

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG

Hipertensi atau darah tinggi adalah suatu kondisi dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara terus menerus dan dalam waktu yang lama dimana tekanan darah sistolik lebih dari 140mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90mmHg (Laili,2020). Sedangkan menurut WHO Hipertensi adalah suatu kondisi dimana pembuluh darah memiliki tekanan yang tinggi dengan tekanan sistolik lebih dari 140mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg (Sunarwinadi, 2018).

Menurut data World Health Organization (WHO), hipertensi adalah salah satu masalah kesehatan utama di seluruh dunia. Berdasarkan data WHO tahun 2021, lebih dari 1 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi dan hampir sepertiga dari mereka tidak mengetahui bahwa mereka menderita kondisi ini. Tekanan darah tinggi juga menjadi faktor risiko utama untuk berbagai macam masalah kesehatan serius, seperti stroke, penyakit jantung, dan gagal ginjal. Berdasarkan data WHO, hipertensi berkontribusi pada lebih dari 9,4 juta kematian setiap tahun, yang merupakan sekitar 13% dari total kematian di seluruh dunia.

Menurut Laurensia (2022) berdasarkan Data WHO tahun 2021, di perkirakan terdapat 1,28 miliar orang dewasa di seluruh dunia menderita hipertensi. Sedangkan di Asia Tenggara angka penderita hipertensi pada tahun 2020 mencapai 33,9% dari populasi penduduk(mills, stefanescu

and he, 2020). Lanjut data dari Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang. Menurut sakinah et,al., (2020) Berdasarkan hasil RISKESDAS tahun 2018 penyakit hipertensi di wilayah Provinsi Nusa Tenggara Timur mencapai angka 7,2% atau 76.130 kasus. Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Timur menempatkan penyakit hipertensi sebagai penyakit tertinggi ke empat di Nusa Tenggara Timur.

Hasil rekapan Dinas kesehatan Sumba Timur menyatakan bahwa pada tahun 2020 penderita hipertensi mencapai 43.453 orang sedangkan pada tahun 2021 mengalami penurunan dengan jumlah penderita 42.831 orang dan pada tahun 2022 terdapat 41.604 orang penderita hipertensi. Sedangkan di wilayah kerja puskesmas waingapu pada tahun 2019 terdapat 853 orang menderita hipertensi, pada tahun 2020 mengalami sedikit penurunan jumlah penderita hipertensi yaitu 770 orang. Kemudian pada tahun 2021 jumlah penderita hipertensi sebanyak 811 orang dan 679 orang menderita hipertensi pada tahun 2022(Data puskesmas Waingapu, 2023). Hipertensi 90% tidak diketahui secara pasti faktor penyebabnya, Namun dari beberapa penelitian ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya hipertensi yaitu merokok, minum-minuman beralkohol, pola makan tidak sehat, berat badan yang berlebih serta stres. Faktor risiko yang tidak dapat dikendalikan pada hipertensi seperti jenis kelamin, keturunan, ras dan usia. Sedangkan faktor risiko yang dapat dikendalikan seperti kurang olah raga atau aktivitas, obesitas, minum kopi, merokok, sensitivitas natrium, alkoholisme, kadar

kalium rendah, pola makan, pekerjaan, pendidikan dan stres (Anggara dan Prayitno, 2015)

Stres diduga berpengaruh terhadap peningkatan tekanan darah serta merupakan faktor terjadinya hipertensi. Stres tidak mengenal usia, stres bisa menyerang siapa saja baik yang muda maupun yang tua, seperti halnya yang terjadi dikalangan masyarakat. Stres yang terjadi dikalangan masyarakat bisa disebabkan oleh berbagai aspek bisa dikarenakan faktor ekonomi, masalah personal, masalah keluarga, masalah sosial, dan tekanan dari lingkungan serta stres karena penyakit tergantung individu itu untuk bisa mengatasi stres tersebut, apabila stres berlangsung secara berkepanjangan akan menyebabkan masalah kesehatan salah satunya yaitu hipertensi (Idrus, 2015).

Pola makan merupakan perilaku paling penting yang dapat mempengaruhi keadaan gizi. Hal ini disebabkan karena kuantitas dan kualitas makanan dan minuman yang dikonsumsi akan mempengaruhi kesehatan individu. (Permenkes RI No. 14, Tahun 2014). Gaya hidup modern yang saat ini dianut oleh masyarakat cenderung membuat orang menyukai Makanan instan yang tidak sehat seperti banyak mengonsumsi makanan tinggi garam, tinggi lemak dan merokok bisa memicu penyakit hipertensi (Irianto Koes, 2014).

