

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Penyakit degeneratif yang banyak terjadi di masyarakat dan mempunyai tingkat mortalitas yang cukup tinggi serta mempengaruhi kualitas hidup dan produktifitas seseorang salah satunya adalah penyakit hipertensi. Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi saat nilai tekanan sistolik  $\geq 140$  mmHg atau nilai tekanan diastolik  $\geq 90$  mmHg ( Garnadi, 2012).

Prevalensi hipertensi di dunia pada tahun 2010 menurut WHO di seluruh dunia terdapat 1.025 juta orang atau 26,7% penghuni bumi mengalami kejadian hipertensi. Angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Dari 1.025 juta pengidap hipertensi, 345 juta berada di negara maju dan 680 juta sisanya berada di negara sedang berkembang, termasuk Indonesia (Andra 2007, dalam Nuraiza 2012).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Nasional tahun 2007, prevalensi nasional hipertensi pada penduduk umur  $> 18$  tahun adalah sebesar 29,8% (berdasarkan pengukuran). Terdapat 10 provinsi mempunyai prevalensi hipertensi pada penduduk umur  $> 18$  tahun yaitu, Riau, Bangka Belitung, Jawa Tengah, D.I. Yogyakarta, Jawa Timur, Nusa Tenggara Barat, Kalimantan Tengah, Kalimantan Selatan, Sulawesi Tengah, dan Sulawesi Barat (Depkes RI, 2007 dalam Nuraiza 2012).

Penyakit hipertensi merupakan salah satu penyakit yang tidak diketahui penyebabnya secara pasti. Namun menurut Susilo&SWulandari, 2011 bahwa hipertensi esensial merupakan 95% dari seluruh kasus hipertensi dan sisanya hipertensi sekunder yaitu tekanan darah tinggi yang penyebabnya dapat diklasifikasikan, diantaranya adalah kelainan organik seperti penyakit ginjal, kelainan pada korteks adrenal, pemakaian obat-obatan sejenis kortikosteroid, dan lain-lain.

Berdasarkan penyebarannya tersebut penyakit hipertensi dapat di kelompokkan menjadi 2 jenis yaitu: hipertensi primer atau esensial adalah hipertensi yang tidak atau belum di ketahui penyebabnya (terdapat pada kurang lebih 90% dari seluruh hipertensi), Hipertensi primer kemungkinan memiliki banyak penyebab seperti: perubahan pada jantung dan pembuluh darah kemungkinan bersama-sama menyebabkan meningkatnya tekanan darah. Hipertensi sekunder adalah hipertensi yang di sebabkan atau sebagai akibat dari adanya penyakit lain dan biasanya penyebabnya sudah di ketahui, maka di sebut hipertensi sekunder. Biasanya hipertensi sekunder penyebabnya adalah seperti: penyakit ginjal dan kelainan hormon atau pemakaian obat tertentu (misalnya pil KB) (Garnadi 2012).

Hipertensi dapat berakibat meluas seperti penyakit jantung koroner, stroke, dan miokard infark. Apabila hipertensi tidak di tanggulangi secara baik, maka akan mengakibatkan gangguan ginjal dan pembuluh darah sistem syaraf pusat. Keadaan ini akan memperpendek usia penderita dan sekitar 10-12% mengalami kematian (Rokheni, 2001).

Menurut Yulianti & Sitanggang, 2006 menyatakan hipertensi adalah suatu kondisi medis yang ditandai dengan meningkatnya kontraksi pembuluh darah arteri sehingga terjadi resistensi aliran darah yang meningkatkan tekanan darah terhadap dinding pembuluh darah, dan dapat dipengaruhi oleh gaya hidup.

Gaya hidup adalah pola hidup seseorang di dunia yang diekspresikan dalam aktifitas, minat dan opininya. Gaya hidup menggambarkan keseluruhan diri seseorang yang berinteraksi dengan lingkungannya (Sakinah, 2005).

Gaya hidup dapat di klasifikasikan menjadi beberapa komponen yaitu pola makan, aktifitas fisik, olahraga, stress, kebiasaan istirahat, kebiasaan merokok, minum-minuman beralkohol, penyalagunaan narkoba. Gaya hidup yang berkaitan dengan kejadian hipertensi yaitu terdiri dari: pola makan, merokok, merawat berat badan tetap ideal, tidak aktif beraktivitas, kebiasaan istirahat dan minum-minuman beralkohol (Ramadhan, 2008).

Kebiasaan makan merupakan cara seseorang atau sekelompok orang yang memilih dan mengkonsumsi makanan sebagai tanggapan terhadap pengaruh fisiologis, psikologi, budaya, dan sosial sebagai bagian yang mempengaruhi keburukan makan manusia. Kebiasaan makan yang tidak baik akan menimbulkan beberapa gangguan seperti kolestrol tinggi, tekanan darah meningkat dan kadar gula yang meningkat (Almatsir, 2012).

Kebiasaan merokok merupakan kebiasaan manusia yang biasa dilakukan dalam sehari-hari. Kebiasaan merokok dapat menyebabkan datangnya berbagai penyakit. Merokok dapat merusak jantung dan sirkulasi darah dan meningkatkan resiko penyakit jantung dan stroke. Zat yang di isap melalui rokok di bawa masuk

ke dalam aliran darah. Zat ini merusak lapisan endotel pembuluh darah arteri, sehingga mengakibatkan proses aterosklerosis dan tekanan darah tinggi (Thiboutot, 2008).

