BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu masalah yang dapat timbul akibat perkembangan jaman adalah gaya hidup tidak sehat yang dapat memicu munculnya penyakit degeneratif, yang salah satunya adalah hipertensi. Menurut *Joint National Committee on Detection, Evaluation and Treatment of High Blood Pressure (JNC)* hipertensi ditandai dengan tekanan darah yang lebih tinggi dari 140/90 mmHg dan diklasifikasikan sesuai derajat keparahannya.

Hipertensi pada awalnya dikenal sebagai penyakit yang hanya menyerang lansia, namun sekarang menurut Gofir (2002) hipertensi dapat muncul pada usia antara 25 sampai 55 tahun (digolongkan dalam hipertensi essensial atau hipertensi primer). Kesadaran dan pengetahuan tentang penyakit hipertensi di Indonesia masih sangat rendah hal ini terbukti dengan kebiasaan masyarakat yang lebih memilih makanan siap saji yang umumnya rendah serat, tinggi lemak, tinggi gula, dan mengandung banyak garam. Gaya hidup yang kurang sehat ini memicu munculnya penyakit hipertensi (Martuti, 2009). Seluruh penderita hipertensi, ternyata sekitar 95% kasus tidak dapat ditentukan penyebabnya (Gofir, 2002).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2007 oleh Badan Penelitian dan Pengembangan Kemenkes RI, menunjukkan prevalensi hipertensi nasional sebesar 31,7% (Riskesdas, 2007). Faktor-faktor yang

mempengaruhi hipertensi dibagi menjadi dua kelompok yaitu faktor yang melekat atau tidak dapat diubah seperti jenis kelamin, umur, genetik dan faktor yang dapat diubah seperti pola makan, kebiasaan olah raga dan lain-lain. Untuk terjadinya hipertensi perlu peran faktor risiko tersebut secara bersama-sama (*common underlying risk factor*), dengan kata lain satu faktor saja belum cukup menyebabkan hipertensi.

Faktor-faktor predisposisi yang berkaitan dengan peningkatan tekanan darah adalah merokok, kelebihan berat badan, konsumsi garam dan lemak, alkohol, tingkat stres, dan rendahnya aktivitas fisik. Seseorang lebih dari satu pak rokok sehari menjadi 2 kali rentan terkena hipertensi dari pada mereka yang tidak merokok. Semakin tinggi BMI dan kolesterol total, semakin tinggi prevalensi hipertensi. Stress meningkatkan aktivitas saraf simpatis, yang dapat meningkatkan tekanan darah secara bertahap. Jika asupan garam antara 5-15 gram perhari prevalensi hipertensi meningkat menjadi 15-20%. Tekanan darah meninggi dengan konsumsi minuman beralkohol >3x/hari (Gunawan, 2001).

Pengaruh perkembangan jaman berdampak pada perubahan gaya hidup masyarakat. Kecenderungan masyarakat bergaya hidup dinamis, mengkonsumsi makanan instan, mengkonsumsi makanan tinggi lemak, merokok, dan kurang olah raga sangat berpengaruh terhadap kesehatan. Peningkatan tekanan darah dipengaruhi oleh beberapa faktor risiko antara lain: usia, jenis kelamin, riwayat keluarga, obesitas, diet dan gaya hidup (Martuti, 2009). Bagi penderita tekanan darah tinggi, sangat penting sekali untuk

membuat perubahan gaya hidup yang positif dengan pola makan yang baik dan aktivitas yang cukup (Sigarlaki, 2006).

Observasi yang dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Musuk 1 angka penderita hipertensi di tahun 2010 sebanyak 1.493 dan pada tahun 2011 sampai Bulan Oktober sebesar 925 (Puskesmas 1 Musuk, 2011). Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan pada lima orang penderita hipertensi, diketahui gaya hidup pada penderita hipertensi antara lain senang mengkonsumsi makanan berlemak, berkolesterol tinggi, kadar garam tinggi dan sedikit serat, merokok, stres dan jarang berolah raga. Hasil observasi dari lima penderita hipertensi juga menunjukkan bahwa tiga orang mengalami obesitas dan gaya hidup mereka suka mengkonsumsi makanan siap saji serta tidak teratur pola makannya. Wawancara juga dilakukan pada penderita yang tidak mengalami hipertensi. Hasil wawancara dari lima orang di Desa Sruni yang tidak menderita hipertensi menunjukkan bahwa semua gaya hidup mereka teratur yaitu menjaga makanan dan melakukan olah raga secara teratur.

