

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Terjadinya transisi epidemiologi yang paralel dengan transisi demografi dan transisi teknologi di Indonesia telah mengakibatkan perubahan penyakit dari penyakit infeksi ke penyakit tidak menular ( PTM ) meliputi penyakit degeneratif. Terjadinya transisi epidemiologi ini disebabkan terjadinya perubahan sosial ekonomi, lingkungan dan perubahan struktur penduduk, saat masyarakat telah mengadopsi gaya hidup tidak sehat, misalnya merokok, kurang aktivitas fisik, makanan tinggi lemak dan kalori, dan konsumsi alkohol yang diduga merupakan faktor resiko penyakit tidak menular (PTM), salah satunya penyakit hipertensi.

Prevalensi hipertensi di Indonesia menurut survey kesehatan rumah tangga ( SKRT ) tahun 2008, pada orang yang berusia 25 tahun ke atas menunjukkan bahwa 30% laki-laki dan 35% wanita menderita hipertensi ( Akhmad, 2010 ). Menurut *multinational monitoring of trends determinants in cardiovascular diseases* ( MONICA ) Jakarta tahun 2000 melaporkan prevalensi hipertensi di daerah urban adalah 31,7%. Menurut Riset kesehatan Dasar ( RisKesda ) tahun 2007 sebesar 31,7% dari total penduduk dewasa ( DepKes 2008 ).

Menurut *world health organization* ( WHO ) tahun 2008, hipertensi telah menjangkit 30,4% populasi dunia dengan perbandingan 29,6 pada pria dan 28,1% pada wanita.

Peningkatan penyakit hipertensi salah satunya disebabkan oleh hidup tidak sehat. Perilaku yang tidak sehat tersebut yaitu, perilaku merokok, pola makan yang tidak seimbang, terlalu mengonsumsi makanan asin, rendah asupan buah dan sayur, kebiasaan minum-minuman beralkohol, rendahnya aktivitas fisik dan stress yang tinggi ( KepMenkes, 2010 ). Faktor makanan modern seperti makanan siap saji ( *fast food* ) sebagai penyumbang utama terjadinya hipertensi. Makanan yang diawetkan dan garam dapur serta bumbu penyedap dalam jumlah yang tinggi, misalnya *monosodium glutamate* ( MSG ) dapat menaikkan tekanan darah dalam jumlah berlebihan ( Khomsan, 2004 ).

Banyak diketahui bahwa asupan tinggi kalori dan jeroan dapat menyebabkan obesitas yang berdampak pada peningkatan tekanan darah tinggi. Asupan makanan beresiko seperti makanan asin dan makanan yang diawetkan juga berkontribusi dalam peningkatan tekanan darah. Faktor resiko hipertensi meliputi pola makan, diantaranya pola makan yang dapat menyebabkan resiko hipertensi seperti sering mengonsumsi makanan beresiko.

Penyakit hipertensi tahun demi tahun mengalami peningkatan tidak hanya di Indonesia, namun juga dunia. Sebanyak 1 miliar orang di dunia 1 (satu) dari 4 (empat) orang dewasa menderita hipertensi. Bahkan, di perkirakan jumlah penderita meningkat menjadi 1,6 miliar orang menjelang tahun 2025. Oleh karena itu, diperlukan penanganan serius oleh berbagai pihak untuk menekankan angka kematian pada penderita hipertensi (Muhammadun, 2010).

Hipertensi merupakan penyakit yang bisa menyerang siapa saja, baik muda atau tua, entah orang kaya maupun miskin, hipertensi merupakan salah satu penyakit mematikan di dunia. Namun, hipertensi tidak dapat secara langsung membunuh penderitanya, melainkan dapat memicu terjadinya penyakit yang mematikan. Laporan komite nasional pencegahan, deteksi, evaluasi dan penanganan hipertensi menyatakan bahwa tekanan darah tinggi dapat meningkatkan resiko serangan jantung, gagal jantung, stroke dan gagal ginjal ( M. Adib, 2009:69 ).

Hipertensi merupakan salah satu faktor resiko yang berpengaruh sebagai penyebab penyakit jantung ( kardiovaskuler ), Penderita penyakit jantung kini mencapai lebih dari 800 juta orang di seluruh dunia. Kurang lebih 10-30% penduduk dewasa di hampir semua negara mengalami penyakit hipertensi, dan sekitar 50-60% penduduk dewasa dapat dikategorikan sebagai mayoritas utama yang status kesehatannya akan menjadi lebih baik bila dapat dikontrol tekanan darahnya ( M.Adib, 2009:70 ).

Hipertensi digolongkan menjadi 2 ( dua ) tipe, yaitu hipertensi esensial dan hipertensi sekunder ( nonesensial ). Hipertensi esensial adalah hipertensi yang penyebabnya tidak diketahui, sedangkan hipertensi sekunder ( nonesensial ) adalah yang disebabkan oleh gaya hidup dan pola makan yang kurang baik.

