

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia merupakan kelompok umur yang rentan terkena penyakit tidak menular (PTM). Peningkatan umur pada lansia akan menyebabkan perubahan fisiologis sehingga akan terjadi peningkatan resistensi perifer dan aktivitas simpatik yang dapat memicu peningkatan kerja jantung yang berakibat meningkatnya curah jantung. Proses penuaan mempengaruhi perubahan fisik dan mental yang mengakibatkan penurunan daya tahan tubuh sehingga mengakibatkan timbulnya berbagai macam penyakit, dan yang paling sering ditemukan pada lansia adalah penyakit hipertensi (Tamher & Noorkasiani, 2009).

Menurut *American Heart Association* atau AHA dalam Kemenkes (2018), hipertensi merupakan *silent killer* dimana gejalanya sangat bermacam-macam pada setiap individu dan hampir sama dengan penyakit lain. Secara umum, seseorang yang dikatakan mengalami hipertensi apabila tekanan darahnya lebih dari 140/90mmHg. Hipertensi adalah faktor resiko utama pada penyakit jantung koroner, gagal jantung, serta stroke (LeMone P, 2018).

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosa hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, sekitar 9,4 juta orang meninggal setiap tahun akibat hipertensi dan komplikasinya (Depkes, 2013).

Di Indonesia, prevalensi Hipertensi terus meningkat dari tahun ke tahun. Hasil Riset Kesehatan Dasar menyebutkan prevalensi Hipertensi pada tahun 2018 sebesar 34.1% dibandingkan dengan tahun 2013 yaitu sebesar 25.8% (Kemenkes, 2018). Pada kelompok umur lansia hipertensi menempati urutan pertama sebagai penyakit tidak menular yang dialami yaitu sejumlah 57,6% selanjutnya diikuti artritis 51,9%, stroke 46,1%, masalah gigi dan mulut 19,1%, penyakit paru obstruktif menahun 8,6% dan diabetes mellitus 4,8% sebagai akibat dari proses degeneratif (penuaan) (Kemenkes, 2013). Berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk di Bali, prevalensi hipertensi yang terjadi yaitu sebesar 29,7% (Riskesdas, 2018). Sedangkan, berdasarkan data laporan Provinsi Bali (Riskesdas, 2018), di Kabupaten Karangasem prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk umur 65-74 tahun yaitu sebesar 51,85%.

Hipertensi merupakan masalah yang bersifat multifaktor. Berdasarkan data Riskesdas (2018), Faktor penyebab terjadinya hipertensi adalah umur, jenis kelamin, riwayat keluarga, genetik (faktor resiko yang tidak dapat diubah/dikontrol), kebiasaan merokok, obesitas, kurang aktivitas fisik, stress, penggunaan estrogen dan salah satunya yang dapat menyebabkan terjadinya hipertensi adalah pola konsumsi garam dengan intake berlebihan. Menurut Depkes RI & Devi Dewi (2014), di Indonesia konsumsi garam atau banyaknya kandungan natrium dalam makanan yang dikonsumsi oleh masyarakat merupakan salah satu penyebab hipertensi. Asupan natrium yang tinggi akan menyebabkan pengeluaran berlebihan dari hormon natrioretik yang secara tidak langsung akan meningkatkan tekanan darah.

Studi meta-analisis menunjukkan, tekanan darah sistol dapat turun sebesar 4 mmHg dan tekanan darah diastol dapat turun sebesar 2,5 mmHg setelah mengasup natrium sebesar 50 mmol. Menurut Ady and dan Sri Sumarmi (2019), Natrium merupakan salah satu elektrolit yang berupa garam anorganik. Elektrolit memiliki peran cukup penting terhadap metabolisme tubuh. Natrium menyebabkan tubuh menahan air dengan tingkat melebihi ambang batas normal tubuh, sehingga dapat meningkatkan volume darah dan menyebabkan tekanan darah meningkat. Berdasarkan hasil penelitian terdapat korelasi positif yang bermakna antara asupan natrium dengan tekanan darah sistol dan diastol (Abdurrachim, Hariyawati and Suryani, 2017).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Adriaansz dkk (2016), menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara konsumsi makanan asin dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Ranomuut Kota Manado dengan nilai $p= 0,000$. Berdasarkan hasil penelitian, konsumsi makanan tinggi natrium dapat mempengaruhi kenaikan tekanan darah. Peningkatan tekanan darah akibat mengkonsumsi terlalu banyak garam atau natrium secara terus menerus dapat berakibat fatal untuk arteri (*Blood Pressure UK*, 2008).

