

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Angka harapan hidup manusia Indonesia semakin meningkat sejalan dengan meningkatnya taraf hidup dan pelayanan kesehatan. Berdasarkan Peraturan Presiden No. 5 Tahun 2010 tentang Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional, ditetapkan bahwa sasaran pembangunan kesehatan adalah meningkatnya derajat kesehatan masyarakat melalui peningkatan akses masyarakat terhadap pelayanan kesehatan yang berkualitas. Pencapaian tersebut tercermin dari meningkatnya umur harapan hidup (UHH) dari 70,6 tahun menjadi 72,0 tahun (Sarjuni, 2009 dalam Sarasaty, 2011).

Meningkatnya usia harapan hidup penduduk Indonesia membawa konsekuensi bertambahnya jumlah lansia. Diperkirakan pada tahun 2020 jumlah lansia akan mencapai 29 juta atau 11% dari total populasi (Nugroho, 2002). Proses penuaan tentunya berdampak pada berbagai aspek kehidupan, baik sosial, ekonomi dan terutama kesehatan, karena dengan semakin bertambahnya usia, fungsi organ tubuh akan semakin menurun, baik karena faktor alamiah maupun karena penyakit dan semakin banyak pula penyakit degeneratif yang muncul dan sering diderita (Badan Pusat Statistik, 2006).

Secara alamiah lansia mengalami kemunduran yaitu pada fisik, biologi, maupun mentalnya. Menurunnya fungsi berbagai organ tubuh pada lansia maka akan membuat lansia menjadi rentan terhadap penyakit yang bersifat

akut atau kronis. Salah satu kemunduran fungsi organ tubuh yang terjadi memasuki lanjut usia adalah kemunduran fungsi kerja pembuluh darah (Andria, 2013). Kondisi yang berkaitan dengan lanjut usia ini menyebabkan terjadinya penumpukan zat kolagen pada lapisan otot, sehingga pembuluh darah akan berangsur-angsur menyempit dan menjadi kaku mengakibatkan elastisitasnya berkurang, sehingga akan memicu jantung untuk meningkatkan denyutnya agar aliran darah dapat mencapai seluruh bagian tubuh (Indrawati, dkk, 2009).

Penyakit degeneratif yang banyak dijumpai pada golongan lansia yang mempunyai tingkat morbiditas dan mortalitas tinggi adalah tekanan darah tinggi. Tekanan darah tinggi atau hipertensi merupakan suatu penyakit kronis akibat meningkatnya tekanan darah arterial sistemik baik sistolik maupun diastolik (Worsley, 2001). Sesuai dengan data Riskesdas (2013), tekanan darah tinggi di Indonesia masih menjadi masalah kesehatan dengan prevalensi tinggi, yaitu sebesar 25,8%. Provinsi Jawa Tengah memiliki prevalensi tekanan darah tinggi sebesar 26,4% melebihi prevalensi nasional.

Terapi hipertensi sangat diperlukan untuk pengontrolan tekanan darah. Tekanan darah dipengaruhi oleh keturunan, jenis kelamin, umur, merokok, konsumsi alkohol, indeks massa tubuh, stress dan asupan natrium (Depkes, 2007). Kebiasaan-kebiasaan tidak sehat seperti pola makan dengan asupan natrium yang tinggi, asupan lemak dan kolesterol yang tinggi serta kurangnya konsumsi serat, rokok dan alkohol, minimnya olahraga dan porsi istirahat sampai stres dapat berpengaruh terhadap tekanan darah (Dalimartha, 2008).

Asupan makanan dengan kandungan natrium yang tinggi dapat mempengaruhi tingginya tekanan darah dalam tubuh (Nugrahaeni, dkk, 2008

dalam Khotimah, 2015). Konsumsi natrium yang berlebih menyebabkan natrium di dalam cairan ekstraseluler meningkat. Untuk menormalkannya kembali, cairan intraseluler harus ditarik keluar sehingga volume cairan ekstraseluler meningkat. Meningkatnya volume cairan ekstraseluler tersebut menyebabkan meningkatnya volume darah, sehingga berdampak pada timbulnya tekanan darah tinggi (Susanto, 2010).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mustamin (2010) diketahui bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara asupan natrium dengan tekanan darah pada usia lanjut di Wilayah Puskesmas Bojo Baru Kabupaten Barru ($p=0.193$). Namun hal tersebut tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widyaningrum (2014), menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara asupan natrium dengan tekanan darah pada lansia.

Berdasarkan survey pendahuluan pada bulan Desember 2015 di Posyandu Lansia “Ngudi Waras” Desa Blulukan Kecamatan Colomadu, Karanganyar, Jawa Tengah prevalensi lansia hipertensi (tekanan darah $\geq 140/90$) yaitu 30%.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan asupan natrium dengan tekanan darah pada lansia di Posyandu Lansia “Ngudi Waras” Desa Blulukan Kecamatan Colomadu, Karanganyar, Jawa Tengah.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan asupan natrium dengan tekanan darah pada lansia di Posyandu Lansia “Ngudi Waras” Desa Blulukan Kecamatan Colomadu, Karanganyar, Jawa Tengah?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan asupan natrium dengan tekanan darah pada lansia di Posyandu Lansia “Ngudi Waras” Desa Blulukan Kecamatan Colomadu, Karanganyar, Jawa Tengah.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan karakteristik lansia (umur, jenis kelamin) di Posyandu Lansia “Ngudi Waras” Desa Blulukan Kecamatan Colomadu, Karanganyar, Jawa Tengah.
- b. Mendeskripsikan asupan natrium lansia di Posyandu Lansia “Ngudi Waras” Desa Blulukan Kecamatan Colomadu, Karanganyar, Jawa Tengah.
- c. Mendeskripsikan tekanan darah sistolik lansia di Posyandu Lansia “Ngudi Waras” Desa Blulukan Kecamatan Colomadu, Karanganyar, Jawa Tengah.
- d. Mendeskripsikan tekanan darah diastolik lansia di Posyandu Lansia “Ngudi Waras” Desa Blulukan Kecamatan Colomadu, Karanganyar, Jawa Tengah.

- e. Menganalisis hubungan asupan natrium dengan tekanan darah sistolik pada lansia di Posyandu Lansia “Ngudi Waras” Desa Bluluk Kecamatan Colomadu, Karanganyar, Jawa Tengah.
- f. Menganalisis hubungan asupan natrium dengan tekanan darah diastolik pada lansia di Posyandu Lansia “Ngudi Waras” Desa Bluluk Kecamatan Colomadu, Karanganyar, Jawa Tengah.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Memberikan informasi pada lansia bahwa konsumsi bahan makanan yang tinggi natrium akan mempengaruhi tekanan darah yang menyebabkan hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai informasi tambahan bagi penelitian selanjutnya mengenai hubungan asupan natrium dengan tekanan darah pada lansia di Posyandu Lansia Desa Bluluk Kecamatan Colomadu, Karanganyar, Jawa Tengah.

b. Bagi Puskesmas Colomadu II

Sebagai informasi dalam menentukan kebijakan mengenai masalah penyakit degeneratif pada lansia.

c. Bagi lansia di Posyandu Lansia

Memberikan informasi tentang asupan natrium lansia beserta hubungannya dengan tekanan darah.