

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah meningkat diatas normal, sering disebut dengan tekanan darah tinggi. Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik 140 mmHg atau lebih dan tekanan darah diastolik lebih besar dari 90 mmHg. Hipertensi merupakan silent killer di mana gejala dapat bervariasi seperti sakit kepala, jantung berdebar-debar, mudah lelah, penglihatan kabur, telinga berdenging, dan lainnya (Kemenkes RI, 2020). Kejadian hipertensi ini juga salah satu penyakit tidak menular yang sering ditemukan ditengah masyarakat yang menyebabkan kesakitan yang tinggi yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat hingga ke jaringan tubuh dan merupakan suatu keadaan tanpa gejala, dimana tekanan yang abnormal tinggi di dalam arteri menyebabkan meningkatnya risiko terhadap stroke, aneurisma, gagal jantung, serangan jantung dan kerusakan (Aisyiah Nur Farida, 2020). Saat ini hipertensi sudah menjadi masalah global karena prevalensinya yang terus meningkat dari tahun ke tahun ( Abdi Iawahyudi & Widya Rahmadi, 2020).

Berdasarkan (WHO) *World Healt Organization* tahun 2020, kesehatan masyarakat global mempengaruhi 1 miliar orang di seluruh dunia dan lebih dari 10 juta kematian per tahun. Prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia (Lu, 2020). Dimana dua pertiga kasus berada di negara penghasilan menengah ke bawah. Prevalensi kejadian hipertensi

tertinggi berada di benua Afrika 27% dan terendah di benua Amerika 18%, sedangkan di Asia tenggara berada diposisi ke-3 tertinggi dengan prevalensi kejadian hipertensi sebesar 25% (Cheng et al, 2020). Jumlah ini akan terus meningkat setiap tahunnya dan pada tahun 2025 di perkirakan akan mencapai 1,5 milyar kasus, serta angka kematian akibat hipertensi dan komplikasinya di perkirakan dapat mencapai 9,4 juta orang di setiap tahunnya (Azam, 2020).

Di Negara berkembang termasuk Negara Indonesia, Jumlah kasus penyakit hipertensi berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 31,4% dengan perkiraan hasil kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309,620 orang, dengan angka kematian 427.218. Prevalensi hipertensi terjadi pada usia >18 tahun. Sebesar 31,6% pada kelompok umur 31-44 tahun, 45,3% pada kelompok usia 34-56 tahun, dan 55,2% terjadi pada kelompok umur 55-64 tahun (Kemenkes RI, 2018). Provinsi Sumatera barat tahun 2020-2021 jumlah kasus hipertensi tahun 2020 sebanyak 252.983 orang dan tahun 2021 sebanyak 1.757.635 orang. Sedangkan pada tahun 2020 kejadian hipertensi di Provinsi Sumatera Barat kota Padang, sebanyak 156.870 orang ( Profil dinas kesehatan sumbar, 2020). Kejadian hipertensi urutan kedua di Puskesmas Andalas Padang tahun 2023 sebanyak 5.330 orang dan pada tahun 2024 berjumlah 1.065 orang . Insiden hipertensi meningkat seiring bertambahnya umur. Individu dengan riwayat keluarga hipertensi mempunyai risiko dua kali lebih besar untuk menderita hipertensi dari pada orang yang tidak mempunyai keluarga dengan riwayat hipertensi (Situmorang, 2020).

Hipertensi terjadi karena adanya berbagai faktor, faktor hipertensi ada 2 yaitu faktor resiko yang dapat di ubah dan tidak dapat di ubah. Contoh faktor yang tidak dapat di ubah antara lain umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan, faktor keturunan, riwayat keluarga. Sedangkan faktor yang dapat di ubah yaitu kebiasaan merokok, pola makan seperti konsumsi garam berlebihan, konsumsi lemak berlebihan, pola gaya hidup, aktivitas fisik dan konsumsi alkohol secara berlebihan (Susan, 2020).