Menurut Kokubo, Iwashima, & Kamide, 2015; Rosei & Rizzoni, 2007 Hipertensi dalam jangka waktu panjang dapat merusak pembuluh darah kecil arteri dan mengganggu kinerja organ penting seperti jantung, otak, ginjal, dan mata.

Beberapa komplikasi yang mungkin timbul akibat dari hipertensi yang tidak terkontrol adalah Infark miokard, gagal jantung, gagal ginjal, Stroke, perdarahan retina, kebutaan dan kerusakan pada pembuluh darah arteri (Triyanto, 2014)

Program promosi kesehatan dan pencegahan penyakit berbasis masyarakat merupakan upaya intervensi yang lazim dilakukan dalam mengelola penyakit kronis termasuk hipertensi dan penyakit kardiovaskuler lainnya. Program pengendalian hipertensi menjangkau penderita hipertensi melalui pemberdayaan masyarakat, melibatkan kader kesehatan dan tokoh masyarakat, serta dukungan pemerintah desa. intervensi berbasis masyarakat yang menargetkan perubahan perilaku kesehatan dan kepatuhan pengobatan efektif mengurangi biaya perawatan kesehatan jangka panjang. Badan Penyelenggara Jaminan Sosial Kesehatan telah mengembangkan Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis)). Program ini bertujuan untuk mencegah atau memperlambat terjadinya komplikasi yang serius dan meningkatkan kualitas hidup penderita hipertensi dan diabetes (BPJS Kesehatan, 2014).

Studi pendahuluan yang dilakukan pada 25 Februari 2023, hasil wawancara dari 5 orang masyarakat dengan penyakit hipertensi di temukan bahwa 3 orang mengatakan hipertensi kambuh setelah mengkonsumsi beberapa makanan pencetus hipertensi dan 2 orang mengatakan ketika stres dan banyak pikiran hipertensi nya akan kambuh.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan pola makan dan stres pasien dengan penyakit Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Waingapu.

1.2 RUMUSAN MASALAH

Apakah ada Hubungan pola makan dan stres pasien dengan penyakit hipertensi di wilayah kerja puskesmas Waingapu Sumba timur.

1.3. TUJUAN PENELITIAN

1.3.1 Tujuan umum

Untuk mengetahui hubungan pola makan dan stres pada pasien Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Waingapu

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran pola makan dan stres pasien dengan hipertensi di wilayah kerja puskesmas Waingapu.
2. Mengidentifikasi Hubungan pola makan pada pasien dengan Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Waingapu.
3. Mengidentifikasi Hubungan stres pada pasien dengan Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Waingapu.

1.4 MANFAAT PENELITIAN.

1.4.1 Manfaat teoritis

1. Hasil penelitian ini dapat di gunakan untuk menambah refrensi pengetahuan.
2. Hasil penelitian ini juga dapat di jadikan bahan penelitian.

1.4.2 Manfaat praktis

1 Bagi Puskesmas Waingapu

Sebagai bahan masukan dalam pelaksanaan pelayanan kesehatan pada penderita hipertensi.

2 Bagi Responden

Untuk lebih meningkatkan pengetahuan dalam pencegahan penyakit hipertensi

3 Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan dan pengalaman serta dapat menerapkan ilmu yang telah diperoleh selama mengikuti pendidikan di Program Studi Keperawatan Waingapu.

4 Bagi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh mahasiswa lain untuk menambah referensi serta menambah daftar pustaka dalam perpustakaan Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Prodi Keperawatan Waingapu.

1.5 Keaslian Penelitian

No	Nama	Judul	Desain	Variabel	Instrumen	Analisis	Hasil
1	Demawati simanjuntak (2020)	Hubungan pola makan dengan tekanan darah pada Lansia di Padang sidempuan	Deskriptif	Pola makan	Kuesioner	Univariat	Hasil penelitian adanya hubungan yang signifikan antara pola makan dengan hipertensi pada lansia.
2	Asmita dwi lastri nababan (2021)	Hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada orang dewasa usia 40-60 tahun di desa Paniaran Siborongborng.	Deskriptif	Pola makan	Kuesioner	Univariat	Hasil penelitian diketahui ada hubungan yang bermakna antara pola makan dengan status hipertensi pada orang dewasa umur 40-60 tahun di desa paniaran Siborongborng.
3	Reni Winardi (2018)	Hubungan antara tingkat Stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Posyandu Bondronoyo kelurahan Ngegong kecamatan Manguharjo Kota Madiun	Deskriptif	Tingkat Stres	Wawancara	Univariat	Hasil penelitian Hubungan antara tingkat Stres dengan kejadian hipertensi pada lansia di Posyandu Bondronoyo kelurahan Ngegong kecamatan Manguharjo Kota Madiun.

Perbedaan penelitian peneliti dan penelitian terdahulu adalah pada tempat, waktu dan rancangan penelitian.