

# BAB I

## PENDAHULUAN

Pada bab ini akan dibahas mengenai latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, pertanyaan penelitian dan manfaat penelitian.

### 1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan suatu penyakit pada sistem kardiovaskular yang sering disebut dengan penyakit tekanan darah tinggi. Hipertensi merupakan keadaan dimana tekanan darah di atas nilai normal, dengan klasifikasi hipertensi menurut *American Heart Association* (2017) disebut hipertensi jika tekanan sistolik diatas 130 mmHg atau diastolik diatas 80 mmHg. Menurut Kementerian Kesehatan tahun 2017 hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang. Hipertensi juga dikenal sebagai “*silent killer*” karena penyakit ini sering tidak menampakkan gejala dan biasanya gejala yang ada ditandai dengan kerusakan pembuluh darah pada sistem organ tertentu (Smeltzer, Bare, Hinkle, & Cheever, 2010). Hipertensi merupakan penyakit yang memiliki banyak faktor penyebab, antara lain makanan yang tidak sehat, kegemukan, keadaan stres, aktivitas fisik yang kurang, konsumsi kopi, kebiasaan merokok dan kebiasaan minum alkohol (Sartik, 2017).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2015 sekitar 1,13 miliar orang di dunia mengalami penyakit hipertensi, artinya satu dari tiga orang di dunia

terdiagnosis hipertensi dan 2/3 diantaranya berada di negara berkembang yang berpenghasilan rendah sampai sedang. Hipertensi telah mengakibatkan kematian sekitar 8 juta orang setiap tahun, dan 1,5 juta kematian terjadi di Asia Tenggara yang 1/3 populasinya menderita Hipertensi. Berdasarkan data, jumlah penderita hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang di dunia yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI, 2019).

Kejadian hipertensi di Indonesia pada tahun 2013 sebesar 25,8%, namun hanya 1/3 dari jumlah tersebut yang terdiagnosis hipertensi dan hanya 0,7% orang yang terdiagnosis tekanan darah tinggi mengonsumsi obat hipertensi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi tidak menyadari bahwa mereka menderita hipertensi ataupun mendapatkan pengobatan (Kemenkes RI, 2017). Pada tahun 2018 prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk umur 18 tahun ke atas sebesar 34,1%. Hipertensi yang terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun sebanyak 31,6%, umur 45-54 tahun sebanyak 45,3%, dan umur 55-64 tahun sebanyak 55,2% (Kemenkes, 2019).

Prevalensi yang tinggi dan cenderung meningkat, dapat mengakibatkan meningkatnya prevalensi penyakit seperti stroke, gagal ginjal, kecacatan permanen dan kematian mendadak jika tidak ada perilaku mengontrol tekanan darah. Peningkatan prevalensi hipertensi ini dikaitkan dengan pertumbuhan penduduk, penuaan, dan faktor risiko perilaku, seperti kurang aktivitas fisik, pola makan yang tidak sehat, berat badan berlebih, penggunaan alkohol, dan stres yang

terus menerus (WHO, 2013). Prevalensi hipertensi yang tinggi dapat di kontrol dengan mengubah gaya hidup yang meliputi perubahan diet, pembatasan asupan garam pada makanan, penurunan berat badan, beraktivitas fisik misalnya dengan berolahraga, pembatasan penggunaan alkohol dan rokok, pembatasan kafein, mengurangi stres, melakukan teknik relaksasi, suplementasi kalium, dan intervensi farmakologi (Black & Hawks, 2014; LeMone, Burke, & Bauldoff, 2013). Akan tetapi banyak penderita hipertensi yang tidak melakukan perubahan pola hidup dikarenakan kurangnya pengetahuan tentang gaya hidup sehat. Dengan bertambahnya tingkat pengetahuan seseorang maka perilaku pencegahan dan pengontrolan hipertensi akan semakin baik (Mardhatillah, 2015).

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa modifikasi gaya hidup penting untuk mengontrol hipertensi. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Suoth, Bidjuni, & Malara (2014) diperoleh bahwa gaya hidup meliputi aktivitas fisik, stres, konsumsi makanan asin memengaruhi terjadinya penyakit hipertensi. Penelitian yang dilakukan oleh Mahmuda, Maryusman, Arini, & Malkan (2015) diperoleh kesimpulan bahwa gaya hidup meliputi aktivitas fisik, asupan lemak, dan asupan natrium juga berhubungan dengan kejadian hipertensi.

Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Banten tahun 2016, jumlah penduduk yang mengalami hipertensi tercatat sebanyak 1.705.025 penduduk atau 30,23 %, dengan persentase hipertensi tertinggi adalah Kabupaten Tangerang yaitu 52,67%, sedangkan persentase terendah adalah Kabupaten/Kota Cilegon yaitu 5,62%. Survei pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Binong, diperoleh jumlah masyarakat Binong yang teridentifikasi memiliki hipertensi pada tahun 2019

sebanyak 6.806 penduduk dengan persentase 51,04%. Sementara jumlah kunjungan pasien dengan hipertensi di Puskesmas Binong pada tahun 2019 sebanyak 6.227 dari 11.290 total kunjungan atau dengan presentase 55,15%.

Berdasarkan pengkajian keluarga yang dilakukan peneliti pada tahun 2019 di Kelurahan Binong terhadap enam keluarga, dari 14 orang yang dilakukan pengukuran tekanan darah diperoleh lima orang yang memiliki tekanan darah diatas 130/80 mmHg. Ditemukan juga perilaku merokok sedikitnya satu orang disetiap keluarga yang mengonsumsi rokok. Aktivitas fisik seperti berolahraga jarang dilakukan karena alasan tidak memiliki waktu dan sibuk bekerja, dari 14 orang yang dikaji hanya tiga orang yang rutin melakukan senam setiap minggunya di sekolah. Pola makan dari keenam keluarga tiga kali dalam sehari, dengan makanan yang paling sering dikonsumsi oleh semua keluarga yaitu ikan asin, tempe, tahu, keripik, gorengan dan mie instan. Berdasarkan latar belakang dan fenomena yang terjadi, maka peneliti melakukan penelitian mengenai gambaran perilaku penderita hipertensi dalam upaya mencegah kekambuhan penyakit hipertensi di wilayah binaan Puskesmas Binong.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Data yang diperoleh dari Puskesmas Binong, jumlah masyarakat Binong yang teridentifikasi memiliki hipertensi pada tahun 2019 sebanyak sebanyak 6.806 penduduk dengan persentase 51,04%. Sementara jumlah kunjungan pasien dengan hipertensi di Puskesmas Binong pada tahun 2019 sebanyak 6.227 dari 11.290 total kunjungan atau dengan persentase 55,15%. Pengkajian yang dilakukan peneliti

terhadap enam keluarga di Kelurahan Binong diperoleh setiap keluarga memiliki anggota keluarga yang merokok, keluarga jarang melakukan olahraga dan masih sering mengonsumsi makanan yang mengandung garam. Berdasarkan fenomena tersebut peneliti ingin meneliti mengenai gambaran perilaku penderita hipertensi dalam upaya mengontrol penyakit hipertensi di wilayah binaan Puskesmas Binong.

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui gambaran perilaku penderita hipertensi dalam upaya mengontrol penyakit hipertensi di wilayah binaan Puskesmas Binong.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- 1) Mengidentifikasi gambaran perilaku berolahraga pada pasien hipertensi di wilayah binaan Puskesmas Binong.
- 2) Mengidentifikasi gambaran perilaku mengonsumsi makanan yang mengandung garam pada pasien hipertensi di wilayah binaan Puskesmas Binong.
- 3) Mengidentifikasi gambaran perilaku merokok pada pasien hipertensi di wilayah binaan Puskesmas Binong.
- 4) Mengidentifikasi gambaran perilaku mengonsumsi minuman beralkohol pada pasien hipertensi di wilayah binaan Puskesmas Binong.

- 5) Mengidentifikasi gambaran perilaku mengontrol stres pada pasien hipertensi di wilayah binaan Puskesmas Binong.
- 6) Mengidentifikasi gambaran perilaku mengontrol berat badan ideal pada pasien hipertensi di wilayah binaan Puskesmas Binong.

#### **1.4 Pertanyaan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan sebelumnya, maka didapatkan pertanyaan penelitian yaitu bagaimana gambaran perilaku penderita hipertensi dalam upaya mengontrol penyakit hipertensi di wilayah binaan Puskesmas Binong?

#### **1.5 Manfaat Penelitian**

##### **1.5.1 Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi Puskesmas dalam melakukan pengumpulan data dan melakukan pengontrolan pada masyarakat yang mengalami hipertensi di wilayah binaan Puskesmas Binong melalui edukasi dan penyuluhan sehingga penderita hipertensi dapat mencegah kekambuhan penyakit hipertensi.

##### **1.5.2 Manfaat Bagi Peneliti**

Melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi serta membantu mahasiswa dalam pembelajaran dalam mengetahui gambaran perilaku penderita

hipertensi dalam upaya mencegah kekambuhan penyakit hipertensi di wilayah binaan Puskesmas Binong.

### **1.5.3 Manfaat bagi Peneliti Selanjutnya**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya dalam mengembangkan penelitiannya dengan tema yang sama tetapi dengan variabel yang berbeda, diantaranya faktor risiko hipertensi, pengetahuan, sikap penderita hipertensi, dan variabel lainnya.

