

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Penyakit jantung dan pembuluh darah (kardiovaskular) merupakan masalah kesehatan utama dinegara maju maupun negara berkembang. Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang paling umum dan paling banyak disandang masyarakat. Hipertensi menjadi penyebab kematian nomor satu didunia setiap tahunnya (P2PTM kemenkes, 2016).

Fakta didunia mencatat, sekitar 20% atau satu dari lima orang dewasa menderita penyakit hipertensi. Penyakit hipertensi perlu ditangani secara serius karena merupakan faktor pemicu utama dari stroke, serangan jantung, gagal ginjal, dan gagal jantung. Jika tidak ditangani dengan tepat, penyakit hipertensi bisa berujung pada kematian. (Redaksi AgroMedia, 2009)

Penelitian membuktikan bahwa semakin tinggi tekanan darah seseorang, semakin tinggi pula risiko orang tersebut terkena penyakit jantung, gagal ginjal, dan stroke. Penderita tekanan darah tinggi berisiko dua kali lipat menderita penyakit jantung koroner. Berdasarkan hasil penelitian di rumah sakit umum pusat Prof. Dr. R. D. Kandou Manado menunjukkan bahwa adanya hubungan antara hipertensi dengan kejadian penyakit jantung koroner dengan odds rasio (OR) = 2,667 yang mengandung arti penderita hipertensi lebih berisiko 2,667 kali menderita penyakit jantung koroner dibanding responden yang tidak menderita hipertensi. (Amisi, Nelwan, & kolibu, tt)

Organisasi kesehatan dunia (*World Health Organization* atau WHO) mengestimasi saat ini prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total

penduduk dunia. Wilayah Afrika memiliki prevalensi hipertensi tertinggi sebesar 27%. Asia Tenggara berada diposisi ke-3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% terhadap total penduduk.

Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa Provinsi Kalimantan Selatan memiliki prevalensi hipertensi tertinggi sebesar 44,13% diikuti oleh Jawa Barat sebesar 39,6%, Kalimantan Timur sebesar 39,3%. Provinsi Papua memiliki prevalensi hipertensi terendah sebesar 22,2% diikuti oleh Maluku Utara sebesar 24,65% dan Sumatera Barat sebesar 25,16% (Pangribowo, 2019)

Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%). Data Riskesdas 2018 pada penduduk usia 15 tahun keatas didapatkan data faktor risiko hipertensi seperti proporsi masyarakat yang kurang makan sayur dan buah sebesar 95,5%, proporsi kurang aktifitas fisik 35,5%, proporsi merokok 29,3%, proporsi obesitas sentral 31% dan proporsi obesitas umum 21,8%. (P2PTM Kemenkes RI, 2019)

Berdasarkan profil kesehatan Provinsi Bali tahun 2019, jumlah estimasi penderita hipertensi berusia ≥ 15 tahun keatas pada Kabupaten Jembrana sebanyak 53,027 Kabupaten Tabanan 99,360 Kabupaten Badung 103,321 Kabupaten Gianyar 84,646 Kabupaten Klungkung 39,514 Kabupaten Bangli 46,732 Kabupaten Karangasem 86.791 Kabupaten Buleleng 129.815 dan terakhir di Kota Denpasar sebanyak 177.672. Sedangkan penderita hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan di Provinsi Bali tahun 2019 di Kabupaten Jembrana 41,8%, Kabupaten Tabanan 10,4%, Kabupaten Badung 96,4%, Kabupaten Gianyar 43,3%, Kabupaten

Klungkung 61,3%, Kabupaten Bangli 31,9%, Kabupaten Karangasem 39,0%, Kabupaten Buleleng 48,7% dan Kota Denpasar 15,5% (Dinas Kesehatan Pemerintah Provinsi Bali, 2020).

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) pada 2018 menyebutkan, sebanyak 95,5% penduduk usia diatas 5 tahun masih kurang mengonsumsi sayur dan buah. Berdasarkan tabel terlihat bahwa rata-rata konsumsi buah/sayur kurang dari 5 porsi per hari masih sangat tinggi, yakni tertinggi di Provinsi Kalimantan Selatan mencapai angka 98,2% dan terendah di Provinsi Papua Barat sebesar 89,2%. (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Mengonsumsi <2 porsi buah dan/atau <3 porsi sayuran per hari didefinisikan sebagai risiko tinggi terjadinya penyakit hipertensi. Kebiasaan jarang mengonsumsi buah/sayur mengakibatkan sumber serat dari jenis buah-buahan atau sayur-sayuran akan cenderung kurang, hal ini yang dikaitkan dengan risiko tinggi kejadian hipertensi. Berbagai penelitian mengenai konsumsi buah dan sayur menunjukkan bahwa kurang konsumsi buah dan sayur dapat memicu perkembangan penyakit degeneratif seperti obesitas, diabetes, hipertensi, kanker yang biasa muncul pada masa dewasa. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan Huang (2003) terhadap 110.000 pria dan wanita selama 14 tahun menunjukkan bahwa rata-rata orang yang mengonsumsi buah dan sayur dapat menurunkan perkembangan penyakit kardiovaskular. Hal ini dapat dilihat pada orang yang konsumsi buah dan sayuran rendah (kurang dari 1,5 kali/hari) 30% lebih tinggi terkena penyakit jantung dan stroke dibandingkan dengan orang yang mengonsumsi 8 kali/hari atau lebih. (Alifariki, tt)

Berdasarkan paparan tentang hipertensi beserta masalah yang menyertainya, maka peneliti tertarik untuk mengkaji masalah keterkaitan antara konsumsi sayur dan buah dan kejadian hipertensi pada kelompok usia dewasa.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan pada bagian latar belakang, maka rumusan masalah yang dikaji dalam kajian ini adalah Bagaimanakah keterkaitan antara konsumsi sayur dan buah dan kejadian hipertensi pada kelompok usia dewasa?

C. Tujuan Kajian

1. Tujuan Umum

Mengetahui adanya hasil keterkaitan antara konsumsi sayur dan buah dan kejadian hipertensi pada kelompok usia dewasa.

2. Tujuan Khusus

- a. Menguraikan hasil kajian tentang prosentase penderita hipertensi
- b. Memaparkan hasil kajian tentang tingkat konsumsi sayur pada penderita hipertensi
- c. Memaparkan hasil kajian tentang tingkat konsumsi buah pada penderita hipertensi
- d. Memaparkan hasil kajian tentang keterkaitan antara konsumsi sayur dan kejadian hipertensi
- e. Memaparkan hasil kajian tentang keterkaitan antara konsumsi buah dan kejadian hipertensi

D. Manfaat Kajian

1. Manfaat Teoritik

Diharapkan kajian pustaka ini dapat memberikan manfaat kepada pembaca dan dapat dijadikan sebagai bahan acuan dalam penyusunan kajian selanjutnya yang berkaitan dengan hasil kajian pustaka konsumsi sayur dan buah dan kejadian hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Menambah wawasan mengenai pentingnya konsumsi sayur dan buah agar terhindar dari penyakit degenerative salah satunya yaitu hipertensi serta menambah wawasan mengenai pentingnya konsumsi sayur dan buah pada penderita hipertensi

b. Memberikan keterangan atau penjelasan langsung dan juga mendasar mengenai konsumsi sayur dan buah dan kejadian hipertensi.

c. Menunjang kegiatan dan aktivitas penelitian mengenai konsumsi sayur dan buah dan kejadian hipertensi.

d. Membantu peneliti dalam penelusuran informasi mengenai konsumsi sayur dan buah dan kejadian hipertensi.