

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan kondisi tekanan pembuluh darah pada penderita hipertensi mengalami peningkatan secara persisten. Hipertensi ditandai dengan tekanan sistolik melebihi di atas 140 mmHg dan diastolik di atas 90 mmHg. Ketika dilakukan pemeriksaan berulang dalam keadaan saat istirahat. Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi salah satu penyebab utama kematian dini di dunia dengan prevelensi 22% penduduk (Hasan, 2019).

Hipertensi disebut “*silent killer*” karena biasanya orang yang menderita tidak mengetahui gejala sebelumnya dan gejala baru muncul setelah sistem organ tertentu mengalami kerusakan di pembuluh darah. Hipertensi yang dijuluki sebagai *the silet killer* karena peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka waktu lama (persisten) dapat menimbulkan kerusakan pada ginjal (gagal ginjal), jantung (penyakit jantung coroner), dan otak (menyebabkan stroke) bila tidak di deteksi dini dan mendapat pengobatan yang memadai, maka menyebabkan kematian (Herwanti, & dkk, 2021).

Menurut data WHO tahun 2018, di seluruh dunia terdapat sekitar 972 juta orang atau 26,4% mengidap penyakit hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2021 (Pratama 2016), diperkirakan setiap tahun ada 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi.

Data yang dikeluarkan oleh WHO (2018) menunjukkan perbandingan 26,6% pria dan 26,4% wanita, dengan sebanyak kurang lebih 60% penderita hipertensi berada di negara berkembang.

Hipertensi seperti yang dilaporkan oleh *World Health Organization South East Asia Region* 2011 (WHO – SEARO) menyebabkan 8 juta orang meninggal setiap tahun diantara penduduk dunia dan hampir 1,5 juta kematian terkait hipertensi terjadi dikawasan Asia Tenggara. Hipertensi atau biasa disebut dengan tekanan darah tinggi ini kondisi dimana tekanan darah seseorang naik diatas batas ambang normal yaitu 120/80 mmHg. Darah tinggi ialah merupakan kondisi timbulnya kenaikan pada tekanan darah isistolik  $\geq 130$  tekanan darah diastolik  $\geq 80$  mmHg (Rospitaria Tarigan, Karim, 2018).

Prevelensi penyakit tidak menular di Timor Leste pada wanita dan pria rata-rata usia produktif antara 30-49 tahun. Hipertensi hampir 4 dari 10% (39%) dengan kejadian wanita dan 32% pria, dengan pendidikan lebih dari sekolah menengah. dan mereka yang berada rumah tangga terkaya kemungkinan besar menderita tekanan darah tinggi 18% pada wanita dan 12% pria memiliki tekanan darah tinggi (Survey Demografi Kesehatan, 2016).

*World Health Organization* (WHO) mencatat sekitar 45% kematian warga Timor Leste meninggal akibat penyakit tidak menular seperti cancer, tumor, depresi dan artritis, dan sebanyak, 43% akibat penyakit kardiovaskuler seperti jantung dan stroke penyebabnya adalah hipertensi. (Tatoti, 2020). Prevelensi kejadian hipertensi di Timor leste dalam lima tahun terakhir sebesar 18% pada wanita dan 12% pada laki-laki rata-rata usia produktif 30-49 tahun,

dan 75% yang melakukan pemeriksaan ke dokter dan 65% yang rajin control kembali Fasilitas kesehatan (Survey Demografi dan Kesehatan, 2016).

Menurut data kependudukan 2021 Kabupaten Bobonaro dengan jumlah penduduk mencapai 99.875 jiwa. Dari enam Kecamatan yang ada, Kecamatan Atabae memiliki jumlah penduduk 15.795 jiwa. Dan usia produktif antarar 15-49 tahun sebanyak 4.997 jiwa. Jumlah penderita hipertensi tahun 2021 di Kecamatan Atabae sebanyak 3,78 % dari total jumlah penduduk. Kecamatan Atabae merupakan kecamatan yang paling banyak penderita penyakit hipertensi dibandingkan dengan kecamatan lainnya.

