

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tekanan darah adalah daya yang di perlukan agar darah dapat mengalir di dalam pembuluh darah dan beredar mencapai seluruh jaringan tubuh manusia. Darah beredar keseluruh bagian tubuh berfungsi sebagai media pengangkut oksigen serta zat lain yang diperlukan untuk kehidupan sel-sel di dalam tubuh (Moniaga, 2013). Tekanan darah dibedakan menjadi tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik. Tekanan darah sistolik adalah tekanan darah pada saat jantung berkontraksi, tekanan darah diastolik adalah tekanan darah pada saat jantung berelaksasi (Gunawan, 2007).

Peningkatan tekanan darah merupakan salah satu indikasi kemungkinan seseorang akan terkena stroke dan penyakit jantung koroner (PJK) tiga kali lebih tinggi (Rahmat, F, 2013). Prevelansi hipertensi nasional mengalami peningkatan dari data sebesar 25,8% menjadi 34,1% di tahun 2018. Jember merupakan salah satu kota dengan pengidap hipertensi yang tinggi yakni sebesar 53,431 jiwa dari 517,315 jiwa (10,33%) yang dilakukan pengukuran darah pada usia diatas 18 tahun (Risksedas, 2013).

Meningkatnya tekanan darah pada seseorang di usia dewasa muda dipengaruhi oleh gaya hidup yang tidak sehat. Hal-hal yang termasuk gaya hidup tidak sehat antara lain kebiasaan merokok, kurang olahraga, diet makanan dan stres (Nisa, 2012). Salah satu penyebab atau faktor yang

mempengaruhi dari tekanan darah tinggi adalah gaya hidup tidak sehat. Gaya hidup dalam kehidupan modernisasi ini menyebabkan penyimpangan pola diet makanan yaitu menghindari makan-makanan yang berlemak jenuh tinggi (Nisa, 2012).

Pola makan yang salah merupakan salah satu faktor resiko yang meningkatkan penyakit hipertensi. Konsumsi makan makanan yang berlemak akan meningkatkan kadar kolestrol dalam darah terutama kolestrol LDL. Salah satu makanan yang mengandung lemak jenuh tinggi adalah gorengan (Nisa, 2012).

Gorengan merupakan salah salah makanan yang mengandung lemak jenuh yang tinggi. Dibalik kenikmatan yang terdapat dalam gorengan, gorengan memiliki kandungan lemak jenuh yang tinggi. Hal ini terjadi karena proses penggorengan gorengan yang menggunakan minyak yang berulang kali pemakaian menyebabkan gorengan tersebut mengandung lemak yang tinggi (Fauziah, Dkk. 2013).

Menurut (Chalid, Sri Yudial, 2009) penurunan mutu gizi minyak goreng pedagang kaki lima karena penggunaan minyak goreng yang berulang kali. Penurunan mutu gizi minyak goreng pedagang kaki lima karena tidak memenuhi standar mutu, sehingga tidak aman untuk di gunakan.

Proses penggorengan minyak berulang kali akan meningkatkan kadar asam lemak jenuh. Asam lemak jenuh dapat meningkatkan LDL (*Light Density Lipoprotein*) dan menurunkan HDL (*Hight Density Lipoprotein*). kelebihan LDL dan trigliserida yang melayang-layang di

dalam pembuluh darah menyusup ke dalam dinding lapisan arteri (*fatty streak*) dan mengendap. Endapan cairan pekat yang terdiri dari kolesterol, lemak, dan lain-lain menggelembung, makin lama makin banyak yang disebut *cholesterol plaque* atau plak. Timbunan lemak dalam pembuluh darah (plak) akan mengakibatkan diameter pembuluh darah semakin mengecil dan mengakibatkan peningkatan tekanan darah (Rosen dan Gelfan, 2009).

Berdasarkan latar belakang di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai “ Hubungan Perilaku Mengonsumsi Gorengan Dengan Tekanan Darah Sistolik Pada Dosen Usia Dewasa Muda di Universitas Muhammadiyah Jember”.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan masalah

Perubahan tekanan darah pada usia dewasa muda dipengaruhi oleh gaya hidup yang tidak sehat, salah satunya adalah mengonsumsi makanan dengan lemak jenuh tinggi. Makanan dengan lemak jenuh tinggi berasal dari makanan yang digoreng dengan menggunakan minyak lebih dari dua kali pemakaian. Proses penggorengan minyak berulang kali akan meningkatkan kadar asam lemak jenuh. Peningkatan asam lemak jenuh dapat menyebabkan terjadinya plak dalam pembuluh darah dan menyebabkan terjadinya peningkatan pada tekanan darah.

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimanakah perilaku mengkonsumsi gorengan pada dosen usia dewasa muda di Universitas Muhammadiyah Jember?
- b. Bagaimanakah tekanan darah sistole pada dosen usia dewasa muda di Universitas Muhammadiyah Jember?
- c. Adakah hubungan perilaku mengkonsumsi gorengan dengan tekanan darah sistole pada dosen usia dewasa muda di Universitas Muhammadiyah Jember.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perilaku mengkonsumsi gorengan dengan tekanan darah sistole pada dosen usia dewasa muda di Universitas Muhammadiyah Jember.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi perilaku mengkonsumsi gorengan pada dosen usia dewasa muda di Universitas Muhammadiyah Jember?
- b. Mengidentifikasi tekanan darah sistole pada dosen usia dewasa muda di Universitas Muhammadiyah Jember?
- c. Menganalisis hubungan perilaku mengkonsumsi gorengan dengan tekanan darah sistole pada dosen usia dewasa muda di Universitas Muhammadiyah Jember?

D. Manfaat penelitian

Penelitian ini bermanfaat bagi:

1. Masyarakat

Memberikan informasi dan pengetahuan bagi masyarakat terkait bahaya yang ditimbulkan karena perilaku mengkonsumsi gorengan .

2. Peneliti

Memberikan manfaat untuk mengetahui hubungan antara perilaku mengkonsumsi gorengan dengan tekanan darah sistole pada dosen usia dewasa muda di Universitas Muhammadiyah Jember.

3. Tenaga Kesehatan

Memberikan manfaat bagi tenaga kesehatan dalam memberikan penyuluhan terkait bahaya yang perilaku mengkonsumsi gorengan dan dampak negatif yang ditimbulkan oleh perilaku mengkonsumsi gorengan.

4. Institusi pendidikan

Penelitian dapat bermanfaat sebagai konsumsi bagi mahasiswa khususnya Program Studi Ilmu Kesehatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jember untuk menambah wawasan di bidang KMB (Keperawatan Medikal Bedah) khususnya mengenai hubungan perilaku mengkonsumsi gorengan dengan tekanan darah sistole .

5. Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini dapat di gunakan sebagai data dasar untuk penelitian selanjutnya, terutama terkait permasalahan tekanan darah sistole.