lansia di desa Paduman Jelbuk Kabupaten Jember.

2. Tujuan Khusus Peneliti

- a. Mengidentifikasi konsumsi makanan mengandung garam natrium pada lansia di desa Paduman Jelbuk Kabupaten Jember.
- b. Mengidentifikasi terjadinya hipertensi pada lansia di desa Paduman Jelbuk Kabupaten Jember.
- c. Menganalisis hubungan konsumsi makanan mengandung garam natrium dengan terjadinya hipertensi pada lansia di desa Paduman Jelbuk Kabupaten Jember.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi :

1. Keperawatan

Meningkatkan kemajuan ilmu keperawatan dan diharapkan dapat memberikan informasi tentang mengkonsumsi makanan mengandung garam natrium ini dapat mengakibatkan terjadinya hipertensi pada lansia.

2. Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat dan perkembangan dunia kesehatan diharapkan dapat membantu memberikan informasi dalam upaya meningkatkan pengetahuan tentang konsumsi makanan mengandung garam natrium serta meminimalkan terjadinya hipertensi pada lansia

3. Lansia

Lansia dapat membatasi jumlah makanan mengandung garam natrium sesuai kebutuhan agar dapat meminimalkan terjadi hipertensi.

4. Peneliti berikutnya

Dapat dijadikan sebagai sumber literature untuk mengadakan penelitian dibidang kesehatan terutama keperawatan. Menambah pengetahuan dan wawasan peneliti sehingga dapat mengembangkan penelitian yang lebih luas di masa yang akan datang.