

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia mengalami peningkatan populasi penduduk lansia yang amat pesat dari 18,96 juta jiwa pada tahun 2007 menjadi 20.54 juta jiwa di tahun 2009 dan tahun 2010 meningkat menjadi 23,9 juta jiwa. Jumlah ini menempati urutan keempat setelah China, India dan Jepang. Bahkan diprediksi pada tahun 2020 akan terjadi ledakan jumlah penduduk lansia sekitar 28,8 juta jiwa, diartikan bahwa Indonesia akan menjadi negara dengan jumlah penduduk lansia terbesar di dunia (Sukmawati, 2014). Salah satu hasil pembangunan kesehatan di Indonesia adalah meningkatnya angka harapan hidup (*life expectancy*). Semakin meningkatnya Usia Harapan Hidup penduduk (UHH), menyebabkan jumlah penduduk lansia terus meningkat dari tahun ke tahun (Agustina *et al.*, 2014).

Penduduk lansia di Indonesia pada tahun 1980 hanya 7,9 juta orang (5,45%) dari jumlah penduduk di Indonesia dengan UHH 52,2 tahun. Pada tahun 1990 terjadi peningkatan lansia mencapai angka 11,3 juta (6,29%) dari jumlah penduduk di Indonesia dengan UHH 59,8 tahun. Pada tahun tahun 2000 jumlah ini meningkat menjadi 14,4 juta orang (7,18%) dari jumlah penduduk di Indonesia dengan UHH 67,4 tahun. Pada tahun 2006 angka meningkat hingga dua kali lipat menjadi 19 juta orang (8,9%) dari jumlah penduduk di Indonesia dengan UHH 66,2 tahun dan diperkirakan tahun 2020 mencapai 28,8 juta orang (11,34%) dari jumlah penduduk di Indonesia dengan UHH 71,1 tahun (Efendi & Makhfudli, 2009). Badan Pusat Statistik, (2010) melaporkan lanjut usia di DKI pada tahun 2010 berjumlah 495.290 jiwa.

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan sebuah kondisi medis dimana orang yang tekanan darahnya meningkat diatas normal yaitu 140/90 mmHg dan dapat mengalami resiko kesakitan (*morbidity*) bahkan kematian (*mortality*). Penyakit ini sering dikatakan sebagai *the silent diseases* (Agustina *et al.*, 2014). Menurut provinsi, prevalensi hipertensi tertinggi di Kalimantan Selatan (39,6%) dan terendah di Papua Barat (20,1%). Adapun persentase penyakit hipertensi menurut umur 55-60 tahun 53,7%, 65-74 tahun yaitu 63,5% dan 75+ tahun yaitu 67,3%. DKI Jakarta yang merupakan salah satu provinsi di Indonesia memiliki

angka prevalensi hipertensi yang cukup tinggi yaitu sebesar 28,8%. (Riskesdas, 2007).

Semakin bertambah umur seseorang semakin banyak pula penyakit yang muncul dan sering diderita khususnya pada lansia atau lanjut usia (Andria, 2013). Perubahan fisik akan mempengaruhi berbagai sistem tubuh salah satunya adalah sistem kardiovaskuler. Masalah kesehatan akibat dari proses penuaan dan sering terjadi pada sistem kardiovaskuler yang merupakan proses degeneratif, diantaranya yaitu penyakit hipertensi (Lily Herlinah, 2013). Hipertensi memiliki beberapa faktor risiko tertentu, seperti faktor keturunan, usia, jenis kelamin, ras, obesitas, kurangnya aktivitas fisik, kurangnya asupan kalium, magnesium, dan kalsium, konsumsi alkohol yang berlebihan, kebiasaan minum kopi dan kejadian ini terjadi lebih banyak pada laki-laki (Atun *et al.*, 2014).

Salah satu faktor utama penyebab terjadinya hipertensi adalah aterosklerosis yang didasari konsumsi lemak berlebih. Oleh karena itu, pembatasan konsumsi lemak sebaiknya dimulai sejak dini sebelum hipertensi muncul, terutama pada orang yang mempunyai riwayat hipertensi dan pada orang menjelang usia lanjut (Malonda, *et al.*, 2012). Natrium dan kalium adalah kation utama dalam cairan ekstraseluler tubuh yang mempunyai fungsi mengatur ke-seimbangan cairan dan asam basa tubuh serta berperan dalam transmisi saraf dan kontraksi otot. Asupan yang berlebih dapat menyebabkan gangguan keseimbangan tubuh, sehingga dapat menyebabkan oedema, asites dan hipertensi (Atun *et al.*, 2014). Berdasarkan hasil penelitian Atun (2014) diperoleh bahwa Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara rasio asupan kalium natrium dengan tekanan darah. Subyek dengan rasio konsumsi kalium natrium kurang mempunyai risiko 5.8 kali terkena hipertensi dibandingkan dengan subyek yang rasio konsumsi kalium natrium baik.

