

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama meningkatnya angka mortalitas dan angka morbiditas di Indonesia (Pusparani, 2016). Hipertensi dikenal sebagai *silent killer* karena penyakit ini berakibat fatal namun biasanya tidak menimbulkan gejala apapun (Pusdatin Kemenkes RI, 2019). Selama pemeriksaan berulang, jika tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan / atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg, dianggap sebagai hipertensi (Yuliasari & Morfi, 2018). Pemeriksaan tekanan darah akan menghasilkan dua angka, angka yang lebih tinggi dan angka yang lebih rendah. Angka yang lebih tinggi diperoleh saat jantung berkontraksi (sistol) dan angka yang lebih rendah diperoleh saat jantung rileks (diastol) (Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar, 2020).

Faktor-faktor yang mempengaruhi tekanan darah dapat dibedakan menjadi faktor yang tidak dapat dikendalikan antara lain umur, jenis kelamin, genetik, dan ras, serta faktor yang dapat dikendalikan yaitu gaya hidup (Rahma, 2017). Gaya hidup merupakan faktor terpenting yang dapat mempengaruhi kehidupan pada masyarakat (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2015). Berdasarkan hasil Riskesdas (2018) menunjukkan bahwa hampir di seluruh provinsi di Indonesia konsumsi sayur dan buah tergolong rendah. Secara nasional, prevalensi makanan asin, kebiasaan merokok, minum alkohol, minum minuman berkafein, kurang olahraga, dan pemicu stres masih cukup tinggi (Nisa dkk., 2018).

Komplikasi yang disebabkan oleh hipertensi yang tidak terkontrol antara lain penyakit jantung koroner, stroke, penyakit ginjal, masalah penglihatan,

hingga yang paling berbahaya yaitu kematian (Aminuddin dkk., 2019). Menurut data WHO (2015) menyebutkan bahwa sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi, yang artinya 1 dari 3 orang di dunia didiagnosis hipertensi. Jumlah penderita hipertensi terus meningkat dari tahun ke tahun. Diperkirakan 1,5 miliar orang akan menderita hipertensi pada tahun 2025, dan diperkirakan 9,4 juta orang akan meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya setiap tahun (P2PTM Kemenkes RI, 2019). Selain itu, hipertensi juga menjadi penyebab terbanyak kunjungan ke pusat pelayanan kesehatan primer, yakni sebanyak 13,1% dari total kunjungan (Dewi & Sudhana, 2014)

Menurut WHO (2016) menyebutkan bahwa hipertensi menyerang 22% penduduk dunia dan mencapai 36% angka kejadian di Asia Tenggara. Hipertensi juga menjadi penyebab kematian dengan angka 23,7% dari total 1,7 juta kematian di Indonesia (Hariawan & Tatisina, 2020). Menurut data Riskesdas (2018) terdapat peningkatan kejadian hipertensi dibandingkan hasil Riskesdas tahun 2013. Prevalensi kejadian hipertensi berdasarkan hasil Riskesdas (2018) adalah 34,1% yang artinya mengalami peningkatan dari hasil Riskesdas tahun 2013 yang mencapai angka 25,8%. Hasil tersebut merupakan kejadian hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah pada masyarakat Indonesia berusia 18 tahun ke atas (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Jumlah estimasi penderita hipertensi di Provinsi Bali yang berusia ≥ 15 tahun terdapat sebanyak 820.878 kasus. Namun, dari sekian kasus yang mendapatkan pelayanan kesehatan yaitu sebanyak 40,5 % (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2020). Menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar (2020)

