

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Penyakit kronis tidak menular merupakan beban kesehatan terbesar di negara berpenghasilan rendah dan menengah salah satunya Indonesia, dan menjadi penyebab kematian di Indonesia seperti stroke, penyakit jantung iskemik dan diabetes mellitus. Salah satu faktor risiko penyakit kronis tidak menular adalah hipertensi (Peltzer & Pengpid, 2018).

Hipertensi adalah saat tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg dan tekanan diastolik  $\geq 90$  mmHg yang dapat menyebabkan kematian, yang disebut dengan *silent killer* karena tanda dan gejalanya sering kali tidak terlihat dan kebanyakan orang tidak menyadari bahwa mereka terkena hipertensi sebelum mereka memeriksa tekanan darahnya dan sudah terkena komplikasi. Kondisi hipertensi dapat dicegah karena berkaitan dengan gaya hidup yang tidak sehat (Salem, 2018; Peltzer & Pengpid, 2018; WHO, 2019). Penyebab hipertensi dikategorikan menjadi dua yaitu hipertensi primer dan hipertensi sekunder, hipertensi primer terdiri dari dua kategori yaitu faktor risiko hipertensi yang dapat diubah dan tidak dapat diubah, saat ini hipertensi primer mencapai 90% (Infodatin, 2016).

Hipertensi dikenal sebagai masalah kesehatan utama di dunia dan di Indonesia karena hipertensi menjadi salah satu faktor risiko penyakit tidak menular (WHO, 2015). *World Health Organization (WHO)* menyatakan sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi artinya satu dari tiga orang di dunia terdiagnosis

hipertensi. Penderita hipertensi meningkat setiap tahunnya, pada tahun 2025 diperkirakan 1,5 miliar orang di dunia terkena hipertensi dan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal karena hipertensi dan komplikasinya (dikutip dalam Kemenkes, 2019).

Prevalensi hipertensi di Asia yang meliputi Malaysia tahun 2011 43,5%, Myanmar tahun 2009 30,1%, Thailand tahun 2008 22% (Peltzer & Pengpid, 2018). Indonesia menduduki peringkat ke lima dalam kejadian hipertensi di kawasan Asia Tenggara yaitu sekitar 15 % dari jumlah penduduk. Peningkatan angka kejadian hipertensi bukan hanya pada lansia saja tapi juga pada usia muda (Susilo & Wulandari, dikutip dalam Firmansyah, Lukman, & Mambang Sari, 2017, hal. 198). Kemenkes (2018) menyatakan prevalensi hipertensi tahun 2018 pada usia remaja akhir (18 - 24 tahun) mengalami peningkatan yang signifikan menjadi 44,1% dari 25,8% pada tahun 2013. Prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 2013 yaitu Bangka Belitung (30,0%), Kalimantan Selatan (29,6%), Jawa Barat (29,4%), DKI Jakarta (20,00%) dan provinsi Banten (23,0%) (Kemenkes, 2013). Dinas Kesehatan Kota Tangerang (2015) didapatkan prevalensi hipertensi pada usia 18 tahun keatas tahun 2015 berkisar 2,74% di kota Tangerang.

Kemenkes (2019) menyatakan peningkatan prevalensi hipertensi pada usia muda berkaitan dengan gaya hidup yang tidak sehat dan penelitian tentang hipertensi pada usia muda masih sangat jarang sehingga tindakan pencegahan hipertensi sejak dini tidak dilakukan. Hasil observasi dan wawancara sederhana yang telah dilakukan peneliti pada 40 mahasiswa Fakultas Keperawatan di satu Universitas Swasta di Indonesia Barat menunjukkan bahwa 39 dari 40 mahasiswa yang

diwawancarai memiliki faktor risiko hipertensi berdasarkan faktor risiko hipertensi yang dapat diubah yaitu gaya hidup yang tidak sehat berkaitan dengan aktivitas fisik yang kurang (Wawancara & Observasi, 15 November 2019). Sapitri et al, (2016) menyatakan individu yang memiliki aktivitas fisik yang ringan seperti duduk saat bekerja atau kuliah, dirumah, saat bepergian di kendaraan, penggunaan lift, menonton televisi/youtube, melukis, pekerjaan rumah tangga yang ringan seperti mencuci piring, memasak, menjahit, bermain laptop/*hand phone* atau berbaring akan berisiko terkena hipertensi hingga 13,47 kali dibandingkan individu yang memiliki aktivitas fisik berat.

