

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Hipertensi merupakan terjadinya peningkatan tekanan darah permanen. Umumnya, seseorang dikatakan memiliki hipertensi jika tekanan darah di atas 140/90 mmHg (Fitria & Waruwu, 2020). Gaya hidup dan pola makan masyarakat merupakan salah satu penyebab hipertensi karena seiring berjalannya waktu pengaruh globalisasi telah mengubah segalanya, termasuk gaya hidup, pola makan, dan aktivitas fisik, yang berpengaruh pada peningkatan penyakit hipertensi (Ilmiah et al., 2020). Gaya hidup dan pola makan seseorang, seperti mengonsumsi makanan tinggi lemak dan kolesterol, dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah. Gaya hidup yang tidak sehat ini dapat memicu berkembangnya hipertensi. (Wijaya et al., 2020).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), sekitar 972 juta orang di seluruh dunia, atau 26.4% dari total populasi, menderita hypertension. Dari 972 juta orang tersebut, 333 juta tinggal di negara-negara maju dan 639 juta tinggal di negara-negara berkembang (Ilmiah et al., 2020). Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 (Balitbangkes RI, 2018) prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan Hasil Pengukuran pada Penduduk Umur  $\geq 18$  Tahun sekitar 34,11% penderita hipertensi, prevalensi hipertensi tertinggi pada provinsi Kalimantan selatan sebesar (44,13%), sedangkan prevalensi hipertensi

terendah yaitu provinsi papua sebesar (22,22%). Prevalensi penderita hipertensi di provinsi Jawa timur sebesar (36,32%) menduduki urutan ke 6 dari 34 provinsi. Sementara di kabupaten jember persentase penderita hipertensi sebesar 741.735 orang (*Dinas Kesehatan Kabupaten Jember Tahun 2020*, n.d.). Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada bulan Januari 2024 didapatkan jumlah penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Panti pada bulan desember 2023 terdapat 1.660 orang penderita hipertensi.

Gaya hidup dan pola makan adalah salah satu faktor yang berkontribusi terhadap hipertensi, seperti yang telah dibahas sebelumnya dalam (Ilmiah et al., 2020) Makanan tinggi lemak jenuh dan tinggi kolesterol berdampak pada peningkatan tekanan darah. Makanan cepat saji, makanan yang diolah digoreng, kuning telur, kulit ayam, dan jeroan merupakan beberapa makanan yang tinggi kolesterol. Selain itu, komponen tambahan seperti daging merah, ayam goreng, sarden, sosis, mentega, dan susu murni juga dapat berkontribusi pada peningkatan kadar kolesterol darah (Peningkatan et al., 2020). Perilaku Konsumsi asupan lemak dan tinggi kolesterol secara berlebihan mengakibatkan kadar lemak dalam tubuh meningkat, Makanan yang mengandung tinggi kolesterol jika dikonsumsi nya berlebihan akan mengakibatkan kolesterol meningkat karena semua sumber energi yang berlebihan akan disimpan dalam bentuk kolesterol. Peningkatan kadar kolesterol menyebabkan plak terbentuk di dalam dinding arteri, yang mengakibatkan aterosklerosis. Hal Ini menyebabkan pembuluh darah menyempit karena terjadi penyumbatan,

yang mengurangi diameter lumen dan fleksibilitas dinding arteri. Penumpukan kolesterol berlebih pada dinding pembuluh darah juga menyebabkan peningkatan tekanan darah Akibat dari Aterosklerosis, yaitu penyempitan atau pengerasan arteri, yang disebabkan oleh kelebihan kolesterol di dinding pembuluh darah (Solikin & Muradi, 2020).

Untuk kandungan dan Makanan yang termasuk kategori tinggi kolesterol diantaranya yaitu gorengan rata – rata gorengan mengandung sekitar 2,5 gram lemak, 4 gram karbohidrat, 0,4 gram protein, dan 29 mg kolesterol di dalamnya., Kuning telur rata-rata memiliki (4,49 gram lemak, 2,69 gram protein, 0,61 gram karbohidrat, dan 209 mg kolesterol), Hati ayam memiliki kandungan (kolesterol 345 mg, 4,83 gram lemak, 16,92 gram protein), Usus ayam memiliki kandungan (kolesterol 240 mg, 2,06 gram lemak, dan 17,66 gram protein), dan Makanan fastfood (kalori 294 kalori, 11 gram lemak, 33 mg kolesterol, 34 gram karbohidrat, 15 gram protein). Mengonsumsi makanan yang mengandung tinggi kolesterol dalam jumlah besar sudah banyak diketahui oleh masyarakat. Namun, informasi mengenai kandungan kolesterol dalam berbagai Makanan yang berasal dari jaringan hewan tidak terlalu diketahui. Jika mengetahui kandungan tinggi kolesterol yang terdapat dalam makanan masyarakat bisa membatasi atau mencegah konsumsi makanan kolesterol dan memilih makanan dengan kandungan kolesterol rendah. (Abdurrahman & Kurniasari, 2023).

