

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Gaya hidup dan pola makan yang tidak sehat pada masyarakat merupakan suatu hal yang sudah sangat lumrah. Kebiasaan buruk seseorang yang mengalami Hipertensi salah satunya yaitu gaya hidup dan pola makan yang tidak sehat (Ramadhani et al., 2017). Pola makan merupakan perilaku paling penting yang dapat mempengaruhi keadaan gizi. Hal ini disebabkan karena kuantitas dan kualitas makanan dan minuman yang dikonsumsi akan mempengaruhi asupan gizi sehingga akan mempengaruhi kesehatan individu dan masyarakat (Kadir, 2019). Gaya hidup dan pola makan yang tidak sehat tersebut salah satunya yaitu kebiasaan konsumsi asupan lemak jenuh yang tinggi. Keseimbangan asupan lemak berkontribusi terhadap perubahan tekanan darah sehingga hal tersebut yang dapat menyebabkan hipertensi (Simamora et al., 2018). Hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal yaitu ditandai dengan tekanan sistolik melebihi atau sama yaitu 140 mmHg dan juga atau tekanan diastoliknya melebihi atau sama dari 90 mmHg (Siti Suciati & Ernik Rustiana, 2021).

Menurut *World Health Organization (WHO)* menyebutkan bahwa sekitar 972 juta jiwa di dunia atau 26,4% orang menderita hipertensi. Dari 972 juta jiwa sebanyak 333 juta jiwa berada di negara maju dan 639 berada di negara berkembang. Dalam Kementerian Kesehatan tahun 2018 hipertensi menjadi peringkat pertama dari jenis penyakit tidak menular

dengan jumlah kasus mencapai 185.857 (Prasasti & Kesehatan, 2022). Prevelensi hipertensi di Indonesia diketahui bahwa usia >18 tahun yang didiagnosa hipertensi oleh dokter adalah 31,7% (Yonata & Pratama, 2016). Prevalensi di provinsi Jawa Timur sebesar 26,2%. Jumlah kasus hipertensi Provinsi Jawa Timur tahun 2015 sebesar 685.994 penduduk dan mengalami peningkatan pada tahun 2016 hipertensi sebesar 935.736 penduduk, dengan proporsi laki-laki sebesar 13,78% (387.913 penduduk) dan perempuan sebesar 13.25% (547.823 penduduk). Sementara Kabupaten Bondowoso pada tahun 2015 menduduki peringkat ke 4 di Jawa Timur dengan kasus Hipertensi sebanyak 39.643 (Ainsyah et al., 2018). Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 26 Desember 2022 penderita Hipertensi di Desa Kembang yang terdata di Puskesmas Nangkaan pada bulan Juli-September tahun 2022 sebanyak 97 orang.

Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya pada (Ramadhani et al., 2017) bahwa faktor penyebab terjadinya Hipertensi salah satunya yaitu gaya hidup dan pola makan. Makanan yang diduga mempengaruhi tekanan darah yaitu makanan yang tinggi lemak. Makanan yang mengandung lemak yang tinggi diantaranya yaitu santan (Amalia & Azizah, 2019). Kebiasaan warga Desa kembang hampir setiap hari mengkonsumsi olahan makanan santan, mereka mengatakan masakan yang menggunakan tambahan santan menjadi lebih gurih dan enak. Olahan makanannya yaitu sayur lodeh, opor ayam, kolak, ikan asin yang diberi kuah santan dan lain sebagainya. Kebiasaan masyarakat tersebut sudah mendarah daging. Sudah sejak dahulu sering menggunakan santan kelapa sebagai bahan masakan. Petugas kesehatan

juga mengatakan pola makan pakai santan sudah menjadi kebiasaan masyarakat desa dari kecil yang sudah turun temurun dari ibu ke anak, menjadi ke cucu dan berlangsung sejak lama (Puskesmas Kembang, 2022).

