

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran  $\geq 18$  tahun memiliki kecenderungan meningkat yaitu sebesar 34,1% pada tahun 2018. Kasus tertinggi di Indonesia yaitu Kalimantan Selatan (44,1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%). Prevalensi hipertensi di Jawa Tengah berdasarkan Riskesdas 2018 sebesar 37,5%, dimana prevalensi pada perempuan (40,1%) lebih tinggi jika dibandingkan dengan laki-laki (34,8%). Prevalensi semakin meningkat seiring dengan bertambahnya usia (*Riskesdas, 2018*).

Hipertensi tidak hanya dialami oleh laki-laki saja, akan tetapi tidak sedikit terjadi pada perempuan. Penelitian dari Abramson, *et al* (2018) mengemukakan bahwa wanita dewasa kini menjadi risiko besar untuk menderita hipertensi dan penyakit kardiovaskular lainnya (Batmaro, Hondo and Malinti, 2019).

Seiring bertambahnya usia, kelenturan pembuluh darah akan berkurang. Kadar hormon estrogen dan progesteron pada wanita masih tersedia sehingga hal tersebut menjadi salah satu alasan mengapa risiko hipertensi pada perempuan semakin meningkat. Hormon esterogen juga mempengaruhi keseimbangan sistem renin angiotensin di ginjal yang berfungsi menjaga kestabilan tekanan darah. Hormon esterogen akan berubah kualitasnya yang dimulai pada usia 45 tahun sampai dengan 55 tahun

sehingga akan mengakibatkan peningkatan prevalensi hipertensi pada perempuan (Yuriah, Astuti and Inayah, 2019).

Prevalensi hipertensi semakin meningkat seiring bertambahnya usia. Dalam penelitian Novitaningtyas (2014), usia produktif 25-45 tahun prevalensi hipertensi sebesar 29%, apabila banyak yang menderita hipertensi pada usia ini maka dapat meningkatkan angka morbiditas dan menurunkan angka produktifitas kerja serta dapat mempengaruhi pendapatan rumah tangga.

Faktor-faktor yang mempengaruhi tekanan darah adalah usia, genetik (keturunan), jenis kelamin dan ras/suku bangsa, aktivitas fisik, obesitas, konsumsi garam dan makanan mengandung tinggi lemak, rokok, kopi, alkohol, stres (Abdurrachim, Hariyawati and Suryani, 2017). Konsumsi asupan garam dan lemak berlebih menyebabkan ketidakseimbangan dalam tubuh yang dapat menyebabkan pembengkakan, asites dan hipertensi.

Hasil Riskesdas tahun 2013 menunjukkan bahwa 26,2% (makanan asin) penduduk berusia diatas 10 tahun mengonsumsi makanan dengan risiko tinggi hipertensi, dan 77,3% (bumbu penyedap) (Mathiesen *et al.*, 2014). Pola makan seperti konsumsi makanan yang mengandung tinggi lemak juga dapat menyebabkan hipertensi. Lemak dapat menyebabkan dislipidemia yang merupakan salah satu faktor aterosklerosis.

Hasil penelitian Fauziah tahun 2015 menunjukkan bahwa hasil uji statistik menunjukkan adanya korelasi antara asupan natrium dengan tekanan darah sistolik dan diastolik. Sumber natrium yang paling banyak dikonsumsi masyarakat adalah garam dapur dan olahan seafood (ikan, ikan asin, dan kerang). Masyarakat lebih menyukai makanan asin (pedas) untuk merangsang

nafsu makan. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Widyaningrum (2014) yang menemukan adanya hubungan antara konsumsi natrium dengan prevalensi hipertensi. Selain itu, penelitian ini juga sejalan dengan temuan penelitian Fitriana tahun 2015 yang menemukan adanya hubungan antara konsumsi natrium dengan prevalensi hipertensi pada lansia (Fauziah, Bintanah and Kusuma, 2015).