Hipertensi merupakan suatu keadaan tanpa gejala, dimana tekanan yang abnormal tinggi di dalam arteri menyebabkan meningkatnya resiko terhadap stroke, aneurisma, gagal jantung, serangan jantung dan kerusakan ginjal (Kemenkes RI, 2022). Faktor risiko hipertensi terdiri dari faktor risiko yang tidak dapat diubah yaitu usia, jenis kelamin, dan riwayat penyakit hipertensi. Sedangkan faktor risiko yang tidak dapat diubah antara lain merokok, kurang makan buah dan sayur, konsumsi garam berlebih, berat badan berlebih, kurang aktivitas fisik, konsumsi alkohol berlebih (Kemenkes RI, 2022).

Prevalensi hipertensi pada tahun 2017 mencapai 0,74% (Akhir, 2017), menunjukkan bahwa di penduduk Kecamatan Atabae lebih dari seperempat total jiwa penduduk mengalami hipertensi. Sedangkan pada tahun 2021 penderita hipertensi di Kecamatan Atabae didapatkan sebanyak 598 orang dan penderita hipertensi antara usia 18 > tahun dan < 60 tahun (Data PTM Puskesmas, 2021). Kebiasaan gaya hidup masyarakat Atabae syang memiliki

kebiasaan merokok, kebiasaan minum alkohol berlebihan diduga menjadi penyebab meningkatnya prevalensi hipertensi menjadi 3,78% dari total populasi 15.795 jiwa pada tahun 2021.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk mencoba melakukan penelitian dengan judul gambaran gaya hidup penderita hipertensi di Kota Atabae.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian diatas perumusan masalah yang dirumuskan adalah bagaimana gaya hidup yang terdiri dari kebiasaan merokok, kebiasaan mengkonsumsi makanan dan minuman, tingkat aktivitas fisik, dan tingkat stres pada pasien hipertensi di Puskesmas Atabae?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan bagaimana gaya hidup penderita hipertensi di puskesmas Atabae.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui gambaran gaya hidup responden berdasarkan (usia, jenis kelamin, riwayat penyakit hipertensi orang tua) penderita hipertensi di puskesmas Atabae.
- b. Untuk mengetahui gambaran gaya hidup merokok penderita hipertensi di puskesmas Atabae

- c. Untuk mengetahui gambaran tingkat aktivitas fisik penderita hipertensi di puskesmas Atabae.
- d. Untuk mengetahui gambaran gaya hidup kebiasaan makan dan minum penderita hipertensi di puskesmas Atabae
- e. Untuk mengetahui gambaran gejala stres penderita hipertensi di puskesmas Atabae.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### 1. Manfaat Teoritis

Sebagai salah satu bahan informasi bagi tenaga kesehatan umumnya dan keperawatan khususnya untuk dapat memberikan perhatian dan intervensi kepada penderita hipertensi tidak hanya dengan memberikan terapi farmakologis saja tetapi melalui penyuluhan-penyuluhan mengenai gaya hidup sehat dan pemeliharaan kepribadian yang baik.

##### 2. Manfaat Praktis

Bagi peneliti merupakan pengalaman yang berharga dalam mengaplikasikan ilmu dan menambah wawasan mengenai penyakit tidak menular khususnya hipertensi.

##### 3. Bagi puskesmas atau tenaga perawatnya

Hasil penelitian ini di harapkan dapat menambah informasi dan masukan kepribadian mengenai perilaku kesehatan masyarakat khususnya gaya hidup dan kepribadian di wilayah kerja puskesmas Atabae sehingga menjadi bahan evaluasi bagi tenaga perawat untuk meningkatkan kegiatan

penyuluhan kepada masyarakat untuk mencegah hipertensi melalui perilaku hidup sehat.

4. Bagi Responden

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

5. Bagi institusi pendidikan

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

6. Bagi penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan wawasan tentang penyakit hipertensi dan faktor-faktor penyebabnya serta dapat mengaplikasikan hasil penelitian yang diperoleh dalam kehidupan bermasyarakat.