

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Di dunia, tekanan darah tinggi atau hipertensi menjadi bagian dari sekian banyak gangguan kesehatan yang dinilai dapat mengancam jiwa, hal ini dikarenakan hipertensi menjadi faktor utama yang menyebabkan penyakit jantung dan pembuluh darah (serangan jantung akut, insufisiensi jantung, stroke, serta masalah pada ginjal). Stroke dan infark miokard pada tahun 2016 menjadi penyakit yang menyebabkan kematian tertinggi di tingkat global. Orang dewasa dengan hipertensi pada tahun 1975 terdapat sejumlah 594 juta, yang kemudian pada tahun 2015 mengalami peningkatan sehingga mencapai angka 1,13 miliar kasus hipertensi. Meningkatnya faktor risiko hipertensi pada masyarakat di negara berkembang dan negara berpendapatan rendah menyebabkan peningkatan kasus hipertensi di wilayah tersebut (WHO, 2023).

Secara keseluruhan atau global, pada awal tahun 2014, sebanyak 22,0% dari populasi penderita hipertensi berusia 18 tahun atau lebih. Prevalensi hipertensi terus meningkat seiring dengan meluasnya epidemiologinya (Asari & Helda, 2021).

Hipertensi merupakan komponen yang sangat penting dalam meningkatnya kejadian penyakit kardioserebrovaskular, sehingga hipertensi bertanggung jawab terhadap kematian yang disebabkan oleh penyakit jantung iskemik dan stroke. Hal ini menyebabkan angka kematian global hipertensi sangat tinggi, tekanan darah dengan sistolik lebih dari 140 mmHg dihubungkan dengan 14,0% dari semua

kematian di global, termasuk 40,1% kematian yang diakibatkan penyakit jantung koroner, 38,1% kematian yang diakibatkan stroke iskemik, dan 42,5% kematian yang diakibatkan stroke hemoragik (Mills et al., 2020).

Jumlah penderita hipertensi diperkirakan dapat mengalami peningkatan sebesar 15% hingga 20%, dan dapat mencapai hampir 1,5 miliar jiwa pada tahun 2025 (Iqbal AM, 2023).

Berdasarkan riset kesehatan dasar (Riskesdas, 2018) pada tahun 2016 ditemukan sebanyak 25,8% kasus hipertensi di Indonesia, kemudian terdapat peningkatan kasus menjadi 34,1% yang terjadi pada tahun 2018 (Tim Riskesda, 2018).

Pada tahun 2018, riset kesehatan dasar mencatat bahwa penderita hipertensi di Jawa Timur ditemukan sebesar 36.3%. Berbanding dengan data dari Riskesdas pada tahun 2013, yaitu didapatkan sebesar 26.4% penderita hipertensi. Hal ini menggambarkan bahwa prevalensi tekanan darah tinggi mengalami peningkatan yang cukup signifikan. Peningkatan angka kejadian ini terjadi seiring bertambahnya umur. Estimasi jumlah kasus hipertensi dengan penderita yang berusia ≥ 15 tahun di Jawa Timur diperkirakan dapat mencapai 11.600.444 orang, dengan persentase laki-laki 48,8% dan perempuan 51,2% (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2022).

Dinas Kesehatan Kabupaten Tuban mencatat bahwa terdapat peningkatan jumlah pasien hipertensi yang terus bertambah setiap tahunnya. Pada tahun 2017 tercatat 27.025 kasus, kemudian meningkat menjadi 34.949 di tahun 2018, dan

mencapai 38.623 kasus hipertensi pada tahun 2019 (Dinkes Kabupaten Tuban 2017, 2018, 2019).

Dilansir dari data kunjungan pasien di Puskesmas Parengan dengan melakukan pemeriksaan tekanan darah pada usia ≥ 25 tahun, pada tahun 2022 tercatat sebanyak 470 penderita hipertensi, kemudian terjadi peningkatan kasus hipertensi yang dimana pada tahun 2023 ditemukan 601 penderita hipertensi. Dari data kunjungan di Puskesmas Parengan pada tahun 2022 dan 2023 hipertensi masih termasuk dalam daftar 10 besar penyakit dengan angka kejadian tertinggi di Puskesmas Parengan.

Meningkatnya kasus hipertensi dipicu oleh gaya hidup atau pola hidup yang kurang sehat. Gaya hidup kurang sehat yang dimaksud diantaranya adalah merokok, kurang berolahraga, dan pola makan sehat serta bergizi yang tidak terjaga, serta tingkat kecemasan atau stres seseorang. Gaya hidup seperti ini akan memicu meningkatnya risiko komplikasi hipertensi karena apabila seseorang mengalami peningkatan tekanan darah namun tidak dapat mengontrol dan mengubah gaya hidupnya untuk lebih baik, maka resiko komplikasi akan dapat terjadi (Arum, 2019).

Hubungan antara gaya hidup dengan terjadinya hipertensi sangat berpengaruh terhadap beberapa keadaan mental seseorang. Gaya hidup yang baik atau sehat memberikan gambaran bahwa pola kebiasaan sehari-hari yang merujuk pada upaya pemeliharaan kondisi fisik dan mental sosial berada pada keadaan positif (Putra & Susilawati, 2022).

Gaya hidup yang sehat menjadi komponen penting dalam pengelolaan hipertensi, yakni dengan cara mengurangi berat badan bagi penderita obesitas, menjalankan diet *Dietary Approach to Stop Hypertension* (DASH), melakukan aktivitas fisik/olahraga, menghindari kebiasaan mengonsumsi zat adiktif seperti alkohol, kafein, dan nikotin (yang ada dalam rokok) agar tidak memicu hipertensi yang lebih berat yang dapat disertai komplikasi berbahaya (Alkhusari et al., 2023).

Pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Kiki Rismadi et al (2021), dijelaskan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara penghasilan dan gaya hidup yang dinilai dari pola makan dan kebiasaan merokok terhadap kejadian hipertensi yang dilakukan pada nelayan di Kota Medan. Hasil penelitian didapatkan bahwa pola makan menjadi variabel yang paling dominan dalam pengaruhnya terhadap kejadian hipertensi (Performance et al., 2021).

Dengan mempertimbangkan temuan-temuan dari peneliti sebelumnya yang telah dipaparkan, peneliti akan melakukan penelitian terkait dengan pengaruh gaya hidup terhadap upaya promotif dan preventif hipertensi pada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Parengan Kabupaten Tuban.

1.2 Rumusan Masalah

Adakah pengaruh gaya hidup terhadap upaya promotif preventif hipertensi pada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Parengan Kabupaten Tuban?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Untuk mengetahui pengaruh gaya hidup terhadap upaya promotif preventif hipertensi pada masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Parengan Kabupaten Tuban.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi gaya hidup masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Parengan Kabupaten Tuban.
2. Mengidentifikasi kejadian hipertensi pada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Parengan Kabupaten Tuban.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat akademis

1. Memberikan informasi mengenai pengaruh gaya hidup terhadap upaya promotif preventif hipertensi.
2. Menjadikan penelitian ini sebagai referensi penelitian selanjutnya mengenai faktor yang mempengaruhi terjadinya kejadian hipertensi khususnya di masyarakat umum.

1.4.2 Manfaat klinis

Dapat digunakan sebagai informasi untuk mengetahui pencegahan terjadinya hipertensi.

1.4.3 Manfaat bagi masyarakat

Memberikan informasi kepada masyarakat mengenai pengaruh gaya hidup terhadap upaya untuk mengontrol tekanan darah dan mencegah hipertensi.