Kebiasaan istirahat yang cukup sangat di butuhkan badan kita, banyak orang tidur jadi lemas, tidak semangat lekas marah, dan stress. Umumnya manusia bisa tidur 7-8 jam sehari. Tapi ada juga orang yang bisa tidur di bawa 6 jam sehari. Kurang tidur berdampak negatif bagi tubuh kita seperti kurang konsentrasi, cepat marah, lesuh, dan lemah. Istirahat yang cukup sangat di butuhkan tubuh kita (Karyadi, 2002).

Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo pada tahun 2012 penderita hipertensi sejumlah 14.257 penderita, yang terdiri dari laki-laki sebanyak 5.676 penderita, sedangkan perempuan sebanyak 8.581 penderita. Pada tahun 2013 penderita hipertensi sejumlah 7.486 penderita, yang terdiri dari laki-laki sebanyak 2.937 penderita sedangkan perempuan sebanyak 4.549 penderita.

Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Gorontalo pada tahun 2012 penderita hipertensi sejumlah 1.057 penderita. Dan pada tahun 2013 penderita hipertensi sejumlah 6.160 penderita. Dan data dari Puskesmas Bilato Kecamatan Bilato pada tahun 2012 penderita hipertensi sejumlah 449 penderita. Dan pada tahun 2013 penderita hipertensi terjadi peningkatan yaitu sejumlah 902 penderita.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang di lakukan oleh Hendri Sutanto tahun 2011 mengenai “Hubungan Gaya hidup dengan kejadian hipertensi” pada masyarakat kelompok usia 30 tahun ke atas hasil penelitian yang di dapatkan yaitu sebanyak 37,3% responden mengalami stres, 70,5% responden mempunyai

kebiasaan merokok, 1,4% responden mempunyai kebiasaan mengkonsumsi alkohol, 75% responden mengkonsumsi makanan tinggi garam, dan 63,3% responden mempunyai aktifitas fisik rendah.

Survey awal yang di lakukan peneliti pada beberapa pasien yang berkunjung di Puskesmas Bilato yang menderita penyakit hipertensi yaitu pada Ny I dan Tn O. Ny I mengatakan tekanan darahnya naik apabila ia terlalu banyak mengkonsumsi makanan yang mengandung garam berlebihan, bersantan, dan banyak tidur atau tidur bukan pada waktunya. Begitu juga Tn O mengatakan bahwa yang menyebabkan tekanan darahnya naik sama seperti yang di katakan oleh Ny I, tetapi Tn O juga mengatakan bahwa yang sering mengakibatkan tekanan darahnya naik yaitu mengkonsumsi rokok secara berlebihan.

Dari penjelasan latar belakang di atas peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi” di Puskesmas Bilato Kecamatan Bilato Kabupaten Gorontalo.

## **1.2. Identifikasi Masalah**

- a. Penderita hipertensi di Puskesmas Bilato Kecamatan Bilato Kabupaten Gorontalo pada tahun 2012 sejumlah 449 penderita, dan pada tahun 2013 terjadi peningkatan sejumlah 902 penderita.
- b. Survey awal yang di lakukan peneliti pada beberapa pasien yang berkunjung di Puskesmas Bilato yang menderita penyakit hipertensi yaitu pada Ny I dan Tn O. Ny I mengatakan tekanan darahnya naik apabila ia terlalu banyak mengkonsumsi makanan yang mengandung garam berlebihan, bersantan, dan banyak tidur atau tidur bukan pada waktunya. Begitu juga Tn O mengatakan

bahwa yang menyebabkan tekanan darahnya naik sama seperti yang di katakan oleh Ny I, tetapi Tn O juga mengatakan bahwa yang sering mengakibatkan tekanan darahnya naik yaitu mengkonsumsi rokok secara berlebihan.

### **1.3. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dalam latar belakang di atas, maka yang menjadi pertanyaan dalam penelitian ini adalah “ Apakah ada hubungan antara gaya hidup dengan kejadian hipertensi di Puskesmas Bilato Kecamatan Bilato Kabupaten Gorontalo”

### **1.4. Tujuan Penelitian**

#### **1.4.1. Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada pasien di Puskesmas Bilato Kecamatan Bilato Kabupaten Gorontalo.

#### **1.4.2. Tujuan Khusus**

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini adalah

- a. Mengetahui gambaran Kejadian Hipertensi pada pasien yang berkunjung di Puskesmas Bilato Kecamatan Bilato Kabupaten Gorontalo
- b. Mengetahui Gambaran Gaya Hidup pada pasien yang berkunjung di Puskesmas Bilato Kecamatan Bilato Kabupaten Gorontalo

- c. Mengetahui hubungan antara Gaya Hidup dengan Kejadian Hipertensi pada pasien yang berkunjung di Puskesmas Bilato Kecamatan Bilato Kabupaten Gorontalo

## **1.5. Manfaat Penelitian**

### **1.5.1. Manfaat Teoritis**

- a. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan wawasan tentang penyakit hipertensi dan faktor-faktor yang menjadi penyebabnya serta menambah pengalaman dalam melakukan penelitian di lapangan.

- b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai tambahan sumber referensi dalam ilmu kesehatan dan bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya.

### **1.5.2. Manfaat Praktis**

- a. Bagi Puskesmas Bilato

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dan masukan mengenai perilaku kesehatan masyarakat khususnya gaya hidup di Puskesmas Bilato

- b. Bagi Pasien Hipertensi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan wawasan mengenai kebiasaan-kebiasaan masyarakat yang dapat menimbulkan penyakit hipertensi.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan ilmiah yang bermanfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan penelitian selanjutnya tentang penyakit hipertensi