Pola makan merupakan salah satu faktor resiko utama yang dapat dimodifikasi dalam penyakit hipertensi. Pola makan yang tinggi akan daging merah dan olahan makanan cepat saji, makanan berlemak dan makanan penutup yang manis dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah. Namun pola diet kaya akan sayuran, dan biji-bijian utuh, buah-buahan, daging tanpa lemak, terbukti berhubungan dengan penurunan tekanan darah (Firdaus dan Suryaningrat, 2020). Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah hipertensi antara lain dengan melakukan pengaturan pola makan seperti diet rendah garam karena dapat dilihat dari tingkat konsumsi natrium yang berlebihan (Sistikawati, dkk, 2021). Konsumsi makanan yang mengandung garam (natrium) dapat menyebabkan peningkatan natrium dalam darah untuk menormalkannya, kembali cairan intraseluler harus ditarik keluar sehingga volume cairan ekstraseluler meningkat, hal ini menyebabkan meningkatnya volume darah, sehingga berdampak pada timbulnya hipertensi (Riskesdas, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian oleh Choirun (2021) tentang hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi menunjukkan sebagian besar responden 70%

mempunyai pola makan yang buruk dan 30% responden mempunyai pola makan yang baik, dari hasil penelitian tersebut didapatkan nilai  $p\text{-value} > 0.05$ . Sehingga ada hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi. Berdasarkan hasil penelitian oleh Tiyas (2020) tentang hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi di RSUD Kota Yogyakarta terdapat pasien hipertensi yang diketahui sering mengonsumsi yang mengandung garam 7,1% responden dan mengonsumsi yang mengandung lemak 8,3% responden, dari hasil penelitian tersebut didapatkan  $p\text{-value} 0,002$ . Sehingga adanya hubungan pola makan yang buruk dengan kejadian hipertensi.

Merokok adalah salah satu faktor yang dapat menyebabkan hipertensi, karena rokok mengandung zat nikotin dan karbon monoksida yang ketika dihisap zat tersebut masuk ke aliran darah dan dapat merusak pembuluh darah yang dapat menyebabkan aterosklerosis sehingga pembuluh darah menyempit menyebabkan tekanan dalam arteri meningkat. Zat lainnya yang terdapat dalam rokok yaitu karbonmonoksida, yang jika terhisap mengalir ke darah dan menggantikan ikatan oksigen, sehingga jantung bekerja lebih keras lagi karena kebutuhan oksigen yang kurang. Hal ini mengakibatkan tingginya tekanan darah dalam tubuh (Furqani, et al, 2020).

Kebiasaan merokok juga bukan hanya ditunjukkan bagi para perokok (perokok aktif) tetapi juga bagi orang-orang yang bukan perokok yang menghirup asap rokok tersebut (RKD,2020). Kebiasaan merokok juga dapat menyebabkan hipertensi akibat zat-zat kimia yang terkandung di dalam tembakau yang dapat merusak lapisan dalam dinding arteri, Hal ini terutama disebabkan oleh nikotin yang dapat merangsang saraf simpatis sehingga

memicu kerja jantung lebih keras dan menyebabkan penyempitan pembuluh darah, serta peran karbonmonoksida yang dapat menggantikan oksigen dalam darah dan memaksa jantung memenuhi kebutuhan oksigen tubuh. Zaman sekarang, rokok bukanlah hal yang tabu bagi seluruh orang. Perilaku merokok sudah sangat membudaya di kalangan masyarakat dunia, di dalam rokok bersifat adiktif yang artinya dapat menyebabkan ketergantungan, dan bila sudah ketergantungan maka orang akan secara terus-menerus menghisap rokok. Perilaku merokok bila dilakukan secara terus-menerus maka akan menimbulkan berbagai penyakit, salah satunya adalah Hipertensi.