Hasil wawancara 39 dari 40 mahasiswa yang diwawancarai mengatakan lebih baik memanfaatkan waktu luang untuk tidur, kerja tugas, bermain *handphone* dan jalan-jalan daripada melakukan aktivitas yang berat seperti olahraga. Hasil observasi aktivitas fisik harian mahasiswa Fakultas Keperawatan di satu Universitas Swasta di Indonesia Barat adalah bangun pagi dan pergi kuliah naik turun lift. Pagi hingga sore merupakan jadwal kuliah mahasiswa, saat ada waktu di luar perkuliahan mahasiswa memanfaatkannya untuk beristirahat atau mengerjakan tugas (Wawancara & Observasi, 15 November 2019).

Prihatini, Permaesih dan Julianti (2015) menyatakan saat ini masyarakat Indonesia lebih memilih pola konsumsi makanan cepat saji daripada pola konsumsi makanan gizi seimbang. Makanan cepat saji memiliki kandungan gizi yang tidak seimbang dimana mengandung lebih tinggi kalori, lemak, gula dan natrium tetapi rendah serat. Rata-rata konsumsi natrium masyarakat Indonesia usia diatas lima tahun sudah diatas 2000 mg/orang/hari atau melebihi batas yang ditetapkan oleh

Permenkes no 41 tahun 2014. Masyarakat Indonesia yang mengkonsumsi natrium >2000 mg setiap hari paling tinggi pada kelompok usia remaja (12-16 tahun) dan usia remaja akhir (17-25 tahun) yaitu 55,7% dibandingkan dengan kelompok umur lainnya. Rachmawati (2013) menyatakan orang yang sering konsumsi makanan tinggi natrium memiliki risiko terkena hipertensi sebesar 6,751 kali. Hasil wawancara 37 dari 40 mahasiswa yang diwawancarai memiliki faktor risiko hipertensi berdasarkan suka konsumsi makanan tinggi natrium, dimana 37 dari 40 mahasiswa yang diwawancarai sering konsumsi makanan sumber natrium seperti makanan cepat saji, makanan ringan, es krim dan minuman bersoda (Wawancara & Observasi, 15 November 2019).

Sapitri, Suyanto, dan Butar-Butar (2016) menyatakan individu yang memiliki keluarga dengan riwayat hipertensi memiliki risiko terkena hipertensi dua hingga lima kali lipat, dan Individu yang memiliki riwayat stress berisiko 0,16 kali lipat terkena hipertensi. Hasil wawancara 31 dari 40 mahasiswa yang diwawancarai memiliki faktor risiko hipertensi berdasarkan riwayat keluarga yang terkena hipertensi dan 34 dari 40 mahasiswa yang diwawancarai memiliki faktor risiko hipertensi berdasarkan riwayat stress, 34 dari 40 mahasiswa yang diwawancarai mudah stress karena tuntutan akademis, kehidupan berasrama, dan stressor lainnya (Wawancara & Observasi, 15 November 2019). Melalui pengukuran tekanan darah didapatkan hasil ada 16 dari 40 mahasiswa keperawatan yang diwawancarai terkena hipertensi, dengan nilai tekanan darah 130/90 mmHg dan 140/100 mmHg (Wawancara & Observasi, 15 November 2019). Berdasarkan fenomena dan uraian diatas maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang

