

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan penyakit degeneratif yang menjadi salah satu penyebab kematian di dunia. Penderita hipertensi setiap tahunnya terus menerus mengalami peningkatan. Hal ini terlihat dari data WHO (2012), yang menunjukkan bahwa di Amerika insiden hipertensi pada orang dewasa tahun 2010-2012 sekitar 39-51%. Penderita hipertensi yang berjumlah 839 terjadi pada tahun 2012, diperkirakan menjadi 1,5 milyar pada tahun 2025 atau sekitar 29% dari penduduk dunia, dan penderitanya diperkirakan lebih banyak wanita daripada pria. Dalam penelitian Augustin dan Hains (2006), di Amerika sebanyak 68% penduduknya mengetahui telah menderita hipertensi dan sisanya tidak mengetahui kalau menderita hipertensi. Paling sedikit di Amerika 30% terkena hipertensi namun tidak menyadari, dan 31% pasien yang diobati mencapai target tekanan darah yang diinginkan.

Menurut Triyanto (2014), kasus hipertensi terutama di negara berkembang diperkirakan mengalami kenaikan sekitar 80% pada tahun 2025 dari sejumlah 639 juta kasus di tahun 2000, diperkirakan menjadi 1,15 milyar kasus di tahun 2025. Prediksi ini didasarkan pada angka penderita hipertensi dan penambahan penduduk saat ini. Di Indonesia banyaknya penderita hipertensi diperkirakan 15 juta orang, tetapi hanya 4% yang merupakan penderita hipertensi terkontrol. Prevalensi hipertensi

sebesar 6-15% pada orang dewasa dan 50% diantaranya tidak menyadari sebagai penderita hipertensi (Armilawaty, 2007).

Semakin tingginya kasus hipertensi menjadikannya sebagai salah satu masalah kesehatan yang cukup serius di masyarakat. Menurut data Kemenkes RI (2007), hipertensi merupakan penyakit urutan ketiga penyebab kematian di Indonesia. Menurut Kemenkes RI (2013), prevalensi hipertensi di Indonesia pada penduduk umur ≥ 18 tahun sebesar 25,8 %, prevalensi yang terdiagnosis tenaga kesehatan sebesar 9,4%, serta yang terdiagnosis tenaga kesehatan sedang minum obat sebesar 9,5%. Prevalensi penderita minum obat sendiri sebesar 0,1%, yang mempunyai tekanan darah normal tetapi sedang minum obat hipertensi sebesar 0,7%. Prevalensi hipertensi secara umum di Indonesia sebesar 26,5%. Menurut Litbankes (2007), Provinsi Jawa Timur mempunyai prevalensi penderita hipertensi sebesar 37,4%. Angka tersebut menyebabkan Provinsi Jawa Timur menduduki peringkat ke-dua dari seluruh provinsi di Indonesia.

Hipertensi dianggap sebagai penyakit serius karena dampak yang ditimbulkan sangat luas, bahkan dapat menimbulkan kematian. Kematian terjadi akibat dampak hipertensi itu sendiri maupun penyakit lain yang diawali oleh hipertensi, meliputi : kerusakan ginjal, serangan jantung, stroke, glukoma, disfungsi ereksi, demencia dan alzheimer. Hipertensi mempunyai mekanisme sendiri di dalam tubuh manusia. Prosesnya dapat berlangsung panjang dan melibatkan sejumlah faktor risiko (Lingga, 2012).

Menurut Marliani (2007), ada banyak faktor resiko yang berhubungan dengan hipertensi, antara lain yaitu mengkonsumsi garam yang berlebihan, usia lanjut, stres, pola makan, obesitas, merokok, mengkonsumsi alkohol, kebiasaan olahraga, kebiasaan tidur, dan sebagainya. Penelitian Rochmah dkk (2012), menyimpulkan bahwa sebagian besar responden yang mengalami hipertensi adalah yang berusia 40-50 tahun, berjenis kelamin perempuan, mengalami obesitas dan memiliki pola makan yang beresiko ($p = 0,000$ ($p < 0,05$), $r = 5,714$). Sedangkan menurut Anggara (2013), terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan olahraga dengan terkontrolnya tekanan darah pada penderita hipertensi, ($p < 0,05$). Sedangkan menurut Noegroho (2013), tidak adanya hubungan antara pola tidur dengan tekanan darah ($p = 0,384$). Perilaku tidak sehat tersebut memerlukan kesadaran bagi setiap orang agar mau untuk melakukan upaya preventif terhadap hipertensi.