Gaya hidup yang tidak sehat dengan kebiasaan merokok dapat menyebabkan gangguan kardiovaskuler pada lansia (Agustina *et al.*, 2014). Stres juga sangat erat hubungannya dengan hipertensi. Stres merupakan masalah yang memicu terjadinya hipertensi di mana hubungan antara stres dengan hipertensi diduga melalui aktivitas saraf simpatis peningkatan saraf dapat menaikkan tekanan darah secara intermiten (tidak menentu). Faktor stres seperti kurang tidur dapat memicu masalah hipertensi dan dapat turun lagi pada saat tidur. Stres tidak menyebabkan

hipertensi yang menetap, tetapi stress berat dapat menyebabkan kenaikan tekanan darah yang bersifat sementara yang sangat tinggi (Andria, 2013).

Makanan yang dimakan secara langsung atau tidak langsung berpengaruh terhadap kestabilan tekanan darah. Fenomena ini disebabkan karena perubahan gaya hidup masyarakat secara global, seperti semakin mudahnya mendapatkan makanan siap saji membuat konsumsi sayuran segar dan serat berkurang, kemudian konsumsi garam, lemak, gula, dan kalori yang terus meningkat sehingga berperan besar dalam meningkatkan angka kejadian hipertensi (Agrina, 2011). Berdasarkan hasil penelitian Argina (2011) diperoleh bahwa sebanyak 34 orang (56,7%) responden tidak patuh dalam pemenuhan diet hipertensi dan sebanyak 26 orang (43,3%) yang patuh dalam pemenuhan diet hipertensi. Hal ini yang menjadi penyebab semakin bertambahnya penderita hipertensi dan kambuhnya penyakit hipertensi pada penderita hipertensi.

Berdasarkan uraian latar belakang dapat diketahui bahwa hipertensi masih menjadi masalah utama pada lansia. Oleh karena itu perlu adanya penelitian lebih lanjut mengenai kejadian tersebut maka peneliti ingin mempelajari dan meneliti hubungan karakteristik sampel, lemak, natrium dan kalium terhadap hipertensi pada Lansia di Panti Werdha Mulia Kowani Jakarta Barat Tahun 2018.

B. Identifikasi Masalah

Angka harapan hidup penduduk Indonesia semakin meningkat sejalan meningkatnya taraf hidup manusia. Oleh karena itu, jumlah populasi lansia juga meningkat pertahunnya. Makanan yang dimakan secara langsung atau tidak langsung berpengaruh terhadap kestabilan tekanan darah. Pada umumnya untuk lansia masih memiliki pola makan yang salah. Kebanyakan lansia masih menyukai makanan-makanan yang asin dan gurih, terutama makan-makanan cepat saji yang banyak mengandung lemak jenuh serta garam dengan kadar tinggi. Asupan yang berlebih pada natrium dan kalium dapat menyebabkan gangguan keseimbangan tubuh, sehingga dapat menyebabkan oedema, asites dan hipertensi. Sementara, konsumsi lemak terutama lemak jenuh juga meningkatkan risiko aterosklerosis yang berkaitan dengan kenaikan tekanan darah.

C. Pembatasan Masalah

Faktor – faktor yang mempengaruhi hipertensi pada lansia sangat banyak karena sehingga perlu adanya pembatasan masalah di variabel independen yaitu Hubungan karakteristik sampel, asupan zat gizi (lemak, natrium, kalium) sedangkan variabel dependennya adalah Hipertensi.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, masalah yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah hubungan karakteristik sampel, asupan zat gizi terhadap hipertensi pada Lansia di Panti Werdha Mulia Koani Jakarta Barat Tahun 2018.

E. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Hubungan karakteristik sampel, asupan zat gizi terhadap Hipertensi pada Lansia di Panti Werdha Mulia Kowani Jakarta Barat Tahun 2018.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengidentifikasi usia lansia di Panti Werdha Wisma Mulia Kowani Jakarta Barat Tahun 2018.
- b. Untuk mengidentifikasi jenis kelamin lansia di Panti Werdha Wisma Mulia Kowani Jakarta Barat Tahun 2018.
- c. Untuk mengidentifikasi asupan zat gizi lansia di Panti Werdha Wisma Mulia Kowani di Jakarta Barat Tahun 2018.
- d. Untuk mengetahui hubungan usia berdasarkan kejadian hipertensi pada Lansia di Panti Werdha Wisma Mulia Kowani Jakarta Barat Tahun 2018.
- e. Untuk mengetahui hubungan jenis kelamin berdasarkan kejadian hipertensi pada lansia di Panti Werdha Wisma Mulia Kowani Jakarta Barat Tahun 2018.
- f. Untuk mengetahui hubungan asupan zat gizi berdasarkan kejadian hipertensi pada lansia di Panti Werdha Wisma Mulia Kowani Jakarta Barat Tahun 2018.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi Akademik

Manfaat bagi institusi yaitu hasil penelitian ini dapat di gunakan sebagai bahan pembejaran dalam teori tentang hipertensi.

2. Manfaat bagi Tempat Penelitian

Manfaat bagi tempat penelitian yaitu dapat di jadikan sebagai landasan dalam memberi asuhan keperawatan.

3. Manfaat bagi Peneliti

Manfaat bagi meneliti yaitu dapat menambah pengetahuan dalam mengembangkan wawasan hipertensi pada lansia

G. Keterbaruan Penelitian

Beberapa penelitian terkait mengenai Faktor Determinan yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi pada Lansia di Panti Werdha Tahun 2017.

No	Nama Peneliti	Judul	Metode	Hasil Penelitian
1	Kiki Mellisa Andria (2013)	Hubungan antara Perilaku Olahraga, Stress dan Pola Makan dengan Tingkat Hipertensi pada Lanjut Usia di Posyandu Lansia Kelurahan Gebang Putih Kecamatan Sukolilo Kota Surabaya	<i>Cross sectional</i> , melibatkan 107 subyek.	Ada hubungan antara tingkat stress dan perilaku olahraga dengan tingkat hipertensi,
2	Lily Herlinah, Wiwin Wiarsih, Ety Rekawati (2013)	Hubungan Dukungan Keluarga dengan Perilaku Lansia dalam Pengendalian Hipertensi	<i>Cross sectional study</i> , melibatkan 834 subyek.	Ada hubungan antara dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan informasi dan dukungan instrumental keluarga dengan perilaku lansia dalam pengendalian hipertensi.
3	Agrina, Sunarti Swastika Rini, Riyan Hairitama (2011)	Kepatuhan Lansia Penderita Hipertensi dalam Pemenuhan Diet Hipertensi	<i>Cross sectional</i> , melibatkan 60 subyek	Ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi

No	Nama Peneliti	Judul	Metode	Hasil Penelitian
4	Nancy Swanida Henriette Malonda, Lucia Kris Dinarti, Retno Pangastuti (2012)	Pola Makan dan Konsumsi Alkohol Sebagai Faktor Risiko Hipertensi Pada Lansia	<i>Case control study</i> , melibatkan 76 subyek	Tidak ada pengaruh yang bermakna dari pola makan bahan makanan sumber natrium, kalium, dan kalsium terhadap terjadinya hipertensi.
5	Listiyaningsih Atun, Tri Siswati, Weni Kurdanti (2014).	Asupan Sumber Natrium, Rasio Kalium Natrium, Aktivitas Fisik, dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi	Desain <i>case control</i> . melibatkan 50 subyek.	Ada hubungan bermakna asupan natrium dan kalium, dan aktivitas fisik terhadap hipertensi
6	Sri Agustina, Siska Mayang Sari, Reni Savita	Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Hipertensi Pada Lansia di Atas Umur 65 Tahun	<i>cross sectional study</i> melibatkan 87 subyek	Ada hubungan antara keturunan dengan hipertensi.

Berdasarkan keterbaruan penelitian diatas yang membedakannya adalah

1. Sampel penelitian

Sampel penelitian adalah lansia yang berjumlah 58 orang, dan

2. Waktu dan tempat penelitian

Penelitian akan di lakukan di bulan Januari 2018 di Panti Werdha.

3. Analisis penelitian

Analisis penelitian yang digunakan adalah dengan desain penelitian desain *cross sectional study* menggunakan uji *chi-square* untuk variabel usia dan jenis kelamin dan uji korelasi *spearman* untuk variabel lemak, natrium, dan kalium

4. Judul dan Variabel yang digunakan

Kemudian peneliti ingin mengetahui Hubungan karakteristik sampel, asupan zat gizi terhadap hipertensi pada lansia di Panti Werdha Wisma Mulia Kowani Jakarta Barat Tahun 2018.