

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Indonesia merupakan Negara berkembang yang memiliki jumlah penduduk terbanyak ke 4 di Dunia dengan jumlah 267 juta jiwa. Hal inilah yang membuat Indonesia memiliki banyak Sumber Daya Manusia (SDM) yang membantu dalam Pembangunan Nasional. Namun karena masih kurangnya pengetahuan yang membuat SDM di Indonesia kurang unggul sehingga tidak mampu bersaing dengan Negara maju. Karena salah satu ciri bangsa maju adalah bangsa yang memiliki tingkat kesehatan, kecerdasan, dan produktivitas kerja yang tinggi. Ketiga hal inilah yang dipengaruhi oleh keadaan gizi setiap individu (Menteri Kesehatan Republik Indonesia, 2014).

Konsumsi merupakan salah satu hal yang sangat berpengaruh pada keadaan gizi seseorang. Hal ini karena makanan dan minuman yang dikonsumsi akan mempengaruhi asupan gizi seseorang. Gizi yang optimal membuat badan sehat dan tubuh terbebas dari penyakit infeksi dan penyakit tidak menular seperti penyakit kardiovaskuler. Sedangkan gizi yang tidak optimal berkaitan dengan keadaan kesehatan yang buruk dan meningkatkan resiko penyakit infeksi dan penyakit tidak menular seperti penyakit kardiovaskuler (Menteri Kesehatan Republik Indonesia, 2014). Kelompok yang paling rentan terserang penyakit seperti penyakit kardiovaskuler yaitu Lansia, karena saat seseorang memasuki masa lansia, maka pada saat itu terjadi penurunan berbagai fungsi organ tubuh, sehingga sangat rentan terserang berbagai macam penyakit. Salah satu penyakit kardiovaskuler yang sering menyerang lansia yaitu hipertensi. Seperti yang

diketahui, hipertensi biasanya menyerang seseorang yang berusia >50 tahun (NOC, 2015).

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering dijumpai di kalangan masyarakat karena dapat mengakibatkan angka kesakitan yang tinggi. Hipertensi sering dijuluki “*Silent Killer*”, hal ini karena hipertensi dapat menyerang siapa saja dan dapat menyebabkan kematian secara diam-diam (Intan, 2012). Pada setiap tahunnya prevalensi hipertensi semakin meningkat. Menurut WHO (2000) sekitar 972 juta jiwa penduduk di dunia menderita hipertensi dengan persentase pada pria sebesar 26.6% dan pada wanita 26.1% (Sulastri, Elmatris, and Ramadhani 2012). Sedangkan Menurut (Kemenkes, 2018) sebanyak 25.8% masyarakat yang berumur  $\geq 18$  tahun menderita hipertensi. Dan berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Bali (2018) diketahui bahwa hipertensi khususnya hipertensi esensial (primer) menduduki ranking ke tiga dari sepuluh besar penyakit pada diagnosa rawat jalan di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama dan Fasilitas Kesehatan Tingkat Lanjut Program JKN (2018).

Hipertensi dapat memicu berbagai macam penyakit, diantaranya yaitu penyakit jantung koroner dan gagal jantung. Hal ini karena kondisi tekanan darah yang tinggi bisa mempengaruhi kerja organ lainnya. Dan yang paling sering terkena dampaknya secara langsung adalah jantung. Selain jantung, organ lain yang bisa diserang oleh hipertensi yaitu otak. Ketika hipertensi menyerang pembuluh darah dan saraf di otak, hal ini akan menyebabkan *stroke*. Penyebab *stroke* disebabkan pecahnya arteri yang seringkali diakibatkan oleh hipertensi (Hafid, 2012).

