

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia adalah bagian dari proses tumbuh kembang. Manusia berkembang dari bayi, anak-anak, dewasa dan akhirnya menjadi tua dengan perubahan fisik dan tingkah laku. Lansia merupakan fase terakhir dalam kehidupan manusia, dimana setiap insan yang berumur pasti akan melewati fase ini. Fenomena penuaan penduduk menjadi tantangan di Indonesia. Semakin tingginya harapan hidup di Indonesia hidup lebih lama belum tentu berarti hidup dalam kondisi sehat. Lansia cenderung mengalami masalah kesehatan penurunan fungsi tubuh akibat proses penuaan secara bertahap, hal tersebut menyebabkan berbagai masalah kesehatan antara lain hipertensi, gagal jantung, diabetes mellitus, stroke dan penyakit ginjal (Annisa, 2016).

Hipertensi adalah kondisi medis yang serius dan dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, otak, ginjal, dan penyakit lainnya. Hipertensi adalah penyebab utama kematian dini di seluruh dunia, dengan 1 dari 4 pria dan 1 dari 5 wanita lebih dari satu miliar orang mengalami kondisi tersebut. Hipertensi adalah salah satu penyakit degeneratif yang dialami lansia. Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg (WHO, 2019).

Prevalensi hipertensi bervariasi di seluruh wilayah WHO dan kelompok pendapatan negara. Wilayah Afrika memiliki prevalensi hipertensi tertinggi (27%) sedangkan Wilayah Amerika memiliki prevalensi hipertensi terendah (18%). Tinjauan tren saat ini menunjukkan bahwa jumlah orang dewasa dengan hipertensi meningkat dari 594 juta pada tahun 1975 menjadi 1,13 miliar pada tahun 2015, dengan peningkatan tersebut sebagian besar terlihat di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Peningkatan ini terutama disebabkan oleh peningkatan faktor risiko hipertensi pada populasi tersebut (WHO, 2019).

Prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun sebesar 34,1%. Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Hipertensi terjadi pada kelompok usia 31-44 tahun (31,6%), usia

45-54 tahun (45,3%), usia 55-64 tahun (55,2%) (Riskesdas, 2018). Prevalensi hipertensi di Jawa Tengah berdasarkan data dari Riskesdas 2018 berdasarkan pengukuran secara nasional pada kelompok umur ≥ 18 tahun sebanyak 37,57%. Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Klaten prevalensi kejadian hipertensi pada kelompok usia ≥ 18 tahun pada tahun 2020 sebanyak 34,2% (Riskesdas, 2018)

Hipertensi merupakan masalah kesehatan masyarakat utama di seluruh dunia dan faktor resiko utama penyakit kardiovaskular tersering, salah satu penyebab kematian yang dapat dicegah. Faktor resiko hipertensi meliputi yang tidak dapat dimodifikasi yaitu jenis kelamin, usia, genetik. Faktor yang dapat dimodifikasi yaitu pendidikan, obesitas, ras, alkohol, rokok, stress mental, obat anti inflamasi non steroid, kontrasepsi estrogen, dan natrium (Budi, 2015).

Nutrisi adalah keseluruhan dari berbagai proses dalam tubuh manusia hidup untuk menerima bahan-bahan dari lingkungan hidupnya dan menggunakan bahan-bahan tersebut agar menghasilkan berbagai aktivitas penting dalam tubuhnya sendiri. Nutrisi yang baik dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh, melawan racun penyebab penyakit, menjaga berat badan lansia, mengurangi berbagai risiko penyakit, termasuk penyakit jantung, stroke, tekanan darah tinggi, diabetes, osteoporosis, dan kanker (Whaidyanti Rahayu, 2016).

Status nutrisi ialah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat. Masalah gizi yang sering terjadi pada lansia adalah masalah gizi yang berlebih dan masalah gizi kurang. Status nutrisi yang berlebih mengakibatkan metabolisme dalam tubuh lansia terganggu dan memicu peningkatan tekanan darah. Status nutrisi seseorang dapat ditemukan oleh beberapa pemeriksaan. Pengukuran dan penentuan status nutrisi pada lansia ialah dengan menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT) (Whaidyanti Rahayu, 2016).

Prevalensi lansia yang mengalami gizi kurang (IMT 16,5-18,49%) sebanyak 31% dan gizi lebih banyak 1,8%. Pengasuhan gizi mungkin memiliki efek positif pada asupan energy dan zat gizi yang lain serta kualitas hidup penduduk lansia dan lansia yang menderita malnutrisi. Masalah gizi yang sering terjadi pada lansia adalah masalah gizi yang berlebih (obesitas) dan masalah gizi kurang (kurus) (Akbar & Eatall, 2020).

Hasil studi pendahuluan di Desa Kemudo Kecamatan Prambanan Kabupaten Klaten pada tanggal 26 maret 2021 peneliti melakukan pengukuran tekanan darah

dan status nutrisi dengan 10 lansia yang berusia ≥ 60 tahun dilakukan dengan perhitungan IMT dengan hasil 8 (80%) lansia dengan status nutrisi lebih dan 2 (20%) lainnya dengan status nutrisi normal. Lansia dengan hipertensi dan status nutrisi lebih sebanyak 7 (70%), lansia dengan tekanan darah normal dan status nutrisi lebih sebanyak 1 (10%) dan lansia dengan tekanan darah normal dan status nutrisi normal sebanyak 2 (20%). Hasil dari wawancara lansia dengan tekanan darah normal mereka cenderung sudah bisa mengontrol pola makan terkait konsumsi garam maupun makanan berlemak. Berbeda dengan lansia yang mengalami hipertensi rata-rata dari mereka belum bisa mengontrol pola makan terkait makanan gurih/ asin yang mengandung banyak garam dan masih sulit menghindari makanan berlemak seperti santan serta kurang melakukan aktivitas fisik. Hal tersebut berpengaruh terhadap status nutrisi yang mengakibatkan tekanan darah meningkat.

