

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit tidak menular makin hari makin meningkat pada masyarakat. Kematian akibat penyakit tidak menular diperkirakan akan terus meningkat diseluruh dunia dan peningkatan terbesar akan terjadi di negara–negara miskin dan menengah. Salah satu diantara penyakit tidak menular yaitu hipertensi, (Irianto, 2014).

Hipertensi salah satu jenis penyakit pembunuh paling dahsyat di dunia saat ini. Menurut catatan badan kesehatan dunia/*world health organization* (WHO) Hipertensi telah mengakibatkan kematian sekitar 8 juta orang, setiap tahun 1,5 juta kematian terjadi di Asia Tenggara. Di Indonesia jumlah kasus hipertensi sebesar 63.309.620 orang sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian, (Riskesdas. 2018). Tekanan darah pada masyarakat Indonesia berusia yang 18 tahun ke atas sebesar (34,1%) penderita menurut, (Riskesdas. 2018).

Salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi yaitu aktivitas fisik. Menurut Triyanto, (2014), mengatakan bahwa secara teori aktivitas fisik sangat mempengaruhi stabilitas tekanan darah. Pada orang yang tidak aktif melakukan kegiatan cenderung mempunyai frekuensi denyut jantung yang lebih tinggi. Makin keras otot jantung dalam memompa darah, makin besar pula tekanan darah yang membebankan pada dinding arteri sehingga tahanan perifer yang menyebabkan kenaikan tekanan darah.

pada penelitian Rihiantoro dan Widodo,(2017). Tentang Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Di Kabupaten Tulang Bawang. Didapatkan 34 responden yang aktivitas fisiknya ringan terdapat 23 responden (67,6%), menderita hipertensi dan 11 responden (32,4%) tidak menderita hipertensi, sedangkan dari total 30 responden yang aktivitas fisiknya sedang dan berat terdapat 9 responden (30%) menderita hipertensi dan 21 responden (70%) tidak menderita hipertensi. Hal ini menunjukkan adanya antara aktivitas fisik dengan hipertensi.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh, Hasanudin, Ardiyani, dan Perwiraningtyas, (2018). Dalam jurnal mereka yang berjudul Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Masyarakat Penderita Hipertensi Di Wilayah Tlogosuryo Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Kota Malang, jumlah responden 51 orang, aktivitas fisik dikategorikan kadang-kadang yaitu sebanyak 31 orang (60,78%), tekanan darah responden dikategorikan stadium I yaitu sebanyak 41 orang (81,39%). Di dapatkan ada Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Tekanan Darah Pada Masyarakat Penderita Hipertensi Di Wilayah Tlogosuryo RT/RW 01/02, Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Kota Malang.

Hasil penelitian oleh, Adam (2019), yang dilakukan di puskesmas Kota Barat Kota Gorontalo, didapatkan yang menderita hipertensi dan memiliki aktivitas yang kurang (87,5%), dibandingkan dengan yang memiliki aktivitas baik namun menderita hipertensi yakni sebesar (41,4%). Dengan demikian aktivitas fisik merupakan faktor terjadinya penyakit hipertensi di puskesmas Kota Barat Kota Gorontalo.

Berdasarkan masalah di atas masih banyak penderita hipertensi sehingga peneliti tertarik untuk melakukan *study literature* tentang “Aktivitas Fisik Sebagai Faktor Penyebab Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disusun, diperoleh rumusan masalah Apakah Aktivitas Fisik Sebagai Salah Satu Faktor Penyebab Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari *study literature* ini adalah untuk mengidentifikasi dan menganalisa Aktivitas Fisik Sebagai Faktor Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari *study literature* ini diharapkan dapat digunakan untuk pengembangan keperawatan khususnya keperawatan medikal bedah dalam memberikan asuhan keperawatan.

2. Manfaat Praktis

1. Bagi Instansi Kesehatan

study literature ini diharapkan sebagai referensi penyebab hipertensi untuk mengimplementasikan intervensi keperawatan dalam memperbaiki perilaku kurang beraktivitas pada penderita hipertensi

2. Bagi Peneliti

Peneliti diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan khususnya mengenai penyakit hipertensi serta dapat memberikan informasi tentang aktivitas fisik dengan tekanan darah pada penderita hipertensi.