

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Prevalensi Hipertensi di Indonesia berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan angka 30,8% dan prevalensi hipertensi di Jawa Tengah menunjukkan angka 32,9% (SKI, 2023). Sedangkan prevalensi hipertensi di kabupaten Semarang sebesar 34,1%, dimana termasuk dalam peringkat ke 5 prevalensi hipertensi tertinggi di Jawa Tengah (BPS, 2023).

Prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk umur ≥ 18 tahun menurut kelompok umur mengalami peningkatan seiring bertambahnya usia, hal ini dapat dilihat dari data SKI 2023 pada kelompok usia 18-24 tahun prevalensi hipertensi sebesar 10,7%, usia 25-34 tahun sebesar 17,4%, usia 35-44 tahun sebesar 37,2%, usia 45-54 tahun sebesar 39,1%, usia 55-64 tahun sebesar 49,5%, usia 65-74 tahun sebesar 57,8% dan ≥ 75 tahun sebesar 64% (SKI, 2023).

Seseorang yang memasuki usia 45 tahun keatas akan memiliki risiko lebih tinggi terhadap kejadian hipertensi, ini disebabkan karena pada usia tersebut rentan mengalami penebalan dinding arteri. Selain itu penumpukan kolagen pada otot akan membuat pembuluh darah menyempit dan kaku. Dampak kejadian tersebut akan membuat tekanan darah menjadi tinggi. Jika tekanan darah tersebut tidak segera diatasi akan memicu munculnya penyakit baru yaitu stroke, serangan jantung dan gagal ginjal serta mempengaruhi kualitas hidup dan produktivitas kerja seseorang serta meningkatkan angka mortalitas (Dinas Kesehatan Provinsi DKI Jakarta, 2023).

Faktor-faktor yang menyebabkan hipertensi ada dua yaitu faktor yang dapat dimodifikasi dan faktor yang tidak dapat dimodifikasi. Faktor penyebab hipertensi yang dapat dimodifikasi yaitu obesitas, merokok, kurang aktivitas fisik, pola makan, konsumsi garam berlebih, dislipidemia, konsumsi alkohol berlebih, psikososial dan stres. Sedangkan faktor penyebab hipertensi yang tidak dapat dimodifikasi yaitu umur, jenis kelamin, dan riwayat keluarga (P2PTM Kemenkes RI, 2019). Pola makan merupakan salah satu faktor resiko utama yang dapat dimodifikasi dalam penyakit hipertensi (Firdaus and Suryaningrat, 2020).

Hasil data Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 menunjukkan angka konsumsi penduduk Jawa Tengah terhadap makanan berisiko yaitu mengonsumsi makanan manis (36,5%), minuman manis (60,3%), makanan asin (39,1%), makanan berlemak (54,2%) dan makanan yang mengandung bumbu penyedap (84,9%) (SKI, 2023). Data tersebut menunjukkan adanya kecenderungan untuk mengonsumsi makanan padat energi.

Makanan dengan nilai densitas energi tinggi merupakan makanan sumber karbohidrat yang ditambahkan gula dan lemak sehingga cenderung lezat, murah, dan banyak disukai. Konsumsi makanan dengan densitas energi yang tinggi berisiko meningkatkan tekanan darah 1,05 kali lebih besar dibandingkan dengan konsumsi makanan dengan densitas energi rendah (Johns et al., 2015). Kebiasaan senang makan makanan dengan densitas energi tinggi yaitu tinggi lemak jenuh dan rendah serat dan dikonsumsi secara berlebihan akan meningkatkan asupan energi yang selanjutnya disimpan tubuh sebagai cadangan lemak. Penumpukan lemak pada pembuluh darah akan menyumbat peredaran darah dan membentuk plak (*aterosklerosis*) yang berdampak pada peningkatan tekanan darah (Yunita et al., 2020).

Salah satu faktor pemicu peningkatan tekanan darah ialah indeks massa tubuh (IMT). Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia IMT merupakan hasil dari pembagian berat badan dan kuadrat tinggi badan (meter) untuk menilai status gizi

seseorang (Leokuna & Malinti, 2020). Menurut nilai BMI Organisasi Kesehatan Dunia, berat badan normal adalah antara 18,5-24,9 kg/m², dan risiko penyakit meningkat ketika BMI melebihi 25 kg/m² (WHO, 2016).