“Gambaran Faktor Risiko Hipertensi Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan di satu Universitas Swasta di Indonesia Barat”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Hipertensi dikenal dengan *silent killer* dimana terdapat 90% kasus hipertensi primer dengan faktor risiko yang belum dapat diidentifikasi secara pasti (idiopatik) dan memiliki dua kategori yaitu faktor risiko yang dapat diubah dan faktor risiko yang tidak dapat diubah (Infodatin, 2016). Kemenkes (2018) menyatakan prevalensi hipertensi tahun 2018 pada usia remaja akhir (18 - 24 tahun) mengalami peningkatan yang signifikan menjadi 44,1% dari 25,8% pada tahun 2013. Kemenkes (2019) menyatakan peningkatan prevalensi hipertensi usia muda berkaitan dengan gaya hidup yang tidak sehat serta penelitian tentang hipertensi pada usia muda masih sangat jarang sehingga tindakan pencegahan hipertensi sejak dini tidak dilakukan. Hasil observasi dan wawancara sederhana yang dilakukan peneliti pada 40 mahasiswa Fakultas Keperawatan di satu Universitas Swasta di Indonesia Barat 39 dari 40 mahasiswa yang diwawancarai memiliki faktor risiko hipertensi berdasarkan faktor risiko hipertensi yang dapat diubah yaitu gaya hidup yang tidak sehat berkaitan dengan aktivitas fisik yang ringan. Hasil wawancara didapatkan bahwa 37 dari 40 mahasiswa yang diwawancarai memiliki faktor risiko hipertensi berdasarkan suka konsumsi makanan tinggi natrium, dimana 37 dari 40 mahasiswa yang diwawancarai sering konsumsi makanan tinggi natrium seperti makanan cepat saji, makanan ringan, es krim dan minuman bersoda. Hasil wawancara didapatkan bahwa 31 dari 40 mahasiswa yang diwawancarai memiliki faktor risiko hipertensi berdasarkan riwayat keluarga

yang terkena hipertensi dan 34 dari 40 mahasiswa yang diwawancarai memiliki faktor risiko hipertensi berdasarkan riwayat stress, 34 dari 40 mahasiswa yang diwawancarai mudah stress karena tuntutan akademis, kehidupan berasrama, dan stressor lainnya (Wawancara & Observasi, 15 November 2019). Melalui pengukuran tekanan darah, 16 dari 40 mahasiswa keperawatan yang diwawancarai terkena hipertensi dengan nilai tekanan darah 130/90 mmHg dan 140/100 mmHg. Oleh sebab itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Gambaran Faktor Risiko Hipertensi Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan di satu Universitas Swasta di Indonesia Barat.

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui gambaran faktor risiko hipertensi pada mahasiswa Fakultas Keperawatan di satu Universitas Swasta di Indonesia Barat.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- 1) Mengetahui gambaran faktor risiko hipertensi yang dapat diubah yaitu stress, konsumsi makanan tinggi natrium, aktivitas fisik, dan obesitas pada responden.
- 2) Mengetahui gambaran faktor risiko hipertensi yang tidak dapat diubah yaitu jenis kelamin dan riwayat keluarga pada responden.

#### **1.4 Pertanyaan Penelitian**

1) Bagaimana gambaran faktor risiko hipertensi yang dapat diubah yaitu stress, konsumsi makanan tinggi natrium, aktivitas fisik, dan obesitas pada mahasiswa Fakultas Keperawatan di satu Universitas Swasta di Indonesia Barat.

2) Bagaimana gambaran faktor risiko hipertensi yang tidak dapat diubah yaitu jenis kelamin dan riwayat keluarga pada mahasiswa Fakultas Keperawatan di satu Universitas Swasta di Indonesia Barat.

#### **1.5 Manfaat Penelitian**

##### **1.5.1 Manfaat teoritis**

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi dan referensi dalam pengembangan pembelajaran dalam bidang pendidikan ilmu keperawatan di Indonesia.

##### **1.5.2 Manfaat Praktis**

1) Bagi instansi pendidikan

Hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan referensi dalam pengembangan pengetahuan mengenai faktor-faktor risiko hipertensi dalam meningkatkan kualitas pendidikan bagi mahasiswa keperawatan serta meningkatkan pengetahuan dan wawasan dalam bidang penelitian keperawatan.

2) Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan teori mengenai faktor risiko hipertensi dan sebagai data awal, bagi yang ingin melanjutkan penelitian ini.

### 3) Bagi responden penelitian

Menjadi sumber informasi bagi responden untuk mengenali faktor risiko hipertensi dan meningkatkan kesadaran terhadap penyakit hipertensi dalam melakukan tindakan pencegahan, melalui intervensi promotif dan preventif oleh instansi pendidikan dalam bentuk pendidikan kesehatan tentang pentingnya penerapan gaya hidup sehat dan pemeriksaan tekanan darah secara teratur sebagai upaya untuk mengurangi faktor risiko terjadinya hipertensi.

