

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Tekanan darah tinggi (hipertensi) dikenali sebagai pembunuh tersembunyi karena tidak memiliki tanda-tanda khusus yang mudah dikenali (Marjes, 2023). Seseorang dinyatakan mengalami hipertensi ketika tekanan darah sistolik yang dialaminya lebih dari 140 mmHg sementara tekanan diastolik yang dialaminya lebih dari 90 mmHg (Anik dkk., 2019). Penyakit ini menjadi persoalan kesehatan yang umum di tengah masyarakat dengan jumlah kasus yang terus bertambah (Eka, 2020).

Berdasarkan catatan World Health Organization (WHO) terbaru, hipertensi mempengaruhi lebih dari 1,2 miliar jiwa secara global dan termasuk di salah satu faktor risiko yang sangat krusial bagi serangan jantung, stroke, hingga penyakit ginjal kronik (WHO, 2023). Di Indonesia, prevalensi hipertensi terus meningkat, utamanya bagi kalangan usia dewasa dan lanjut usia. Data Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) 2018 mengindikasikan, prevalensi hipertensi bagi populasi dewasa di Indonesia mencapai 30,8. Hipertensi, ataupun tekanan darah tinggi, termasuk permasalahan medis utama yang berdampak pada kesehatan secara global.

Hipertensi bisa meningkat karena dua kelompok faktor risiko: yang bisa dimodifikasi dan yang tak bisa dimodifikasi. Kebiasaan seperti merokok, gaya hidup sedentari (kurang gerak), konsumsi garam dan lemak berlebihan, serta minuman beralkohol termasuk dalam faktor yang dapat dimodifikasi. Ketika faktor-faktor ini hadir, tubuh berubah dari fisiologisnya, yakni meningkatnya tekanan darah, kadar gula darah, kolesterol, dan dapat menyebabkan obesitas. Sementara itu, faktor yang tak bisa dimodifikasi meliputi umur, gender, dan genetik (riwayat keluarga). Orang yang menderita hipertensi umumnya mengeluhkan berbagai gejala seperti nyeri kepala, vertigo, kondisi lemas dan letih, kesulitan bernapas, kegelisahan, mual dan muntah, mimisan (epistaksis), serta penurunan kesadaran (Irwan & Sri, 2020).

Hipertensi yang tidak terkontrol bisa mengakibatkan berbagai masalah kesehatan serius yang membahayakan nyawa. Untuk itu, sangat krusial untuk mengetahui berbagai aspek yang bisa mempengaruhi tekanan darah bagi pasien hipertensi dalam upaya mengendalikan penyakit ini. Studi memperlihatkan bahwa pada pasien dengan hipertensi, tekanan darah dapat berfluktuasi akibat beberapa faktor seperti pola hidup, asupan makanan, intensitas gerak badan, serta

kondisi mental dan sosial seseorang (Rodriguez et al., 2023; Kim et al., 2023). Seiring dengan perkembangan ilmu pengetahuan, beberapa faktor lain juga telah diidentifikasi, seperti genetika, usia, jenis kelamin, dan faktor lingkungan. Faktor psikologis, seperti stres dan kecemasan, juga memegang peranan krusial sebagai pengatur tekanan darah. Faktor-faktor ini penting untuk dianalisis lebih lanjut agar dapat memberikan kontribusi dalam upaya pengendalian hipertensi yang lebih efektif.

Guna menghindarkan kejadian komplikasi dan potensi gangguan medis lain, diperlukan adanya intervensi melalui cara farmakologis ataupun non farmakologi. Intervensi dengan cara farmakologis yakni melalui kebiasaan mengkonsumsi obat antihipertensi dengan rutin tiap harinya dan mengontrol tekanan darah sebagaimana yang dianjurkan dokter. Sementara, intervensi dengan cara non farmakologi bisa berbentuk modifikasi gaya hidup yang lebih baik, dari mulai mengontrol bobot badan, mengontrol stres, mengurangi asupan garam, rendah kolesterol, berhenti merokok serta mengkonsumsi minuman beralkohol. (Ni Komang et al., 2023).

Beberapa penelitian terdahulu telah mengkaji faktor-faktor risiko hipertensi. Penelitian Lestari (2019) mengidentifikasi sejumlah faktor risiko hipertensi meliputi umur, jenis kelamin, aktivitas fisik, dan tingkat stres. Analisis statistik menggunakan chi-square mengindikasikan terdapatnya korelasi signifikan antara jenis kelamin dan hipertensi ( $p=0,04$ ;  $\alpha \leq 0,05$ ). Sejalan dengan hal tersebut, studi yang dilakukan Kurniawan dan Sulaiman (2019) dengan tingkat kepercayaan 95% menemukan korelasi antara aktivitas fisik ( $p=0,031$ ) dan tingkat stres ( $p=0,018$ ) dengan kasus hipertensi.

Peran aktivitas fisik dalam pengendalian tekanan darah dikuatkan oleh penelitian Lee dan Johnson (2022), yang menghasilkan temuan, terdapatnya korelasi signifikan antara aktivitas fisik dan hipertensi ( $p=0,014$ ). Penelitian tersebut mengindikasikan, pasien yang rutin berolahraga bertekanan darah lebih terkendali dibandingkan yang tidak aktif. Temuan tersebut dikuatkan studi dari Tan et al. (2021) yang menyimpulkan, gaya hidup sedentari meningkatkan risiko hipertensi.

