

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan atau penyakit yang cukup berbahaya di seluruh dunia karena hipertensi merupakan faktor risiko utama yang mengarah kepada penyakit kardiovaskuler seperti serangan jantung, gagal jantung, stroke dan penyakit ginjal yang mana pada tahun 2018 penyakit jantung iskemik dan stroke menjadi dua penyebab kematian utama di dunia (Arum, 2019). Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang saat ini menjadi prioritas dalam dunia kesehatan secara global adalah hipertensi (Ansar J, Dwinata I, 2019). Selain secara global, hipertensi juga menjadi salah satu penyakit tidak menular yang paling banyak di derita masyarakat Indonesia (57,6%).

Tekanan darah “*Blood Pressure*” adalah sesuatu yang sangat dominan dalam sirkulasi darah dalam tubuh. Tekanan darah tinggi atau yang sering dikenal dengan hipertensi merupakan peningkatan tekanan sistolik >140 mmHg dan tekanan diastolic >90 mmHg yang diukur sampai 2 kali pengukuran dengan selang 5 menit (Kemenkes RI, 2014). Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang hampir semua negara itu ada, dimana prevalensi hipertensi sangat bervariasi dari satu negara dengan negara yang lainnya.

Menurut WHO (*World Health Organization* 2015) menyatakan bahwa sekitar 1,13 miliar orang didunia yang terkena hipertensi, jumlah penderita hipertensi setiap tahunnya selalu meningkat dan diperkirakan akan ada 1,5 miliar pada tahun 2025, serta diperkirakan angka mortalitas setiap tahunnya 10,44 juta akibat hipertensi dan komplikasinya . Hipertensi adalah suatu penyakit yang diindikasikan dengan adanya kenaikan tekanan darah dalam tubuh, tekanan darah sistolik > 140 mmHg dan untuk yang tekanan darah diastolic > 90 mmHg sesuai dengan standar kriteria JNC-VIII *The Eight Report of The Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation, and Treatment of High Blood Pressure*” .

Menurut Riskesdas (2018) menyatakan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan pengukuran pada penduduk atau masyarakat yang usia 26 tahun 34,1%, usia 31-44 tahun 31,6%, usia 45-54 tahun 45,3%, dan usia 55-65

tahun 55,2 %, pada rentang usia tersebut sangat penting untuk menjaga pola hidup sehat mulai dari fase dewasa sampai lansia menurut kategori umur yaitu 26-65 tahun. Menurut data dinas kesehatan di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta, bahwa di Kota Yogyakarta masuk dalam 10 besar dan menduduki urutan ke-2 penyakit tidak menular yakni hipertensi, dan untuk jumlahnya sebanyak 26.750 penduduk yang mengalami hipertensi (DIY, 2018). Menurut data Riskesdas (2018), kejadian hipertensi di Gunungkidul menduduki peringkat ke-5 tertinggi , yaitu sebanyak 36,9 %. Prevalensi penderita hipertensi di Kabupaten Gunungkidul pada tahun 2018 sebanyak 20.248 jiwa, dan mengalami kenaikan pada tahun 2019 jumlah penderita sebanyak 26.400 jiwa, maka terjadi kenaikan sekitar 6.152 jiwa, sehingga diperlukan tindak lanjut untuk pemeriksaan rutin atau control teratur dimasing-masing wilayah di Kabupaten Gunungkidul (Dinkes Gunungkidul, 2020)

Menurut Yamin (2019) dalam *Press Conference Indonesia Society Of Hypertension* menyatakan bahwa salah satu factor resiko dari hipertensi adalah gaya hidup yang tidak tepat atau tidak baik, gaya hidup yang dimaksud adalah gaya hidup instan seperti mengonsumsi makanan instan atau cepat saji, atau mengonsumsi makanan yang beresiko yang didalamnya mengandung lemak, gula, dan garam yang tinggi, gaya hidup yang lain seperti merokok. Serta gaya hidup yang tidak baik lainnya misalnya : minum alkohol, kurang aktivitas fisik atau jarang berolahraga.