Risiko terkena hipertensi dengan berat badan lebih, berpeluang 2,3 kali dibandingkan dengan berat badan normal dan kurus (Rahayu et al., 2020). Studi Framingham menemukan peningkatan 15% berat badan dapat mengakibatkan peningkatan 18% pada tekanan sistolik. Orang dengan kelebihan berat badan masuk dalam kategori overweight dengan peningkatan berat badan 20% memiliki resiko kejadian hipertensi delapan kali lipat lebih besar. Itu disebabkan karena seseorang dengan berat badan lebih, membutuhkan banyak darah untuk melakukan suplai oksigen dan makanan ke seluruh jaringan tubuh. Sehingga volume darah yang beredar dalam tubuh meningkat, curah jantung meningkat, dan tekanan darah juga ikut meningkat (Nugroho & Fahrurrozi, 2020).

Data Puskesmas Leyangan menunjukkan bahwa dari berbagai penyakit yang difokuskan tertinggi ialah penyakit hipertensi. Data kejadian hipertensi di Puskesmas Leyangan pada bulan April 2024 sebanyak 382 orang dan pada usia 45-54 tahun terjadi peningkatan angka kejadian hipertensi sebanyak 91 orang. Dari data yang diperoleh dari Puskesmas Leyangan menunjukkan bahwa prevalensi kejadian hipertensi tertinggi ada di Desa Leyangan dengan jumlah 175 orang. (Data Penderita Hipertensi Puskesmas Leyangan, 2023).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Desa Leyangan yang telah dilakukan pada 30 orang responden. Hasil pengukuran tekanan darah menunjukkan bahwa 19 orang responden (64%) mengalami hipertensi. Hasil analisis status gizi berdasarkan berat badan dan tinggi badan menunjukkan bahwa 3 orang (10%) berkategori overweight, 10 orang (33%) berkategori obesitas tingkat I dan 3 orang (10%) berkategori obesitas tingkat II. Hasil rata-rata densitas energi dari 30 responden yaitu 1,37 kkal/g yang menunjukkan bahwa rata-rata makanan yang

dikonsumsi oleh 30 responden dalam kategori densitas energi tinggi. Makanan yang sering dikonsumsi dan memiliki densitas energi yang tinggi yaitu gorengan, mie instant, kripik, biskuit, martabak manis dan minum minuman manis seperti teh, susu kental manis, dan juga kopi instan.

Berdasarkan studi pendahuluan tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terhadap hubungan densitas energi dan indeks massa tubuh (IMT) dengan kejadian hipertensi pada usia 45-54 tahun di Desa Leyangan, Kecamatan Ungaran Timur, Kabupaten Semarang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara densitas energi dan indeks massa tubuh (IMT) dengan kejadian hipertensi pada usia 45-54 tahun di Desa Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara densitas energi dan indeks massa tubuh (IMT) dengan kejadian hipertensi pada usia 45-54 tahun di Desa Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan densitas energi pada usia 45-54 tahun di Desa Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang.
- b. Mendeskripsikan indeks massa tubuh (IMT) pada usia 45-54 tahun di Desa Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang.

- c. Mendeskripsikan hipertensi pada usia 45-54 tahun di Desa Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang.
- d. Menganalisis hubungan densitas energi dengan kejadian hipertensi pada usia 45-54 tahun di Desa Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang.
- e. Menganalisis hubungan indeks massa tubuh (IMT) dengan kejadian hipertensi pada usia 45-54 tahun di Desa Leyangan Kecamatan Ungaran Timur Kabupaten Semarang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Responden

Sebagai Informasi tambahan pengetahuan di bidang kesehatan tentang hubungan densitas energi dan indeks massa tubuh (IMT) dengan kejadian hipertensi pada usia 45-54 tahun.

2. Bagi Petugas Kesehatan

Sebagai data dan informasi yang berguna dalam kegiatan perencanaan di bidang kesehatan khususnya hipertensi pada usia 45-54 tahun.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan hubungan densitas energi dan indeks massa tubuh (IMT) dengan kejadian hipertensi pada usia 45-54 tahun.