Puskesmas Andalas adalah puskesmas yang terletak di Jl. Andalas raya Kecamatan Padang Timur meliputi kelurahan sawahan dalam. Hasil survei awal yang dilakukan peneliti di Puskesmas pada tanggal 15 bulan maret 2024 dari 10 penyakit terbanyak di Puskesmas Andalas tahun 2022 hipertensi berada di tingkat kedua dengan jumlah 6303 dan tahun 2023 sebanyak 5.330 orang dan pada tahun 2024 berjumlah 1.065 orang. Berdasarkan hasil wawancara responden dengan kejadian hipertensi terdapat 20 responden yang memiliki pola makan baik dan pola makan tidak baik. 10 responden ada yang mengkonsumsi makanan yang tidak baik, bersumber lemak, dan makanan cepat saji, seperti susu fulcream, keju, santan, sofdrink dan gorengan, yang merusak pembuluh darah arteri, dan 10 responden yang pola makannya baik lebih mengkonsumsi sumber karbohidrat, protein, dan sumber serat. Memiliki kebiasaan merokok ada 10 responden, yang lebih dari tujuh batang sehari, ada yang merokok disaat cuaca dingin saja, dan ada juga yang merokok dikala mulut terasa asam. Hal ini yang menyebabkan tekanan darah tinggi.

Berdasarkan masalah diatas, yang dilakukan pada bulan maret tahun 2024 maka peneliti tertarik mengambil judul “Hubungan pola makan dan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi” di Puskesmas Andalas padang Tahun 2024.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah ada “Hubungan pola makan dan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi” di Puskesmas Andalas Padang ?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui “Hubungan pola makan dan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi” di Puskesmas Andalas Padang.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketahui distribusi frekuensi kejadian hipertensi di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2024
- b. Diketahui distribusi frekuensi pola makan pada pasien hipertensi di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2024
- c. Diketahui distribusi frekuensi kebiasaan merokok pada pasien hipertensi di Puskesmas Andalas Paadang Tahun 2024
- d. Diketahui hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2024
- e. Diketahui hubungan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2024

## **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat dari penelitian ini adalah :

### 1. Teoritis

#### a. Bagi Peneliti

Mengaplikasikan ilmu yang telah di dapatkan dari bangku perkuliahan, menambah pengetahuan, serta pengalaman peneliti dalam melakukan penelitian di bidang keperawatan dan untuk mengetahui hubungan pola makan dan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2024.

#### b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan sebagai bahan informasi dan pengetahuan serta wawasan sehingga dapat digunakan sebagai bahan pembelajaran dalam melakukan penelitian selanjutnya mengenai hubungan pola makan dan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2024.

### 2. Praktis

#### a. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian diharapkan sebagai bahan bacaan dan data pendukung dalam hal mengembangkan potensi bagi tenaga kesehatan Program studi keperawatan Stikes Alifah Padang.

#### b. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan bagi pihak puskesmas agar meningkatkan pelayanan kesehatan khusus nya tentang pola makan dan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi.

## E. Ruang Lingkup

Penelitian ini membahas tentang Hubungan Pola Makan Dan Kebiasaan Merokok Dengan Kejadian Hipertensi Di Puskesmas Andalas Padang Tahun 2024. Variabel independen (pola makan dan kebiasaan merokok) dan variabel dependen (kejadian hipertensi). Jenis penelitian ini bersifat deskriptif analitik dengan pendekatan penelitian kuantitatif dan desain penelitian dengan metode *Cross Sectional Study*. Penelitian dilaksanakan di Puskesmas Andalas, pada tanggal 28 Agustus – 03 September 2024. Populasi pada penelitian ini adalah pasien hipertensi di Puskesmas Andalas Kota Padang yang berjumlah 158 orang. Teknik pengumpulan sampel penelitian ini yaitu *Accidental Random Sampling* menggunakan Rumus Slovin yang berjumlah 62 orang. Pengumpulan data menggunakan wawancara dan kuesioner. Analisa data menggunakan analisis univariat dan bivariat, pengolahan data menggunakan uji statistik *Chi Square* dengan metode komputerisasi.