jumlah kasus hipertensi di Kabupaten Gianyar mencapai 36.644 kasus dan menduduki urutan ke-2 dalam 10 besar penyakit terbanyak di Kabupaten Gianyar. Jumlah penderita hipertensi di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar pada tahun 2019 adalah sebanyak 55 orang.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti melalui wawancara terhadap tujuh orang yang mengalami hipertensi di Banjar Benawah, Desa Petak Kelod, Kecamatan Gianyar, Kabupaten Gianyar terdapat dua orang yang sering mengonsumsi makanan yang mengandung banyak garam, satu orang sering minum minuman berkafein, dua orang yang merokok, satu orang penderita hipertensi yang kurang melakukan aktivitas fisik dan satu orang penderita sering mengalami stres. Berdasarkan hasil wawancara, maka dapat disimpulkan bahwa masyarakat di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar masih memiliki gaya hidup yang kurang sehat seperti mengonsumsi makanan yang mengandung banyak garam, minum minuman berkafein, kebiasaan merokok, kurangnya aktivitas fisik dan stres.

Jumlah kasus hipertensi terus mengalami peningkatan setiap tahunnya. Maka dari itu diperlukan upaya-upaya untuk menekan terjadinya peningkatan kasus hipertensi (Ngurah & Yahya, 2014). Upaya yang dapat dilakukan yaitu memodifikasi gaya hidup dengan menerapkan gerakan masyarakat hidup sehat (Germas) yang meliputi cek kesehatan secara berkala, enyahkan asap rokok, rajin melakukan aktivitas fisik, diet yang seimbang, istirahat yang cukup, mengelola stres (P2PTM Kemenkes, 2020).

Berdasarkan data di atas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang gambaran gaya hidup pada penderita hipertensi di Banjar Benawah, Desa Petak Kelod, Kecamatan Gianyar, Kabupaten Gianyar.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian Bagaimana Gambaran Gaya Hidup Pada Penderita Hipertensi di Banjar Benawah Desa Petak Kelod Kecamatan Gianyar Kabupaten Gianyar Tahun 2021?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana gambaran gaya hidup pada penderita hipertensi di Banjar Benawah, Desa Petak Kelod, Kecamatan Gianyar, Kabupaten Gianyar Tahun 2021.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dilakukannya penelitian ini adalah:

- a. Mendeskripsikan karakteristik responden penderita hipertensi yang meliputi umur, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan di Banjar Benawah, Desa Petak Kelod, Kecamatan Gianyar, Kabupaten Gianyar.
- b. Mendeskripsikan kebiasaan konsumsi makanan asin penderita hipertensi di Banjar Benawah, Desa Petak Kelod, Kecamatan Gianyar, Kabupaten Gianyar.
- c. Mendeskripsikan kebiasaan makan makanan berlemak penderita hipertensi di Banjar Benawah, Desa Petak Kelod, Kecamatan Gianyar, Kabupaten Gianyar.
- d. Mendeskripsikan kebiasaan minum minuman berkafein penderita hipertensi di Banjar Benawah, Desa Petak Kelod, Kecamatan Gianyar, Kabupaten Gianyar.

- e. Mendeskripsikan kebiasaan minum minuman beralkohol penderita hipertensi di Banjar Benawah, Desa Petak Kelod, Kecamatan Gianyar, Kabupaten Gianyar.
- f. Mendeskripsikan kebiasaan merokok penderita hipertensi di Banjar Benawah, Desa Petak Kelod, Kecamatan Gianyar, Kabupaten Gianyar.
- g. Mendeskripsikan aktivitas fisik penderita hipertensi di Banjar Benawah, Desa Petak Kelod, Kecamatan Gianyar, Kabupaten Gianyar.
- h. Mendeskripsikan tingkat stres penderita hipertensi di Banjar Benawah, Desa Petak Kelod, Kecamatan Gianyar, Kabupaten Gianyar.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai sumber acuan dan referensi khususnya mahasiswa keperawatan dalam penyusunan serta perkembangan penelitian selanjutnya mengenai gaya hidup pada penderita hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat untuk menambah wawasan dan informasi mengenai gambaran gaya hidup pada penderita hipertensi.

b. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam pengembangan ilmu dan teknologi terapan dibidang keperawatan tentang gambaran gaya hidup pada penderita hipertensi.

c. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi peneliti untuk menambah wawasan dan pengalaman peneliti mengenai gambaran gaya hidup pada penderita hipertensi.