Pada saat ini hipertensi adalah faktor resiko terbesar ketiga yang menyebabkan kematian dini, penyakit ini dipengaruhi oleh cara dan kebiasaan hidup seseorang, sering disebut sebagai *the killer disease* atau *silent killer* ( pembunuh diam – diam ). Karena penderita tidak mengetahui kalau dirinya menderita

hipertensi selama bertahun-tahun, tidak menyadarinya sampai terjadi kerusakan organ vital yang cukup berat bahkan dapat membawa kematian. 70% penderita hipertensi tidak merasakan gejala apa –apa, sehingga tidak mengetahui dirinya menderita hipertensi. Hipertensi juga dikenal sebagai *heterogeneous group of disease* karena dapat menyerang siapa saja dari berbagai kelompok umur, sosial, dan ekonomi. Kecenderungan berubahnya gaya hidup memunculkan sejumlah faktor resiko yang dapat meningkatkan angka kesakitan hipertensi ( DepKes, 2006 ).

Menurut *world health organization* ( WHO ), tekanan darah normal bila kurang dari 135/85 mmHg, disebut hipertensi bila lebih dari 140/90 mmHg, dan diantaranya nilai tersebut dikatakan normal tinggi. Namun untuk orang Indonesia, banyak dokter berpendapat bahwa tekanan darah ideal adalah sekitar 110 -120 / 80 – 90 mmHg.

Menurut DepKes, tahun 2006, Bahwa hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah  $\geq 140$  mmHg tekanan sistolik dan atau  $\geq 90$  mmHg tekanan diastolik. Jika seseorang telah divonis menderita hipertensi, sebaiknya lebih berhati-hati dengan pola makan, asupan makan dan gaya hidup, seperti mengurangi garam, berhenti merokok, rajin olahraga, karena besar kemungkinan hipertensi yang diderita akan memicu penyakit lainnya, seperti stroke, serangan jantung, gagal jantung dan gagal ginjal ( M.Adib, 2009:70 ).

Banyak ahli yang telah melakukan penelitian mengenai mekanisme terjadinya hipertensi dan kaitannya dengan konsumsi gizi. Salah satu teori menyebutkan

bahwa meningkatnya konsumsi kalori dalam bentuk karbohidrat dan lemak akan meningkatkan aktivitas sistem saraf simpatik yang akhirnya akan menyebabkan hipertensi. Teori lainnya menyebutkan bahwa ginjal mengalami gangguan sehingga tidak dapat mengekspresikan natrium ( Na ) dalam jumlah normal akibatnya natrium didalam tubuh meningkat sehingga terjadinya hipertensi ( Khomsan, 2004 ).

Di Puskesmas Curug Tangerang diperoleh data bahwa penderita penyakit tidak menular yang paling tinggi adalah penyakit hipertensi tercatat dari bulan januari sampai oktober 2013 sebanyak 1861 kasus penderita hipertensi. Wanita yang menderita hipertensi di Puskesmas Curug Tangerang lebih besar dibandingkan dengan pria. Wanita dari umur 25 – 75 tahun sebanyak 1505 kasus, sedangkan pria dari umur 25 -75 sebanyak 356 kasus. Berdasarkan hasil wawancara dengan pasien hipertensi di Puskesmas Curug Tangerang, diketahui banyak pasien hipertensi yang sering mengkonsumsi makanan beresiko seperti gorengan, makan cepat saji (*fast food*) jeroan dan makanan beresiko lainnya.

Melihat berbagai permasalahan diatas maka penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul “ Hubungan asupan makanan beresiko dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Curug Tangerang “.

## **B. Pembatasan Masalah**

Banyak penyebab terjadinya penyakit hipertensi. Salah satunya mengkonsumsi makanan beresiko seperti makanan gorengan, makanan kalengan, makanan berlemak atau jeroan, terlalu mengkonsumsi banyak garam. Mengingat keterbatasan tenaga, waktu, biaya dan kemampuan penulis, maka penelitian ini

hanya meneliti mengenai hubungan makanan beresiko dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Curug Tangerang.

### **C. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan asupan makanan beresiko dengan kejadian hipertensi bagi pasien di Puskesmas Curug Tangerang.

### **D. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan umum

Menganalisa hubungan asupan makanan beresiko dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Curug Tangerang.

#### 2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden meliputi umur, jenis kelamin, pendidikan, agama dan pekerjaan di Puskesmas Curug Tangerang.
- b. Mengidentifikasi pola atau asupan makanan beresiko dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Curug Tangerang.
- c. Mengidentifikasi kejadian hipertensi di Puskesmas Curug Tangerang.
- d. Menganalisis hubungan asupan makanan beresiko dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Curug Tangerang.

## **E. Manfaat Penelitian**

### 1. Bagi puskesmas

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat sebagai bahan masukan dan informasi dalam meningkatkan wawasan masyarakat tentang mengkonsumsi makanan beresiko terhadap kejadian hipertensi.

### 2. Bagi pembaca

Hasil penelitian dapat memberikan pengetahuan tentang mengkonsumsi makanan beresiko penyebab penyakit hipertensi.

### 3. Bagi peneliti

Hasil penelitian dapat memberikan pembelajaran tentang asupan makananan beresiko yang dapat menyebabkan penyakit hipertensi. Dapat digunakan sebagai dasar untuk melaksanakan penelitian selanjutnya.

### 4. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi informasi yang menambah referensi bagi keputakaan dan pembelajaran keperawatan di Universitas Esa Unggul.