Berdasarkan fenomena tersebut peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang “Hubungan status nutrisi dengan kejadian hipertensi pada lansia di Kelurahan Kemudo.”

B. Rumusan Masalah

Nutrisi merupakan salah satu faktor yang menentukan tingkat kesehatan lansia. Nutrisi yang baik dapat mengurangi berbagai resiko penyakit. Status nutrisi yang berlebih mengakibatkan metabolisme dalam tubuh lansia terganggu dan memicu peningkatan tekanan darah.

Hipertensi merupakan masalah kesehatan utama lansia. Nutrisi yang berlebih dapat berpengaruh terhadap kondisi tubuh lansia dan menjadi salah satu faktor penyebab hipertensi. Berdasarkan rumusan masalah tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian apakah terdapat “Hubungan Status Nutrisi Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Kelurahan Kemudo”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui hubungan status nutrisi dengan kejadian hipertensi pada lansia di kelurahan Kemudo yang merupakan wilayah dari puskesmas Prambanan.

2. Tujuan khusus

Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah:

- a. Mengetahui karakteristik responden (usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, status pernikahan).
- b. Mengidentifikasi status nutrisi untuk mengetahui status nutrisi kurang, normal, atau lebih.
- c. Mengidentifikasi kejadian hipertensi pada lansia.
- d. Menganalisa hubungan status nutrisi dengan kejadian hipertensi pada lansia.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan informasi bagi masyarakat terutama lansia yang memiliki status nutrisi lebih supaya mengetahui pentingnya menjaga status nutrisi tetap stabil agar terhindar dari berbagai penyakit terutama hipertensi.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi kepada masyarakat dalam upaya mengurangi angka kejadian hipertensi pada lansia dengan cara menjaga status nutrisi tetap stabil.

3. Bagi Lansia

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai informasi bagi penderita maupun masyarakat mengenai hubungan status nutrisi dengan kejadian hipertensi dalam upaya meningkatkan kesehatan mandiri.

E. Keaslian Penelitian

1. Sima Ataollahi Eshkoo, Tengku Aizan Hamid, Suzana Shahar, Chee Kyun Ng dan Chan Yoke Mun (2016). Dengan judul “*Factors Affecting Hypertension among the Malaysian Elderly.*”

Penelitian ini menggunakan metode penelitian heterogeneous survey. Sampel penelitian ini dilakukan secara berkelompok dari 2.322 lansia Malaysia yang tidak dilembagakan. Instrumen yang digunakan yaitu dengan kuisioner dan pengukuran status gizi. Hasil dalam penelitian ini presentase hipertensi pada subjek wanita (48,18%) ditemukan lebih tinggi daripada laki-laki

(42,82%). Subjek belum menikah (48,44%) menunjukkan angka hipertensi yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang sudah menikah (44,29%). Subjek berpendidikan (43,29%) lebih rendah dibandingkan yang tidak berpendidikan (46,23%). Diantara semuanya sampel, non-Melayu (49,71%) memiliki tingkat hipertensi lebih tinggi daripada Melayu (43,12%). Jenis kelamin perempuan, berat badan meningkat dan peningkatan kadar darah glukosa, trigliserida, dan albumin meningkatkan risiko hipertensi pada subjek.

Perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti sekarang diantaranya desain penelitian menggunakan *cross sectional* dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*, tempat penelitian di Desa Kemudo kecamatan Prambanan dan analisa data menggunakan uji *chi-square*.

2. Royke & Langingi (2021). Dengan judul “Hubungan Status Gizi Dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia Di Desa Tombolango Kecamatan Lolak”

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Total populasi 155 lansia dengan hipertensi dan didapat 32 Sampel. Instrumen yang digunakan yaitu lembar observasi, variabel independen adalah status gizi, variabel dependen adalah derajat hipertensi, Analisis data menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian ini yaitu ada hubungan antara status gizi dengan derajat hipertensi pada lansia di Desa Tombolango kecamatan Lolak.

Perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti sekarang diantaranya teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling*, instrumen yang digunakan berupa pengukuran tekanan darah dan pengukuran IMT, tempat penelitian di Desa Kemudo kecamatan Prambanan.

3. Anggun A. Manawan, A. J. M. Rattu, Maureen I. Punuh (2016). Dengan judul “Hubungan Antara Konsumsi Makanan Dengan Kejadian Hipertensi Di Desa Tandengan Satu Kecamatan Eris Kabupaten Minahasa.”

Penelitian ini merupakan jenis penelitian yang bersifat analitik observasional dengan rancangan *cross sectional study*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh masyarakat yang berumur 45-59 tahun di Desa Tandengan Satu Kecamatan Eris Kabupaten Minahasa sebanyak 265 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive*

sampling dengan besar sampel yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi sebanyak 94 orang. Hasil dari penelitian ini yaitu tidak terdapat hubungan antara asupan karbohidrat dengan kejadian hipertensi, terdapat hubungan antara asupan lemak dengan kejadian hipertensi dan terdapat hubungan antara asupan natrium dengan kejadian hipertensi.

Perbedaan penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti sekarang diantaranya variabel bebas yaitu status nutrisi, populasi dalam penelitian yaitu lansia usia ≥ 60 tahun dan tempat penelitian di Desa Kemudo Kecamatan Prambanan dengan analisa data menggunakan uji *chi-square*.