

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Hipertensi sering dikatakan *The Silent Killer* karena dapat membunuh secara diam-diam. Pada umumnya seseorang dinyatakan menderita hipertensi jika tekanan darahnya tinggi atau melebihi nilai tekanan darah yang normal yaitu 140/90 mmHg (Christi.dkk, 2018). Ada berbagai faktor resiko yang dapat menyebabkan terjadinya Hipertensi. Menurut Pramana (2016) faktor resiko hipertensi tergantung pada jumlah dan tingkat keparahan dari resiko yang dapat dikontrol seperti stress, obesitas, nutrisi dan gaya hidup, serta faktor yang tidak dapat dikontrol seperti Usia, jenis kelamin, keturunan.

Hipertensi menjadi masalah global karena angka kejadian yang terus meningkat sejalan dengan perubahan gaya hidup seperti merokok, pola makan, kurang melakukan aktivitas fisik dan stress psikososial. Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2008 menunjukkan bahwa diseluruh dunia sekitar 972 juta orang atau 26,4% penduduk menderita hipertensi. Angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025 dari 972 juta penderita hipertensi, 333 juta berada di Negara maju dan 639 sisanya berada di Negara berkembang termasuk Indonesia. (Yanah, 2014)

Banyak penduduk di Asia yang menderita Hipertensi salah satunya yaitu Negara Indonesia. Jumlah penderita Hipertensi menurut data dari WHO pada tahun 2013 menyatakan bahwa penderita hipertensi usia >18 tahun di Asia Tenggara sebanyak 36% (Liberty. dkk, 2017). Hipertensi membunuh hampir 8 miliar orang di dunia setiap tahun dan hampir 1,5 juta orang yang tinggal

di kawasan Asia Timur - Asia Selatan dan sepertiga dari penduduk dewasanya menderita penyakit Hipertensi. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat banyak penderita di kawasan Asia yang menderita penyakit Hipertensi. (Yusrizal, dkk, 2018).

Prevalensi penderita Hipertensi di Indonesia menunjukkan bahwa penduduk Indonesia mengalami penurunan penderita Hipertensi dari 31,7% pada tahun 2007 dan pada tahun 2013 menjadi 25,8%. Dan pada tahun 2018 meningkat menjadi 34,11% (Riskesdas, 2018). Maka dapat disimpulkan bahwa angka penderita Hipertensi di Indonesia mengalami peningkatan dari tahun 2013-2018.

Prevalensi Hipertensi berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk umur >18 tahun menurut provinsi tahun 2018 menyebutkan bahwa provinsi yang paling tinggi angka Hipertensi terdapat pada provinsi Kalimantan Selatan sebanyak 44,13% kasus, provinsi Sulawesi Utara menempati urutan ke 10 dengan angka penderita mencapai 33,12% kasus, dan provinsi yang paling sedikit penderita Hipertensi adalah provinsi Papua sebanyak 22,22%. Riskerdas (2018). Maka dapat disimpulkan bahwa posisi pertama penderita penyakit Hipertensi terdapat pada provinsi Kalimantan Selatan.

Menurut Kementerian Kesehatan RI (2018) mengatakan bahwa pemerintah telah berupaya dalam melakukan pencegahan dan pengobatan Hipertensi yaitu melakukan promosi kesehatan yaitu CERDIK atau Cek kondisi kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktifitas fisik, Diet sehat dengan kalori seimbang, Istirahat yang cukup, Kendalikan stress. Promosi kesehatan ini diberikan khususnya pada orang yang sehat dan memiliki faktor resiko Hipertensi. Dan program selanjutnya PATUH yaitu Periksa kesehatan secara rutin dan ikuti anjuran dokter. Atasi penyakit dengan pengobatan yang tepat dan teratur.

Tetap diet sehat dengan gizi seimbang. Upayakan beraktifitas fisik dengan aman. Hindari rokok, alkohol yang berbahaya.

Berdasarkan studi dari Framingham menyebutkan bahwa kelebihan berat badan yang diakibatkan oleh gaya hidup yang tidak sehat seperti merokok, kurangnya melakukan aktivitas fisik dan pola makan yang tidak sehat menyumbang sekitar 26% kasus Hipertensi pada pria dan 28% pada wanita. Berdasarkan kebiasaan merokok hipertensi terjadi 46,6% pada penderita yang merupakan perokok aktif dan 8,5% perokok pasif. Sementara itu juga didapatkan 77,8% penderita Hipertensi telah merokok selama >10tahun. (Teguh & Syahril, 2016)

Berdasarkan survey data awal yang telah dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Kawangkoan Kabupaten Minahasa berdasarkan data awal yang di ambil bulan April 2020 di Puskesmas Kawangkoan selama satu bulan terakhir yaitu jumlah kunjungan penderita Hipertensi pada bulan April 2020, tercatat 70 orang. Jumlah penderita dengan kasus Hipertensi menempati urutan pertama di puskesmas Kawangkoan.

Hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan salah satu perawat yang bertugas di Puskesmas Kawangkoan mengatakan bahwa Hipertensi merupakan penyakit yang paling banyak diderita oleh masyarakat Kawangkoan dan kebanyakan masyarakat di Kawangkoan sudah mengetahui faktor-faktor yang dapat menyebabkan Hipertensi akan tetapi mereka sering mengabaikan faktor tersebut dan sering melanggar atau membuat faktor tersebut contohnya masyarakat melakukan gaya hidup yang tidak sehat seperti mengkonsumsi makanan berlemak seperti gorengan, merokok, dan kurangnya melakukan aktivitas fisik.

Faktor Merokok dapat menimbulkan beban kerja jantung dan menaikkan tekanan darah. Nikotin bersifat toksik sehingga dapat mengakibatkan penggumpalan darah. Tembakau memiliki efek

cukup besar dalam peningkatan tekanan darah karena dapat menyebabkan penyempitan pembuluh darah (Hanafi, 2016).

Faktor Aktivitas fisik sangat mempengaruhi stabilitas tekanan darah. Pada orang yang tidak melakukan kegiatan fisik cenderung mempunyai denyut jantung lebih tinggi, hal tersebut mengakibatkan otot jantung bekerja lebih keras lagi pada saat berkontraksi sehingga dapat meningkatkan Tekanan Darah. (Ina Eriana, 2017). Faktor Pola Makan yang tidak baik sering mengkonsumsi makanan berlemak dan mengkonsumsi garam berlebih merupakan faktor penyebab terjadinya penyakit Hipertensi. (Harun, 2019)

Jika tidak terkontrol maka Hipertensi akan menimbulkan berbagai komplikasi, bila mengenai jantung kemungkinan dapat terjadi infark miokard, jantung koroner, gagal jantung, bila mengenai otak terjadi stroke, dan bila mengenai mata akan terjadi retinopati hipertensif. Dari berbagai komplikasi yang mungkin timbul merupakan penyakit yang sangat serius dan berdampak terhadap psikologis penderita karena kualitas hidupnya rendah terutama pada kasus stroke, gagal ginjal, dan gagal jantung (Nuraini, 2015). Jadi jika Hipertensi ini tidak terkontrol maka akan berdampak buruk bagi penderita Hipertensi dengan menimbulkan berbagai macam komplikasi penyakit lain.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik meneliti “Hubungan Gaya Hidup dengan kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kawangkoan Kabupaten Minahasa.” Oleh karena itu akan dilakukan penelitian untuk menunjukkan perlunya penanggulangan Hipertensi dengan cara mengubah gaya hidup yang tidak sehat Sehingga masyarakat dapat menerapkan pola hidup sehat.

1.2 Pertanyaan Penelitian

“Diketahui hubungan antara Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kawangkoan Kabupaten Minahasa”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Diketahui Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kawangkoan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Diketahui karakteristik responden yang berada di Wilayah Kerja puskesmas Kawangkoan

1.3.2.2 Diketahui Hubungan Gaya Hidup di Wilayah Kerja Puskesmas Kawangkoan

1.3.2.3 Diketahui kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas kawangkoan

1.3.2.4 Diketahui Hubungan Gaya Hidup dengan kejadian Hipertensi di Puskesmas Kawangkoan

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberi wawasan serta gambaran jelas tentang faktor yang dapat menyebabkan Hipertensi yaitu Gaya hidup yang tidak sehat. Dan juga sebagai acuan atau bahan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya mengenai Gaya Hidup dengan kejadian Hipertensi sehingga menambah wawasan bagi perkembangan ilmu pengetahuan Medikal Bedah. Sebagai salah satu referensi untuk penelitian-penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan Hipertensi.

1.4.2 Praktis

1.4.2.1 Responden

Untuk memberikan informasi agar dapat meningkatkan pengetahuan dari masyarakat mengenai Faktor-faktor yang dapat menyebabkan kejadian Hipertensi seperti Aktifitas fisik, Merokok, pola makan. Sehingga masyarakat dapat mencegah akan terjadinya penyakit Hipertensi dan masyarakat dapat menerapkan pola hidup yang sehat.

1.4.2.2 Petugas Kesehatan

Untuk meningkatkan kinerja dari para petugas kesehatan guna untuk mencegah terjadinya peningkatan penyakit Hipertensi di Puskesmas tersebut dan dapat melakukan penyuluhan kesehatan yang berguna untuk menambah pengetahuan dari masyarakat sehingga masyarakat dapat mengetahui faktor-faktor yang dapat menyebabkan penyakit Hipertensi dan dapat menerapkan gaya hidup yang sehat.