Berdasarkan hasil penelitian Bahtiar & Aryanti, (2022). tentang hubungan pola makan, dukungan keluarga terhadap stadium hipertensi pada lansia terdapat korelasi antara pola makan dan hipertensi didapatkan data  $p\text{-value} = 0,000$ . Terdapat persamaan hasil penelitian Akbar et

al., (2021) tentang analisis pola makan dengan hipertensi yang dialami orang lanjut usia menunjukkan data, terdapatnya kaitan pola makan dengan kasus hipertensi didapatkan hasil  $p\text{-value} = 0,005$ . Di temukan perbedaan hasil dari penelitian Oktoruddin Harun, (2018) tentang korelasi pola makan dan kasus hipertensi yang dialami pasien rawat jalan ditemukan hasil tidak terdapatnya korelasi pola makan dengan kasus hipertensi melalui data  $p\text{-value} = 0,516$ .

Mengacu pengamatan awal yang dilaksanakan melalui wawancara oleh peneliti di poli penyakit dalam RS Islam Jakarta Sukapura menunjukkan bahwa terdapat 20 orang memiliki riwayat hipertensi dengan faktor keturunan, aktivitas fisik, merokok, obesitas, pola makan, dan kebiasaan minum kopi, ada 5 orang yang memiliki riwayat penyakit lainnya seperti diabetes mellitus, GERD, dan asma.

Berdasarkan latar belakang yang dijabarkan, peneliti mempunyai ketertarikan meneliti, terkait faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada pasien di Poli Penyakit Dalam RS Islam Jakarta Sukapura.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Tekanan darah tinggi ataupun hipertensi ialah gangguan medis yang tidak menular yang merupakan perhatian utama kesehatan global dan nasional. Angka kejadian hipertensi mengindikasikan tren meningkat tiap tahunnya serta keadaan tersebut bisa memicu beragam komplikasi kronik, dari mulai serangan jantung dan pembuluh darah, gangguan fungsionalitas ginjal, serta kematian prematur. Berbagai hal dapat memicu timbulnya hipertensi, mulai dari aspek demografi seperti umur dan gender, pola hidup termasuk asupan makanan, olahraga, kebiasaan mengonsumsi minuman beralkohol dan rokok, hingga kondisi biologis seperti genetik, kegemukan, tingginya kadar lemak darah, dan tekanan mental. Meskipun Poli Penyakit Dalam mencatat banyak kunjungan pasien hipertensi, belum ada kajian mendalam tentang sejumlah faktor yang berkaitan dengan munculnya hipertensi yang dialami pasien yang berobat di poli tersebut.

Berdasarkan uraian data tersebut peneliti hendak menyelidiki lebih lanjut sejumlah faktor yang berhubungan dengan kasus hipertensi yang dialami pasien di poli penyakit dalam RS Islam Jakarta Sukapura?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Menyelidiki faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada pasien di Poli Penyakit Dalam RS Islam Jakarta Sukapura

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui distribusi frekuensi demografi responden berdasarkan usia, jenis kelamin, dan keturunan di Poli Penyakit Dalam RS Islam Jakarta Sukapura
2. Mengetahui distribusi frekuensi aktivitas fisik, merokok, obesitas, pola makan dan kebiasaan minum kopi di poli penyakit dalam RS Islam Jakarta Sukapura
3. Mengetahui distribusi frekuensi kejadian hipertensi di Poli Penyakit Dalam RS Islam Jakarta Sukapura
4. Menganalisis hubungan usia dengan kejadian hipertensi di Poli Penyakit Dalam RS Islam Jakarta Sukapura
5. Menganalisis hubungan jenis kelamin dengan kejadian hipertensi di Poli Penyakit Dalam RS Islam Jakarta Sukapura
6. Menganalisis hubungan keturunan dengan kejadian hipertensi di Poli Penyakit Dalam RS Islam Jakarta Sukapura
7. Menganalisis hubungan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi di Poli Penyakit Dalam RS Islam Jakarta Sukapura
8. Menganalisis hubungan merokok dengan kejadian hipertensi di Poli Penyakit Dalam RS Islam Jakarta Sukapura
9. Menganalisis hubungan obesitas dengan kejadian hipertensi di Poli Penyakit Dalam RS Islam Jakarta Sukapura
10. Menganalisis hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi di Poli Penyakit Dalam RS Islam Jakarta Sukapura
11. Menganalisis hubungan kebiasaan minum kopi dengan kejadian hipertensi di Poli Penyakit Dalam RS Islam Jakarta Sukapura

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini harapannya bisa berkontribusi kepada pemahaman yang lebih luas dan digunakan menjadi rekomendasi dalam mengembangkan keilmuan m keperawatan yang terkait kejadian hipertensi.

#### 1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat langsung dari suatu kajian yang bisa dirasakan oleh individu, kelompok, atau institusi tertentu dalam konteks nyata. Faktor-faktor yang berkorelasi dengan kasus hipertensi, manfaat praktis bisa dirumuskan di antaranya:

##### 1. Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini bisa berkontribusi menjadi acuan dan kajian pustaka mengenai berbagai faktor yang mempengaruhi kejadian hipertensi, yang berguna dalam pemberian pelayanan keperawatan pada penderita hipertensi

##### 2. Bagi Pasien Hipertensi

Penelitian ini harapannya bisa memberi informasi, sehingga dapat mendorong motivasi pasien untuk meningkatkan kesehatan serta menurunkan prevalensi komplikasi akibat hipertensi.

##### 3. Bagi Institusi Pendidikan

Temuan yang dihasilkan bisa menjadi acuan dan landasan untuk studi - berikutnya, sehingga keterbatasan pada penelitian mengenai faktor-faktor yang terkait tingkat hipertensi bisa disempurnakan mengikuti perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi.

##### 4. Bagi Peneliti

Temuan yang dihasilkan harapannya bisa memperkaya wawasan, keilmuan, serta pengalaman dalam mengkaji terkait sejumlah faktor yang berkorelasi dengan tingkat hipertensi