Hipertensi dipengaruhi oleh berbagai faktor diantaranya faktor perilaku seperti merokok dan mengonsumsi alkohol, faktor keturunan serta asupan yang salah. Salah satu contoh asupan yang dapat mengakibatkan hipertensi yaitu asupan serat yang rendah dan asupan kolesterol yang berlebihan. Asupan serat yang rendah dapat mengakibatkan terjadinya hipertensi. Hal ini sesuai dengan penelitian Aliwati, dkk (2004), menunjukkan bahwa mekanisme terjadinya tekanan darah tinggi ada kaitannya dengan konsumsi zat gizi salah satunya adalah asupan serat yang kurang dalam menu sehari-hari (Ratnaningrum, 2015). Menurut Thompson JL, Manore MM, Voughan LA (2011) menyatakan bahwa asupan serat yang rendah  $\leq 8.8$  g/hari meningkatkan *CReactive Protein* (CRP) 4 kali lebih tinggi pada orang dengan dua atau tiga risiko penyakit (obesitas, hipertensi, diabetes) dibandingkan dengan orang yang tanpa risiko penyakit (Kholifah, Bintanah, and Handarsari 2013). Sedangkan berdasarkan *Jurnal of Hipertension* menemukan bahwa asupan serat tinggi terkait dengan penurunan angka tekanan darah sistolik dan diastolik yang besar bagi pengidap hipertensi. Selain konsumsi serat yang rendah, mengonsumsi kolesterol yang berlebihan juga dapat memicu hipertensi. Mengonsumsi kolesterol yang berlebihan merupakan mengonsumsi kolesterol secara berlebihan. Kolesterol berlebih dapat menumpuk dan membentuk plak pada pembuluh darah sehingga pembuluh darah menyempit dan mengeras, hal inilah yang mengakibatkan hipertensi (Andria, 2013). Semakin tinggi kadar kolesterol total maka akan semakin tinggi kemungkinan terjadinya hipertensi (Maryati, 2017).

Kelurahan Peguyangan merupakan salah satu kelurahan yang berada di Kecamatan Denpasar Utara. Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas III

Denpasar Utara jika dilihat dari kunjungan pasien lansia dari Januari sampai November 2019, hipertensi menduduki urutan pertama dari 10 besar penyakit yang diderita oleh pra lansia ataupun lansia dengan jumlah kasus untuk usia 45-59 tahun yaitu sebanyak 140 kasus dan usia >60 tahun yaitu sebanyak 240 kasus yang dimana jumlah kunjungan kasus hipertensi yang paling banyak yaitu di Kelurahan Peguyangan.

Berdasarkan permasalahan di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang gambaran asupan serat, kolesterol dan kejadian hipertensi pada lansia di Kelurahan Peguyangan, Kecamatan Denpasar Utara.

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimanakah gambaran asupan serat, kolesterol dan kejadian hipertensi pada lansia di Kelurahan Peguyangan, Kecamatan Denpasar Utara?

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui gambaran asupan serat, kolesterol dan kejadian hipertensi pada lansia di Kelurahan Peguyangan, Kecamatan Denpasar Utara.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Menentukan status hipertensi pada lansia di Kelurahan Peguyangan, Kecamatan Denpasar Utara.
- b. Menentukan asupan serat pada lansia di Kelurahan Peguyangan, Kecamatan Denpasar Utara.
- c. Menentukan asupan kolesterol pada lansia di Kelurahan Peguyangan, Kecamatan Denpasar Utara.

- d. Menggambarkan kecenderungan pola sebaran kejadian hipertensi berdasarkan asupan serat pada lansia di Kelurahan Peguyangan, Kecamatan Denpasar Utara.
- e. Menggambarkan kecenderungan pola sebaran kejadian hipertensi berdasarkan asupan kolesterol pada lansia di Kelurahan Peguyangan, Kecamatan Denpasar Utara.

#### **D. Manfaat**

##### 1. Manfaat Teoritis

Mengembangkan ilmu pengetahuan dan menambah informasi bagi masyarakat luas tentang asupan serat, kolesterol dan kejadian hipertensi serta dapat dipakai sebagai acuan bagi pengembangan ilmu yang berkaitan.

##### 2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat memberikan informasi kepada pembaca serta pengetahuan yang luas serta wawasan tentang asupan serat dan kolesterol terhadap resiko hipertensi.