Hipertensi merupakan penyakit yang tidak bisa disembuhkan, akan tetapi dapat dikontrol atau dikendalikan. Untuk mengontrol tekanan darah, dapat diupayakan manajemen hipertensi misalnya dengan mengonsumsi obat-obatan, meningkatkan gaya hidup yang baik dan sehat, rutin memeriksakan keadaan ke pelayanan kesehatan. Berdasarkan data Riskesdas (2018), dari prevalensi 34,1% diketahui bahwa sebanyak 8,8% sudah terdiagnosis hipertensi dan 13,3% orang yang sudah terdiagnosis hipertensi tetapi tidak mengonsumsi obat serta sebanyak 32,3% tidak rutin minum obatnya. Alasan seseorang yang mengalami hipertensi tidak minum obat karena penderita hipertensi merasa sehat dan tidak perlu melakukan pemeriksaan ke pelayanan kesehatan, penderita sudah minum obat-obatan tradisional, alasan lupa minum obat, menggunakan terapi

pengobatan lain, tidak mampu membeli obat, serta terdapat efek samping penggunaan obat.

Hipertensi akan menjadi masalah kesehatan yang serius, apabila tidak segera ditangani atau diidentifikasi dengan baik sehingga mampu menyebabkan komplikasi-komplikasi yang berbahaya. Upaya yang dapat dilakukan untuk menekan kejadian hipertensi ataupun komplikasi yang terjadi, misalnya dengan memperhatikan gaya hidup yang sehat seperti : membatasi asupan garam, lemak, alcohol, tidak merokok, melakukan aktivitas fisik, serta istirahat dan tidur yang cukup. Berdasarkan informasi dan data dari kader kesehatan desa terdapat 163 orang yang menderita hipertensi, kemudian dari 163 orang tersebut, peneliti melakukan studi pendahuluan pada hari senin, 15 maret 2021 melalui wawancara kepada 10 orang dan didapatkan bahwa 7 orang suka makanan yang asin, 2 diantaranya perokok aktif, 3 orang mempunyai riwayat keturunan hipertensi, dan 5 orang suka mengonsumsi kopi setiap harinya. Dampak yang dapat ditimbulkan dari gaya hidup yang tidak baik seperti hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti, yaitu ketidakstabilan dari tekanan darah, apabila tekanan darah terus-menerus meningkat dan tidak terkontrol akan mempengaruhi fungsi organ-organ dalam tubuh atau dapat menyebabkan terjadinya kerusakan organ dan komplikasi.

Berdasarkan dari latar belakang diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai gambaran gaya hidup pada penderita hipertensi di Desa Tancep, Ngawen, Gunungkidul

B. Rumusan Masalah

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular akan tetapi dapat menjadi masalah kesehatan yang serius, apabila tidak dikontrol atau dikendalikan. Untuk mengontrol tekanan darah, dapat diupayakan manajemen hipertensi misalnya dengan mengonsumsi obat-obatan, meningkatkan gaya hidup yang baik dan sehat. Penderita hipertensi yang tercatat di Desa Tancep ini selama dua kali pemeriksaan berturut-turut, banyak yang tekanan darahnya cenderung tinggi. Berdasarkan dari latar belakang diatas, maka dapat dikemukakan masalah penelitian, yaitu “Bagaimanakah Gambaran Gaya Hidup Pada Pasien Hipertensi di Desa Tancep, Ngawen Gunungkidul?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mendeskripsikan gambaran gaya hidup pada pasien hipertensi di Desa Tancep, Ngawen, Gunungkidul.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan karakteristik pasien hipertensi berupa umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan.
- b. Mendeskripsikan gaya hidup pada pasien hipertensi di Desa Tancep, Ngawen, Gunungkidul.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi kemajuan dibidang ilmu keperawatan dan dapat dijadikan pedoman dalam mengembangkan pendidikan kesehatan mengenai topik gambaran gaya hidup pada pasien dengan hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pasien

Mampu memberikan informasi kepada penderita hipertensi (masyarakat) mengenai gaya hidup yang sehat.

b. Bagi Peneliti selanjutnya

Dari penelitian ini mampu dijadikan sebagai dasar dalam melakukan penelitian lebih lanjut tentang topik yang sama, yaitu gambaran gaya hidup pada pasien dengan hipertensi.

c. Bagi kader kesehatan

Dari penelitian ini dapat menjadi masukan untuk meningkatkan gaya hidup yang sehat bagi pasien hipertensi.