Kesadaran akan berperilaku hidup sehat masih rendah pada penduduk di daerah Kabupaten Pacitan, Jawa Timur, terutama untuk peduli terhadap risiko penyakit hipertensi. Perilaku yang dapat menimbulkan penyakit hipertensi antara lain tidak mau memeriksakan diri ke pelayanan kesehatan, pola makan yang tidak teratur dan tidak pernah olahraga. Menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Pacitan, jumlah penderita penyakit darah tinggi pada tahun 2012 sebanyak 16.890 orang (7,77%), pada tahun 2013 sebanyak 18.579 orang (7,92%), dan pada tahun 2014 sebanyak 27.871 orang (11,47%). Persentase penderita hipertensi

berdasarkan data tersebut mengalami peningkatan setiap tahunnya. Penyakit hipertensi juga selalu menduduki peringkat ke-3 dari 10 besar penyakit yang tercatat.

Survei pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di wilayah kerja Puskesmas Donorojo, dengan mewawancarai 10 penderita hipertensi yang berkunjung di Puskesmas Donorojo, diperoleh informasi bahwa 80% penderita jarang sekali melakukan olahraga yang teratur, 50% penderita memiliki pola makan yang tidak memenuhi kebutuhan tubuh, dan 60% penderita memiliki kebiasaan tidur yang kurang dari 7 jam/hari. Data jumlah kasus di wilayah kerja Puskesmas Donorojo pada tahun 2013 sebanyak 1.345 orang dan pada tahun 2014 sebanyak 1.589 orang. Selama periode satu tahun terjadi peningkatan penderita hipertensi sebanyak 244 orang.

Peningkatan jumlah penderita hipertensi setiap tahunnya dapat berkontribusi terhadap tingginya penderita degeneratif dan jumlah kematian. Ada banyak faktor penyebab yang dimungkinkan terjadi pada penderita hipertensi di wilayah Kecamatan Donorojo, Kabupaten Pacitan. Pola makan yang buruk, olahraga yang tidak teratur dan kebiasaan tidur yang kurang dapat menjadi pemicu timbulnya penyakit hipertensi di masyarakat. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk menganalisis hubungan pola makan, olahraga, dan kebiasaan tidur dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Donorojo Kabupaten Pacitan.

B. Rumusan Masalah

Faktor risiko apakah yang berhubungan dengan kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Donorojo Kecamatan Donorojo Kabupaten Pacitan?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Donorojo Kabupaten Pacitan.

2. Tujuan Khusus

a. Untuk mengetahui apakah pola makan merupakan faktor risiko kejadian Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Donorojo Kabupaten Pacitan.

b. Untuk mengetahui apakah olahraga merupakan faktor kejadian Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Donorojo Kabupaten Pacitan.

c. Untuk mengetahui apakah kebiasaan tidur merupakan faktor kejadian Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Donorojo Kabupaten Pacitan.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Puskesmas Donorojo Kabupaten Pacitan

Penelitian ini dapat memberikan informasi dan masukan untuk selalu meningkatkan pelayanan kesehatan guna mengurangi, atau mencegah dan merawat masyarakat yang mengalami Hipertensi serta

menjadi tambahan bahan masukan dalam pengambilan kebijakan tindakan.

2. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat secara umum dan kepada penderita serta keluarga secara khusus tentang faktor-faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian Hipertensi.

3. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan dasar dan acuan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian tentang Hipertensi secara lebih mendalam.