Berdasarkan latar belakang dan fenomena tersebut diperlukan penelitian dan peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian

mengenai “Hubungan perilaku konsumsi makanan tinggi kolesterol dengan Kondisi Hipertensi pada masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Panti”.

## **B. Rumusan masalah**

### **1. Pernyataan Masalah**

Salah satu penyebab hipertensi yaitu gaya hidup dan pola makan. Gaya hidup dan pola makan seseorang seperti makanan tinggi lemak, dan tinggi kolesterol, konsumsi makanan tinggi lemak dan kolesterol dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah. Makanan yang mempengaruhi tekanan darah yaitu makanan yang tinggi lemak jenuh dan tinggi kolesterol. Makanan tinggi kolesterol mulai dari fastfood, gorengan, kuning telur, kulit ayam, dan jeroan. Selain itu, komponen tambahan seperti daging merah, ayam goreng, sarden, sosis, mentega, dan susu murni juga dapat berkontribusi pada peningkatan kadar kolesterol darah. Perilaku Konsumsi asupan lemak dan tinggi kolesterol secara berlebihan mengakibatkan kadar lemak dalam tubuh meningkat, Makanan yang mengandung tinggi kolesterol jika dikonsumsi nya berlebihan akan mengakibatkan kolesterol meningkat karena semua sumber energi yang berlebihan akan disimpan dalam bentuk kolesterol. Peningkatan kadar kolesterol menyebabkan plak terbentuk di dalam dinding arteri, yang mengakibatkan aterosklerosis. Hal Ini menyebabkan pembuluh darah menyempit karena terjadi penyumbatan, yang mengurangi diameter lumen dan fleksibilitas dinding arteri. Penumpukan kolesterol berlebih

pada dinding pembuluh darah menyebabkan peningkatan tekanan darah.

Berdasarkan uraian tersebut calon peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian mengenai “Hubungan perilaku konsumsi makanan tinggi kolesterol dengan Kondisi Hipertensi pada masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Panti”

## **2. Pertanyaan Masalah**

Berdasarkan pernyataan masalah diatas maka dapat ditarik pertanyaan penelitian berupa :

- a. Bagaimana perilaku konsumsi makanan tinggi kolesterol pada masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Panti ?
- b. Bagaimana Kondisi Hipertensi pada Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Panti?
- c. Adakah Hubungan perilaku konsumsi makanan tinggi kolesterol dengan Kondisi Hipertensi pada masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Panti?

## **C. Tujuan penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengidentifikasi hubungan perilaku konsumsi makanan tinggi kolesterol dengan Kondisi hipertensi pada Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Panti

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi perilaku konsumsi makanan tinggi kolesterol pada masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Panti

- b. Mengidentifikasi Kondisi Hipertensi pada Masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Panti
- c. Menganalisis Hubungan perilaku konsumsi makanan tinggi kolesterol dengan Kondisi Hipertensi pada masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Panti

#### **D. Manfaat penelitian**

##### 1. Masyarakat

Penelitian ini dapat Memberikan informasi dan pengetahuan bagi masyarakat mengenai bahaya yg ditimbulkan jika mengkonsumsi makanan tinggi kolesterol

##### 2. Tenaga kesehatan

Penelitian ini diharapkan agar dapat memberikan manfaat yang berarti bagi perawat dalam memberikan penyuluhan terkait dampak negative dari perilaku mengkonsumsi makanan tinggi kolesterol dengan kondisi hipertensi

##### 3. 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 makanan tinggi kolesterol dengan Kondisi hipertensi.

#### 4. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi landasan dan acuan sumber data bagi peneliti selanjutnya dengan memperbaiki berbagai metode dan pendekatan penelitian yang belum pernah dikembangkan.

