

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menopause merupakan berhentinya masa menstruasi. Menopause diartikan proses peralihan dari masa produktif ke masa non-produktif yang disebabkan berkurangnya hormon estrogen dan progesteron (Lestary, 2010). Kejadian menopause menyebabkan terjadinya perubahan pada kehidupan wanita yaitu perubahan fisik dan perubahan psikologis yang berdampak terhadap timbulnya tekanan darah tinggi (Martaadisoebrata, 2008).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Martuti (2009), ada hubungan menopause dengan tekanan darah tinggi. Pada saat menopause tekanan darah lebih sering tinggi disebabkan oleh pergeseran arteri yang mengakibatkan hilangnya elastisitas dan menjadi kaku sehingga arteri tidak dapat mengembang pada saat jantung memompa darah melalui arteri (Kowalski, 2010). Hormon estrogen berperan dalam regulasi tekanan darah secara langsung maupun tidak langsung. Disisi lain berhentinya produksi estrogen pada menopause dapat menurunkan elastisitas pembuluh darah akibat proses menopause berdampak pada peningkatan tekanan darah pada wanita. Tekanan darah dipengaruhi oleh genetik, umur, jenis kelamin, stress, aktivitas fisik, asupan natrium, obesitas dan asupan serat (Armilawati, 2007).

Asupan serat dapat mempengaruhi tekanan darah melihat mekanisme serat dalam menurunkan tekanan darah, berhubungan

dengan asam empedu. Menurut Dauche (2007), asupan serat mengurangi kadar kolesterol yang bersikulasi dalam plasma darah, karena serat dapat mencegah absorpsi kolesterol dalam usus, dan meningkatkan ekskresi asam empedu ke feses, sehingga meningkatkan perubahan kolesterol plasma menjadi asam empedu. Serat merupakan jenis karbohidrat yang tidak terlarut.

Serat berkaitan dengan pencegahan terjadinya tekanan darah tinggi terutama jenis serat kasar (*crude fiber*). Menurut laporan hasil Riskesdas tahun (2013), menunjukkan 93,6% masyarakat Indonesia kurang mengonsumsi serat. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Baliwati dkk (2004), menunjukkan bahwa mengonsumsi serat sangat menguntungkan karena dapat mengurangi pemasukan energi dan tidak mengalami status gizi obesitas yang pada akhirnya menurunkan risiko penyakit tekanan darah tinggi.

Status gizi merupakan salah satu faktor yang berperan dalam peningkatan tekanan darah. Berdasarkan *National Health and Nutrition Examination Survey* (NHANES), prevalensi tekanan darah tinggi pada orang yang memiliki IMT >30 adalah 42% pada pria dan 38% pada wanita lebih besar dibandingkan prevalensi tekanan darah tinggi pada orang yang memiliki IMT <25 yaitu 15% pada pria dan wanita (Dauche, 2007). Menurut penelitian Mustamin (2010), wanita menopause dengan berat badan lebih mempunyai peluang 50% menderita tekanan darah tinggi dibandingkan dengan berat badan normal.

Berdasarkan data profil puskesmas Banyudono II tahun 2013, menunjukkan Jawa Tengah mempunyai kasus prevalensi tekanan darah

tinggi sebesar 26,4%, prevalensi di tingkat kabupaten Boyolali (21,8%) dan prevalensi di Desa Kuwiran sebesar 35,6% (Riskesdas, 2013). Hasil survei pendahuluan, pada wanita menopause di Kelurahan Kuwiran yang datang ke posyandu pada bulan Maret 2014 dari 31 wanita menopause ditemukan 20 wanita menopause yang mengalami tekanan darah tinggi dengan tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg dan diastolik  $\geq 90$  mmHg.

Ditinjau dari latar belakang tersebut, peneliti ingin mengetahui hubungan asupan serat dan status gizi dengan tekanan darah pada wanita menopause di Desa Kuwiran Wilayah Kerja Puskesmas Banyudono II.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

Apakah ada hubungan asupan serat dan status gizi dengan tekanan darah pada wanita menopause di Desa Kuwiran Kecamatan Banyudono Kabupaten Boyolali ?

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan asupan serat dan status gizi dengan tekanan darah pada wanita menopause di Desa Kuwiran Kecamatan Banyudono Kabupaten Boyolali.

## 2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan asupan serat pada wanita menopause di Desa Kuwiran Kecamatan Banyudono Kabupaten Boyolali.
- b. Mendeskripsikan status gizi pada wanita menopause di Desa Kuwiran Kecamatan Banyudono Kabupaten Boyolali.
- c. Mendeskripsikan tekanan darah pada wanita menopause di Desa Kuwiran Kecamatan Banyudono Kabupaten Boyolali.
- d. Menganalisis hubungan antara asupan serat dengan tekanan darah pada wanita menopause di Desa Kuwiran Kecamatan Banyudono Kabupaten Boyolali.
- e. Menganalisis hubungan antara status gizi dengan tekanan darah pada wanita menopause di Desa Kuwiran Kecamatan Banyudono Kabupaten Boyolali.
- f. Menginternalisasi nilai-nilai islam tentang makanan.

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Bagi Masyarakat

Memberikan informasi bagi masyarakat mengenai hubungan asupan serat dan status gizi dengan tekanan darah pada wanita menopause.

### 2. Bagi Puskesmas Banyudono II

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi pada institusi mengenai faktor-faktor yang dapat menyebabkan tekanan darah pada wanita menopaus sehingga Puskesmas Banyudono II mampu menyusun pencegahan preventif atau melakukan

penanggulangan terhadap masalah tekanan darah pada wanita menopause yang ada di Puskesmas Banyudono II.

3. Bagi Posyandu Lansia

Sebagai bahan pertimbangan atau masukan perencanaan program gizi di Posyandu Lansia.

4. Bagi Lansia

Menambah wawasan dan pengetahuan mengenai hubungan asupan serat dan status gizi dengan tekanan darah pada wanita menopause.

**E. Ruang Lingkup Penelitian**

Ruang lingkup penelitian ini dibatasi pada hal-hal asupan serat dan status gizi dengan tekanan darah pada wanita menopause. Lokasi penelitian dilakukan di Desa Kuwiran Kecamatan Banyudono Kabupaten Boyolali.