Untuk kandungan lemak jenuh pada santan yaitu 21g/ 100g bahan makanan, dalam 100 gr santan setara dengan ½ gelas santan, yang mengandung 230 kkal, 23,84 gram lemak (21,14 gram lemak jenuh), 2,29 gram protein, dan 5,54 gram karbohidat. Hampir 90% lemak dalam santan adalah lemak jenuh (Amalia & Azizah, 2019). Lemak jenuh yang terdapat di dalam santan tersebut yang apabila dikonsumsi secara berlebih memiliki dampak buruk bagi kesehatan tubuh (Fitriani et al., 2019). Konsumsi lemak jenuh tinggi yang berlebih tersebut yang dapat menimbulkan resiko hipertensi karena akan meningkatkan kadar kolesterol dalam darah. Kolesterol tersebut akan melekat pada dinding pembuluh darah yang lama kelamaan pembuluh darah akan tersumbat diakibatkan adanya plaque dalam darah yang disebut dengan *aterosklerosis* yang terbentuk akan mengakibatkan aliran darah menyempit sehingga volume darah dan tekanan darah akan meningkat (Ramadhani et al., 2017).

Mengetahui faktor yang paling berperan dalam kejadian hipertensi merupakan langkah awal dalam upaya pencegahan sejak dini, sehingga terhindar dari penyakit Hipertensi dan tidak terjadi Komplikasi. Berdasarkan latar belakang dan fenomena yang terjadi penulis tertarik untuk melakukan sebuah penelitian mengenai “ Hubungan perilaku konsumsi santan dengan kejadian Hipertensi pada masyarakat di Desa Kembang Bondowoso”

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Hipertensi pada masyarakat dipengaruhi oleh gaya hidup yang tidak sehat, salah satunya adalah kebiasaan mengonsumsi makanan dengan lemak tinggi. Makanan dengan lemak tinggi berasal dari makanan yang sering kita jumpai setiap hari di meja makan salah satunya yaitu santan. Banyak sekali olahan makanan yang diolah menggunakan santan oleh masyarakat untuk menambah cita rasa pada masakan. Lemak yang telah dikonsumsi secara berlebihan dapat meningkatkan kolesterol dalam darah lalu melekat pada dinding pembuluh darah yang lama kelamaan pembuluh darah akan tersumbat diakibatkan adanya *plaque* dalam darah yang terbentuk dan akan mengakibatkan aliran darah menyempit sehingga volume darah dan tekanan darah akan meningkat lalu menyebabkan hipertensi. Berdasarkan uraian tersebut calon peneliti merasa tertarik untuk melakukan sebuah penelitian mengenai “Hubungan perilaku konsumsi santan dengan kejadian Hipertensi pada masyarakat di Desa Kembang Bondowoso”

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimanakah perilaku konsumsi santan pada masyarakat di Desa Kembang Bondowoso?
- b. Bagaimanakah kejadian Hipertensi di Desa Kembang bondowoso?
- c. Adakah hubungan perilaku konsumsi santan dengan kejadian Hipertensi pada masyarakat di Desa Kembang Bondowoso?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan perilaku konsumsi santan dengan kejadian hipertensi pada masyarakat di Desa Kembang Bondowoso

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi perilaku konsumsi santan pada masyarakat di Desa Kembang Bondowoso
- b. Mengidentifikasi kejadian Hipertensi di Desa Kembang Bondowoso
- c. Menganalisis hubungan perilaku konsumsi santan dengan kejadian Hipertensi pada masyarakat di Desa Kembang Bondowoso

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini bermanfaat bagi:

1. Masyarakat

Memberikan informasi dan pengetahuan bagi masyarakat terkait bahaya yang diakibatkan karena perilaku mengkonsumsi santan.

2. Peneliti

Memberikan manfaat untuk mengetahui hubungan antara perilaku mengkonsumsi santan dengan kejadian Hipertensi pada masyarakat di Desa Kembang Bondowoso.

3. Tenaga Kesehatan

Memberikan manfaat bagi Tenaga Kesehatan dalam memberikan penyuluhan terkait dampak negatif perilaku mengkonsumsi santan.

4. Institusi pendidikan

Penelitian dapat memberikan manfaat pengetahuan bagi mahasiswa khususnya Program studi Ilmu Kesehatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jember dan menambah wawasan di bidang KMB (Keperawatan Medikal Bedah) khususnya mengenai hubungan perilaku konsumsi santan dengan kejadian hipertensi.

5. Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan sebagai data dasar untuk penelitian selanjutnya mengenai permasalahan Hipertensi