Berdasarkan fenomena di atas, tampak bahwa gaya hidup masyarakat mempengaruhi terjadinya hipertensi. Gaya hidup masyarakat yang tidak sehat di Wilayah Desa Sruni Musuk Boyolali terlihat pada penderita hipertensi. Martuti (2009) mengatakan bahwa gaya hidup sehat perlu diterapkan untuk meminimalkan angka kejadian penyakit hipertensi. Oleh karena itu peneliti ingin mengetahui faktor risiko kejadian hipertensi ditinjau dari aspek gaya hidup keseharian masyarakat yang ada di Wilayah Sruni Musuk Kabupaten

Boyolali. Peneliti belum menjumpai data tentang faktor gaya hidup masyarakat yang mempengaruhi kejadian hipertensi di Wilayah Desa Sruni Musuk Boyolali. Untuk itu perlu dilakukan penelitian tentang "Analisis Faktor Risiko Kejadian Hipertensi pada Masyarakat di Desa Sruni Musuk Boyolali "

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dapat dirumuskan permasalahan penelitian yaitu; "Apakah gaya hidup merupakan faktor risiko hipertensi pada masyarakat di Desa Sruni Musuk Boyolali"?.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

   Mengetahui faktor-faktor risiko kejadian hipertensi pada masyarakat Desa Sruni Musuk Boyolali.

2. Tujuan khusus

   Apabila masalah diperinci menurut faktor gaya hidup, maka dapat dirumuskan sebagai berikut ;

   a. Apakah kebiasaan merokok merupakan faktor risiko hipertensi?
   b. Apakah mengkonsumsi minuman beralkohol merupakan faktor risiko hipertensi ?
   c. Apakah konsumsi garam yang berlebih merupakan faktor risiko hipertensi?

d. Apakah kebiasaan makan makanan yang tinggi lemak merupakan faktor risiko hipertensi?
e. Apakah makan makanan siap saji merupakan faktor risiko hipertensi?
f. Apakah kebiasaan olah raga tidak teratur merupakan faktor risiko hipertensi ?
g. Apakah stres merupakan faktor risiko hipertensi ?
h. Apakah obesitas (IMT>25) merupakan faktor risiko hipertensi ?

D. Manfaat Penelitian

Setelah dilakukan penelitian tentang "Analisis faktor risiko kejadian hipertensi pada masyarakat di Desa Sruni Musuk Boyolali" diharapkan dapat memberikan manfaat bagi ;

1. Masyarakat

   Memberikan informasi tentang gaya hidup yang merupakan faktor risiko terjadinya hipertensi, sehingga masyarakat dapat mengetahui secara dini faktor risiko penyakit ini dan dapat melaksanakan pencegahan dan pengendaliannya secara dini.

2. Dinas Kesehatan
   a. Memberikan informasi tentang faktor-faktor yang berpotensi mengakibatkan terjadinya hipertensi.
   b. Memberikan masukan untuk bahan referensi dalam pengambilan keputusan program pencegahan dan pengendalian hipertensi.

3. Ilmu Pengetahuan

   Menambah perbendaharaan referensi mengenai faktor risiko hipertensi terutama Desa Sruni, Musuk pada khususnya dan Kabupaten Boyolali pada umumnya.

4. Peneliti Lain

   Memberikan data dasar untuk penelitian selanjutnya.

E. Keaslian Penelitian

1. Penelitian Tirtayasa, (2008). Dengan judul "Hubungan kebiasaan hidup dan dukungan keluarga lansia dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Rendang Karang Asem Bali". Metode penelitian ini adalah observasional analitik dengan disain kasus kontrol. Analisis data dengan uji *Chi Square*. Pengambilan data dilaksanakan melalui wawancara dengan panduan kuesioner. Perbedaan dengan penelitian tersebut terletak pada subjek, tempat penelitian, variabel penelitian serta penelitian ini lebih menekankan pada masyarakat bukan hanya pada keluarga yang memiliki lansia yaitu "Hubungan antara gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada masyarakat Desa Sruni Musuk Boyolali".
2. Kozani (2006). Penelitian ini yang diteliti adalah "Faktor yang berperan terhadap kejadian hipertensi di Wilayah Puskesmas Penumping Surakarta. Jenis penelitian ini diskriptif analitik dengan uji validitas dengan menyebarkan kuisioner sebanyak 116 responden dengan pengelolaan data kualitatif dengan uji analisa data uji chi kuadrat. Perbedaan penelitian ini

terletak pada subjek, tempat penelitian, dan variabel penelitian ditambah kebiasaan makan makanan tinggi lemak, kebiasaan makan makana siap saji, pengaruh obesitas dan kebiasaan olah raga yaitu “Hubungan antara gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada masyarakat Desa Sruni Musuk Boyolali”.