

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia merupakan proses mengalami perubahan anatomi, fisiologis dan biokimia pada jaringan atau organ yang dapat mempengaruhi keadaan fungsi dan kemampuan tubuh secara keseluruhan (Fatmah, 2010). Pada lansia kondisi fisik telah mengalami penurunan. Hal ini dapat dilihat dari beberapa perubahan yaitu perubahan pada sel dan bermacam-macam sistem yang terdapat dalam tubuh diantaranya persyarafan, pendengaran, penglihatan, kardiovaskuler, respirasi, gastrointestinal, genitourinaria, endokrin dan kulit (Fitrina, 2014).

Pada lanjut usia terjadi kemunduran fungsi tubuh dimana salah satunya adalah kemunduran fungsi kerja pembuluh darah. Penyakit yang sering dijumpai pada golongan lansia yang disebabkan karena kemunduran fungsi kerja pembuluh darah yaitu salah satunya hipertensi atau tekanan darah tinggi. Tekanan darah tinggi merupakan salah satu penyakit degeneratif yang mempunyai tingkat morbiditas dan mortalitas tinggi. Tekanan darah tinggi merupakan suatu penyakit akibat meningkatnya tekanan darah arterial sistemik baik sistolik maupun diastolik (Arlita, 2014).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, prevalensi hipertensi di Indonesia mengalami penurunan dari 31,7% pada tahun 2007 menjadi 26,5% pada tahun 2013. Penurunan ini terjadi dikarenakan berbagai macam faktor, salah satunya seperti alat pengukur tekanan darah yang digunakan lebih baru dan modern dari sebelumnya, selain itu masyarakat juga sudah mulai sadar akan bahaya penyakit

hipertensi. Pada tingkat Provinsi Jawa Tengah Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah (2013), bahwa prevalensi tekanan darah tinggi tergolong tinggi yaitu sebanyak 67,57% kasus. Dilihat dari sudut pandang epidemiologi, seseorang yang menderita hipertensi diperkirakan karena beberapa faktor yang mempengaruhi diantaranya usia, jenis kelamin, genetik, obesitas, merokok, kurangnya aktivitas fisik, stress, asupan natrium berlebih. Masing-masing faktor pada tekanan darah tinggi tersebut dapat lebih meningkatkan penyakit kardiovaskuler (Babatsikou dan Zavitsanou, 2010).

Bertambahnya usia mengakibatkan tekanan darah meningkat, karena dinding arteri pada lansia akan mengalami penebalan yang mengakibatkan penumpukan zat kolagen pada lapisan otot, sehingga pembuluh darah akan berangsur-angsur menyempit dan menjadi kaku (Anggraini, 2009).

Asupan natrium yang berlebih dapat mempengaruhi dalam peningkatan tekanan darah. Asupan natrium yang meningkat menyebabkan tubuh meretensi cairan, yang meningkatkan volume darah. Jantung harus memompa keras untuk mendorong volume darah yang meningkat melalui ruang yang semakin sempit yang akibatnya adalah hipertensi (Mulyati, Syam, dan Sirajuddin, 2011). Hal ini dibuktikan dalam penelitian yang dilakukan oleh Abdurrachim, Hariyawati dan Suryani (2016) bahwa ada hubungan yang bermakna antara asupan natrium terhadap tekanan darah lansia di Panti Sosial Tresna Werdha dan Bina Laras Budi Luhur Kota Banjarbaru.

Kebalikan dari natrium, kalium lebih berhubungan erat dengan penurunan tekanan darah. Kalium pada prinsipnya terdapat dalam sel-sel tubuh. Fungsi kalium adalah melengkapi fungsi natrium. Kalium memegang peranan dalam

pemeliharaan keseimbangan cairan dan elektrolit serta keseimbangan asam dan basa (Almatsier, 2004). Hal ini dibuktikan dalam penelitian yang dilakukan oleh Arlita (2014) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara asupan kalium dengan tekanan darah pada lansia.

Berdasarkan data DKK Surakarta, jika dilihat berdasarkan penyakit tidak menular (PTM) maka hipertensi menempati urutan pertama. Kasus hipertensi esensial yang ditemukan sebanyak 9,59%. Sedangkan data yang diperoleh dari Puskesmas Pajang, lansia yang memiliki penyakit hipertensi atau tekanan darah tinggi di Kelurahan Pajang mempunyai proporsi sebesar 19% dari 18.488 lansia. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada saat wawancara langsung dengan responden diketahui bahwa sebagian besar responden mempunyai asupan natrium lebih dan asupan kalium yang kurang. Bahan makanan tinggi natrium yang sering dikonsumsi responden setiap minggunya sebagian besar yaitu mie, roti, biskuit, ikan asin, telur ayam, dan daging ayam. Sedangkan bahan makanan tinggi kalium seperti sayuran dan buah-buahan yang banyak dikonsumsi responden diantaranya daun pepaya, bayam, sawi, kembang kol, buncis, terong, wortel, pisang, pepaya dan jeruk akan tetapi frekuensi responden dalam mengkonsumsi setiap minggunya dalam jumlah yang sedikit.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan asupan natrium dan kalium dengan tekanan darah pada lansia di Kelurahan Pajang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara asupan natrium dan kalium dengan tekanan darah pada lansia di Kelurahan Pajang?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara asupan natrium dan kalium dengan tekanan darah pada lansia di Kelurahan Pajang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan tingkat asupan natrium pada lansia di Kelurahan Pajang
- b. Mendeskripsikan tingkat asupan kalium pada lansia di Kelurahan Pajang
- c. Mendeskripsikan tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia di Kelurahan Pajang
- d. Menganalisis hubungan asupan natrium dengan tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia di Kelurahan Pajang
- e. Menganalisis hubungan asupan kalium dengan tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia di Kelurahan Pajang

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Lansia

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi dan menambah pengetahuan lansia tentang asupan natrium dan kalium terhadap tekanan darah sistolik dan diastolik.

2. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan mampu menambah pengetahuan dan wawasan sebagai pengalaman dalam merealisasikan teori yang telah didapatkan di bangku kuliah khususnya mengenai hubungan asupan natrium dan kalium dengan tekanan darah sistolik dan diastolik pada lansia.