

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Lanjut usia (lansia) adalah kelompok orang yang sedang mengalami suatu proses perubahan secara bertahap dalam jangka waktu tertentu. Lanjut usia merupakan proses alamiah dan berkesinambungan yang mengalami perubahan anatomi, fisiologis, dan biokimia pada jaringan atau organ yang pada akhirnya mempengaruhi keadaan fungsi dan kemampuan badan secara keseluruhan. Secara garis besar, perkembangan manusia terdiri dari beberapa tahap, yaitu kehidupan sebelum lahir, saat bayi, masa kanak-kanak, remaja, dewasa, dan lansia (Fatmah, 2010).

Menurut Sustrani (2005, dalam Widyaningrum 2012) hipertensi merupakan salah satu penyakit yang mengakibatkan kesakitan yang tinggi. Hipertensi atau penyakit darah tinggi adalah gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkannya.

Hipertensi merupakan salah satu faktor resiko utama penyakit jantung dan pembuluh darah, selain *hiperkolesterolemia* dan diabetes militus. Pada saat ini hipertensi adalah faktor risiko ketiga terbesar yang menyebabkan kematian. Hipertensi atau biasa disebut tekanan darah tinggi memiliki beberapa tipe atau jenis yaitu (1) tekanan darah tinggi *primer* atau *essensial*,(2) tekanan darah tinggi *maligna*,(3) tekanan darah tinggi sistolik terisolasi,(4) *White Coat Hypertension*,(5) hipertensi *resisten*.

Meningkatnya prevalensi penyakit hipertensi pada lansia setiap tahun menjadi masalah utama di negara berkembang dengan negara maju. Berdasarkan Riskesdas (2013) jumlah penduduk lansia di Indonesia untuk pria 46% dan wanita sekitar 54% dari jumlah lansia dan diperkirakan pada tahun 2050 jumlahnya akan meningkat menjadi 21,4% di Indonesia. Menurut BPS (2013) jumlah lansia di provinsi Jawa Timur 10,4% dari jumlah lansia di Indonesia. Jumlah lansia di Kabupaten Jember memiliki proporsi 49,5% dari jumlah penduduk. Riskesdas (2013) menunjukkan bahwa hipertensi merupakan penyakit terbanyak pada lansia. Pada kelompok umur 55-64 tahun prevalensinya sebesar 45,9% meningkat dengan bertambahnya umur, pada kelompok usia 65-74 tahun menjadi 57,6% dan 63,8% pada kelompok 75 tahun atau lebih (Riskesdas, 2013). Prevalensi hipertensi pada lansia di Kabupaten Jember yaitu 31,7% dari jumlah penduduk lansia (Dinas Kesehatan, 2014). Dinas Kesehatan (2015) jumlah penduduk lansia di wilayah kerja Puskesmas Ambulu Kabupaten Jember untuk pria 46,7% dan wanita 53,3%. Meningkatnya prevalensi kejadian hipertensi pada lansia tiap tahun di Indonesia, terjadi salah satunya di wilayah kerja Puskesmas Ambulu. Pada kelompok umur 60-64 tahun meningkat 15,8 % dari kejadian tahun lalu, pada tahun 65-69 tahun sebesar 16,9% dan 18,9% pada kelompok 70 tahun atau lebih (Dinas Kesehatan, 2015). Penyakit hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Ambulu merupakan penyakit peringkat ke dua dengan angka kejadian 40% dari jumlah lansia menderita penyakit hipertensi (Puskesmas Ambulu, 2015).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di 3 posyandu lansia, salah satu penyebab hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Ambulu adalah banyaknya kandungan garam pada makanan yang dikonsumsi, karena masyarakat lansia daerah tersebut lebih menyukai makanan gurih/asin. Selama ini lansia beranggapan bahwa makanan yang gurih/asin merupakan makanan yang baik bagi tubuh karena garam memiliki kandungan yodium dan baik untuk kesehatan. Anggapan yang salah tentang gaya hidup tersebut menyebabkan terjadinya akumulasi garam berlebih yang mengakibatkan tekanan darah meningkat. Meningkatnya tekanan darah tersebut, seringkali para lansia mengatasi hal itu dengan cara mengkonsumsi obat penurun tekanan darah. Namun, dengan rutinnnya mengkonsumsi obat tidak memberikan hasil yang maksimal. Hasil tersebut tidak terlalu diperdulikan oleh para lansia, yang terpenting apabila hipertensi kambuh yang ditandai dengan pusing hebat para lansia segera mengkonsumsi obat. Penatalaksanaan hipertensi antara lain dengan tehnik medikamentosa dan memodifikasi gaya hidup.

Memodifikasi gaya hidup pada lansia yaitu salah satunya dengan cara diet, diet yang dianjurkan adalah diet yang sesuai dengan asupan gizi disesuaikan dengan ketersediaan dan kebutuhan zat gizi dalam tubuh lansia. Menurut Wirakusumah (2002, dalam Widyaningrum, 2012) asupan gizi yang tepat berperan dalam menciptakan kesehatan lanjut usia secara optimal.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan status nutrisi dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Ambulu Kabupaten Jember.

## **B. Rumusan Masalah**

### 1. Pernyataan Masalah

Hipertensi merupakan masalah utama pada lansia. Gaya hidup lansia, terutama di Indonesia lebih menyukai makanan dengan rasa yang asin bila dibandingkan di negara barat. Gaya hidup lansia tersebut yang dicirikan dengan pola perilaku/kebiasaan lansia yang salah, akan member dampak pada kesehatan lansia. Kandungan natrium yang terdapat pada makanan asin berperan terhadap peningkatan tekanan darah. Kebanyakan diantara lansia mengatasi peningkatan tekanan darah tersebut dengan cara meminum obat, akan tetapi pada kenyataannya rutusnya lansia meminum obat tidak menunjukkan hasil yang signifikan. Adapun penatalaksanaan hipertensi selain dengan tehnik medikamentosa adalah dengan memodifikasi gaya hidup yang salah satunya pola nutrisi.

### 2. Pertanyaan Masalah

Apakah ada hubungan status nutrisi dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Ambulu Kecamatan Ambulu Kabupaten Jember?

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Menganalisis hubungan status nutrisi dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Ambulu Kabupaten Jember.

## 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi status nutrisi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Ambulu Kabupaten Jember.
- b. Mengidentifikasi kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Ambulu Kabupaten Jember.
- c. Menganalisis hubungan status nutrisi dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Ambulu Kabupaten Jember.

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Untuk Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan untuk memperkaya pengetahuan mahasiswa tentang status nutrisi pada lansia.

### 2. Untuk Institusi Kesehatan

Hasil penelitian ini untuk memberikan informasi dan menambah literatur mengenai hubungan status nutrisi dengan kejadian hipertensi pada lansia.

### 3. Untuk Profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan menentukan rencana intervensi untuk menyikapi permasalahan status nutrisi pada lanjut usia (lansia).

### 4. Untuk Peneliti

Hasil peneliti ini dapat menambah wawasan dari informasi ataupun gambaran status nutrisi dengan kejadian hipertensi pada lansia untuk mengembangkan penelitian selanjutnya.

5. Untuk Peneliti Selanjutnya

Dapat menjadikan landasan dan pengembangan pada peneliti berikutnya dalam memperluas keilmuan keperawatan dalam memberikan pelayanan secara holistik dan komprehensif.