E. Keaslian Penelitian

Dari sepengetahuan peneliti, bahwa penelitian yang dilakukan ini belum pernah dilakukan oleh orang lain sebelumnya, akan tetapi penelitian lain yang berhubungan dengan penelitian yang penulis lakukan ada beberapa, yaitu :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Ahmad Yudha Tama (2019), dengan judul penelitiannya yaitu “Gambaran Gaya Hidup Hipertensi Pada Kelompok Usia Dewasa 40-65 Tahun Di Puskesmas Lerep Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang”. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui gambaran gaya hidup penderita hipertensi pada kelompok usia dewasa di Puskesmas Lerep Kecamatan Ungaran Kabupaten Semarang. Jenis penelitian ini merupakan desain penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*, populasi yang dijadikan penelitian yaitu pasien dan pengunjung dari Puskesmas Lerep jumlah sampel yang digunakan sebanyak 40 responden dengan teknik *total sampling* dan pengambilan data menggunakan kuesioner. Hasil penelitiannya yaitu sebanyak 62,5% dengan kategori kurang baik dan 37,5% dengan kategori baik.

Perbedaan yang ditemukan dengan penelitian ini terletak pada populasi, teknik sampling, jumlah sampel, dan tempat yang digunakan untuk penelitian.

2. Penelitian yang dilakukan oleh M. Ramadhani Firmansyah & Rustam (2016), dengan judul penelitian “Hubungan Gaya Hidup Merokok dan Konsumsi Kopi Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi” , penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan gaya hidup merokok dan konsumsi kopi dengan tekanan darah pada pasien dengan hipertensi di Puskesmas Pembina Palembang, jenis penelitiannya kuantitatif yang bersifat survey analitik dengan pendekatan *cross sectional*, jumlah respondennya sebanyak 68 responden dan diambil dengan teknik *purposive sampling*, analisis data penelitian ini menggunakan metode *Chi-square*. Hasil penelitiannya ada hubungan antara kebiasaan merokok dan minum kopi dengan kenaikan tekanan darah, responden dengan kebiasaan merokok sebanyak 60,3% dan bukan perokok 39,7%, responden dengan kebiasaan minum kopi sebanyak 67,6% dan tidak mengkonsumsi kopi yaitu 32,4%.

Perbedaan yang ditemukan dengan penelitian ini terletak di variable, tempat penelitian, metode penelitian, dan jumlah responden atau sampelnya.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Ahmad Hanafi (2016), dengan judul penelitian “Gambaran Gaya Hidup Penderita Hipertensi Di Kecamatan Sumowono Kabupaten Semarang”. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan gaya hidup penderita hipertensi di Kecamatan Sumowono. Desain penelitian yang digunakan yaitu deskriptif dengan metode cross sectional. Sampel pada penelitian ini berjumlah 135 responden yang berada di Kecamatan Sumowono, Kabupaten Semarang. Data diambil dengan menggunakan kuesioner gaya hidup pasien hipertensi. teknik sampling yang digunakan dengan accidental sampling. Hasil penelitiannya menunjukkan sebanyak 60% responden memiliki kebiasaan makan dan minum tidak baik, sebanyak 80% responden dalam kategori tinggi paparan asap rokok, sebanyak 50,4% memiliki kebiasaan olahraga yang cukup.

Perbedaan dengan penelitian ini adalah dari segi jumlah sampel yang digunakan, teknik sampling yang digunakan, tempat dan waktu penelitian berlangsung.

Pada penelitian yang akan dilakukan merupakan penelitian deskriptif dengan judul Gambaran Gaya Hidup Pada Pasien Hipertensi Di Desa Tancep, Ngawen, Gunungkidul. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini semua warga atau masyarakat di Desa Tancep yang mengalami hipertensi yang tercatat dalam data kader kesehatan. Teknik *purphosive sampling* yang diambil berjumlah 103 orang sesuai dengan perhitungan slovin berdasarkan jumlah populasi yang menderita hipertensi, dari 103 responden tersebut didapatkan dengan pertimbangan dari peneliti, yakni responden yang tekanan darahnya $>140/90$ mmHg dan menderita hipertensi primer tanpa komplikasi serta yang aktif dalam posyandu. Metode pengambilan data berdasarkan pendekatan waktu, menggunakan *cross sectional*, yaitu metode pengambilan data yang dilakukan pada waktu yang sama dengan subyek yang berbeda. Alat ukur yang digunakan atau instrument nya berupa kuesioner. Dalam penelitian ini variable yang digunakan adalah variable tunggal yaitu Gambaran Gaya Hidup Pasien Hipertensi.