Selain Pola konsumsi natrium, faktor lain pemicu hipertensi adalah tingkat stres. Stres merupakan faktor yang paling mempengaruhi tekanan darah pada lansia, hal tersebut terjadi karena lanjut usia akan mengalami perubahan yang bersifat normal dari fisik dan mental, penurunan fungsi biologis pada lansia dari aspek kehidupan yang saling berhubungan seperti perubahan fisik, perubahan psikologis dan sosial apabila tidak dapat dilalui dengan baik akan menghambat aktivitas

sehari-hari yang akan menyebabkan stressor hingga mengakibatkan stress (Moradi, Z., 2015).

Dalam penelitian Bin Mohd Arifin, Muhammad.(2016), menjelaskan juga bahwa stres merupakan faktor resiko terjadinya hipertensi pada kelompok lanjut usia, yakni lansia yang mengalami stres mempunyai risiko untuk menderita hipertensi 2.043 kali lebih besar dibandingkan dengan lansia yang tidak mengalami stres. Ketika memasuki usia lansia akan memiliki kecenderungan untuk mengalami depresi dan stres. Hal tersebut dapat disebabkan oleh status pekerjaan dan pendapatan rendah sehingga kurang mendapatkan pengobatan yang baik ketika seseorang menderita hipertensi (Rumahorbo dkk., 2020).

Puskesmas Bebandem merupakan salah satu fasilitas pelayanan kesehatan yang memberikan layanan kesehatan bagi masyarakat di wilayah Puskesmas Bebandem, diantaranya adalah pasien hipertensi. Berdasarkan data sepuluh penyakit terbanyak di Puskesmas Bebandem tahun 2020, kejadian hipertensi menduduki peringkat ketiga setelah nasopharyngitis akut dan arthritis dengan jumlah penderita 1.201 orang. Dilihat dari jumlah kunjungan tersebut menunjukkan bahwa kejadian hipertensi masih cukup tinggi di Puskesmas Bebandem. Banyak lansia penderita hipertensi yang tercatat di Puskesmas Bebandem tahun 2020 yaitu 381 orang, dimana penderita lebih banyak terdapat pada rentang usia 60- 69 tahun dibandingkan usia >70 tahun.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti “Hubungan Tingkat Konsumsi Natrium dan Tingkat Stres dengan Tekanan Darah Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Bebandem, Kabupaten Karangasem.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan dirumuskan masalah penelitian yaitu apakah ada hubungan tingkat konsumsi natrium dan tingkat stres dengan tekanan darah lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Bebandem, Kabupaten Karangasem?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat konsumsi natrium dan tingkat stres dengan tekanan darah lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Bebandem, Kabupaten Karangasem.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk menilai tingkat konsumsi natrium lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Bebandem, Kabupaten Karangasem.
- b. Untuk menilai tingkat stres lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Bebandem, Kabupaten Karangasem.
- c. Untuk menilai tekanan darah lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Bebandem, Kabupaten Karangasem.
- d. Untuk menganalisis hubungan tingkat konsumsi natrium dengan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.
- e. Untuk menganalisis hubungan tingkat stres dengan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk memberi informasi yang benar tentang hubungan konsumsi natrium dan tingkat stres lansia penderita hipertensi serta masukan dalam rangka meningkatkan upaya-upaya pencegahan tekanan darah tinggi khususnya di wilayah kerja Puskesmas Bebandem.

2. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan meningkatkan ilmu pengetahuan peneliti lainnya dan sebagai saran dalam menerapkan teori yang telah diperoleh.
- b. Dapat digunakan sebagai wacana ilmiah dan acuan untuk melaksanakan penelitian-penelitian lebih lanjut, khususnya menyangkut dengan tingkat konsumsi natrium dan tingkat stres.