Pada tahun 2017 Puskesmas Ungaran memiliki presentase jumlah hipertensi tertinggi yaitu 37,93%. Pada tahun 2018 Puskesmas Ungaran memiliki presentase jumlah hipertensi tertinggi yaitu 37,25% dari Puskesmas yang ada di kabupaten Semarang (Dinas Kesehatan Kabupaten Semarang, 2018).

Data Puskesmas Lerep menunjukkan bahwa dari 10 besar penyakit yang difokuskan tertinggi ialah penyakit hipertensi. Dari data yang diperoleh dari Puskesmas Lerep, Desa Lerep tertinggi tingkat hipertensi sejumlah 306 penduduk yang menderita hipertensi (Data penderita hipertensi puskesmas 2023).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Desa Lerep yang telah dilakukan pada 20 orang responden di usia produktif (25-45 tahun) yang berprofesi sebagai petani, pedagang, buruh pabrik dan ibu rumah tangga. Telah dilakukan pengukuran tekanan darah dan wawancara FFQ semi kuantitatif. Berdasar hasil studi pendahuluan yang didapat ialah 17 orang (85%) mengalami tekanan darah tinggi yaitu antara 130-180 mmHg dengan asupan lemak lebih sebanyak 4 orang, asupan natrium lebih sebanyak 13 orang. Sedangkan 3 orang (15%) memiliki tekanan darah normal dengan

asupan lemak dan asupan natrium lebih sebanyak 2 orang. Pada golongan usia 19-29 tahun asupan lemak sebesar 103,5 gram tergolong tinggi (75 gram/hari berdasarkan AKG), asupan natrium 3.515 mg tergolong tinggi (1500 mg/hari berdasarkan AKG). Pada golongan usia 30-49 tahun asupan lemak sebesar 87,9 gram tergolong tinggi (60 gram/hari berdasarkan AKG), asupan natrium 4069 gram tergolong tinggi (1500 mg/hari berdasarkan AKG). Hasil rata-rata wawancara FFQ semi kuantitatif makanan yang sering dikonsumsi yaitu masakan yang menggunakan tambahan MSG (*Monosodium Glutamat*), garam dapur, santan kental, minyak pemakaian berulang, kecap, terasi, telur, keripik gurih, gorengan, biscuit, mie instan, daging berlemak, ikan asin, ikan laut dan junk food. Sedangkan minuman yang sering dikonsumsi yaitu minuman kemasan, bersoda, kopi dan teh, jam tidur tidak tercukupi dan jarang berolahraga.

Berdasarkan studi pendahuluan tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terhadap hubungan asupan lemak dan asupan natrium dengan tekanan darah pada perempuan usia 25-45 tahun di Desa Lerep, Kecamatan Ungaran Barat, Kabupaten Semarang.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas dapat dirumuskan masalah “Apakah terdapat hubungan asupan lemak dan asupan natrium dengan tekanan darah pada perempuan usia 25-45 tahun di Desa Lerep Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan asupan lemak dan asupan natrium dengan tekanan darah pada perempuan usia 25-45 tahun di Desa Lerep Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mendeskripsikan asupan lemak pada perempuan usia 25-45 tahun di Desa Lerep Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang.
- b. Mendeskripsikan asupan natrium pada perempuan usia 25-45 tahun di Desa Lerep Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang.
- c. Mendeskripsikan tekanan darah pada perempuan usia 25-45 tahun di Desa Lerep Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang.
- d. Menganalisis hubungan asupan lemak dengan tekanan darah pada perempuan usia 25-45 tahun di Desa Lerep Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang.
- e. Menganalisis hubungan asupan natrium dengan tekanan darah pada perempuan usia 25-45 tahun di Desa Lerep Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Responden**

Sebagai informasi tambahan pengetahuan di bidang kesehatan tentang hubungan asupan lemak dan asupan natrium dengan tekanan darah.

## **2. Bagi Petugas Kesehatan**

Sebagai data dan informasi yang berguna dalam kegiatan perencanaan di bidang kesehatan khususnya pada penyakit tekanan darah tinggi

## **3. Bagi Penelitian Selanjutnya**

Hasil penelitian dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan hubungan asupan natrium dan asupan lemak dengan tekanan darah.

