

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lansia merupakan seseorang yang sudah menginjak usia 60 keatas. lansia mengalami berbagai perubahan baik secara fisik maupun mental (Putri 2021). Lansia termasuk dalam golongan atau populasi yang memiliki resiko (*population at risk*) yang jumlahnya mengalami peningkatan setiap tahunnya (WHO, 2020). Penuaan memengaruhi sistem pencernaan lansia, merubah status gizi dan kesehatan fisik. Perubahan pada struktur dan fungsi sel, jaringan, serta organ meningkatkan kerentanan terhadap penyakit.

Menurut World Health Organization (WHO 2022) di kawasan Asia Tenggara populasi lansia sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Persentase penduduk lanjut usia lansia di Indonesia sebesar 11,75% pada 2023. Angka tersebut naik 1,27% dibandingkan dengan tahun sebelumnya yang sebesar 10,48% atau sekitar 29,3 juta orang. Menurut direktorat jenderal kependudukan dan pencatatan sipil , terdapat 30,16 juta jiwa penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia pada 2021. Kelompok ini persentasenya mencapai 11,01% dari total penduduk Indonesia yang berjumlah 273,88 juta jiwa (Inayati et al. 2022).

Jumlah penduduk lansia di Kota Pekanbaru menurut BPS Riau 2023 yang berumur 60-64 tahun sebanyak 29.870 orang, umur 65-69 tahun sebanyak 20.477 orang, umur 70-75 tahun sebanyak 8.550 orang, sedangkan umur 75+ tahun sebanyak 7.828 orang. Menurut data kementerian kesehatan tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi penyakit tertinggi pada lansia adalah hipertensi. Prevalensi hipertensi di Indonesia cenderung meningkat seiring bertambahnya usia yaitu prevalensi hipertensi pada kelompok usia 55-64 tahun sebesar 55,2%, kelompok usia 65-74 tahun 63,2% dan kelompok usia >75 tahun sebesar 69,5% atau mencapai 90 juta jiwa di tahun 2018.

Hipertensi merupakan salah satu dari sepuluh penyakit terbanyak rawat jalan di Provinsi Riau Tahun 2020 hipertensi menduduki posisi kedua di kota Pekanbaru dengan angka 19.503 kasus (Darmataty et al. 2023). Laporan Riskesdas tahun 2018

menunjukkan bahwa di Provinsi Riau pada penduduk berusia >18 tahun yaitu 21% pada laki laki dan 21,7% pada perempuan. Prevalensi hipertensi pada kelompok usia 55-64 tahun sebesar 45,6%, kelompok usia 65-74 tahun sebesar 61,8 % dan kelompok usia > 75 tahun sebesar 72,5% (Kemenkes RI, 2019).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Tahun 2019 pelayanan kesehatan dengan hipertensi paling tinggi pada Puskesmas Simpang Tiga sebesar 29,6 % di ikuti dengan Puskesmas Melur sebesar 27,9. Sedangkan menurut data dinas kesehatan Provinsi Riau tahun 2020 jumlah penderita hipertensi di Puskesmas sekota Pekanbaru sampai saat ini adalah 19.503. jiwa. Menurut data, menunjukkan data Puskesmas Simpang Tiga dengan 3.479 kasus hipertensi pada tahun 2021 (Hasanah et al. 2023).

Pada posyandu lansia yang masuk dalam cakupan kerja pukesmas simpang tiga ini merupakan posyandu yang aktif dalam melakukan kegiatan setiap bulannya seperti senam lansia, pengecekan tekanan darah, dan lain- lain. Sebagian besar lansia yang tercatat mengalami hipertensi dengan kebiasaan makan lansia yang mengonsumsi ikan di awetkan seperti ikan asin atau teri yaitu sekitar 4 -5 kali dalam seminggu di daerah tersebut

Terdapat faktor-faktor yang dapat meningkatkan resiko hipertensi salah satunya yaitu asupan makan kebiasaan konsumsi lemak dan natrium. Asupan makan berpengaruh pada keadaan gizi yang mempengaruhi kesehatan individu dan masyarakat, asupan makan yang tidak terkontrol dapat meningkatkan tekanan darah seperti kebiasaan mengonsumsi makanan dengan kadar garam berlebih, makanan berlemak terutama pada asupan lemak jenuh dan kolesterol (Purwati et al. 2021). Hasil penelitian Abdurrachim et al. (2019) di masukkan angka antara natrium dengan tekanan darah menyatakan bahwa ada hubungan yang antara asupan natrium terhadap tekanan darah lansia. Penelitian tersebut menunjukkan tingginya asupan natrium terhadap tekanan darah sistolik dan diastolik akan semakin meningkat. Pada penelitian tersebut dijelaskan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan lemak dengan kejadian hipertensi. Responden dengan asupan lemak lebih berisiko 3,8 kali lebih besar untuk mengalami hipertensi dibandingkan dengan responden dengan asupan lemak yang sedang dan rendah.

Salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi yaitu asupan makanan tinggi karbohidrat ($\geq 75\%$ dari total kebutuhan sehari) dapat menyebabkan hipertensi. Mengonsumsi karbohidrat berlebihan dapat meningkatkan kadar trigliserida dalam darah dan mengubah karbohidrat menjadi lemak dan menyebabkan obesitas. Kadar lemak yang tinggi dapat menyebabkan aterosklerosis yang akhirnya akan menyebabkan terjadinya hipertensi (Wati et al. 2023).

Asupan makanan dengan kandungan lemak dan natrium yang tinggi dapat mempengaruhi tinggi rendahnya tekanan darah dalam tubuh sehingga menyebabkan terjadinya hipertensi. Asupan kalium yang meningkat akan menurunkan tekanan darah pada beberapa kasus tertentu. Pada penelitian Legi (2020) membuktikan kenaikan kadar natrium dalam darah dapat merangsang sekresi renin dan mengakibatkan penyempitan pembuluh darah perifer yang berdampak pada meningkatnya tekanan darah. Hubungan asupan natrium terhadap tekanan darah, jika dikonsumsi lebih banyak akan meretensi lebih banyak air untuk mempertahankan pengenceran elektrolit, sehingga cairan intensin biasa terakumulasi dan volume plasma meningkat. Peningkatan volume plasma dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah, terutama bila fleksibilitas pembuluh darah menurun oleh arterosklerosis

Berdasarkan uraian latar belakang diatas saya tertarik untuk mengetahui gambaran asupan makan dan hipertensi pada lansia Posyandu Lansia Di RW 01 Kelurahan Perhentian Marpoyan Damai Kota Pekanbaru.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka penelitian merumuskan masalah penelitian ini : Bagaimana Gambaran Asupan Makan dan Hipertensi pada Lansia Di Di RW 01 Kelurahan Perhentian Marpoyan Damai Kota Pekanbaru.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Adapun tujuan dari penelitian ini untuk mempelajari bagaimana Gambaran Asupan Makan dan Hipertensi pada Lansia Di RW 01 Kelurahan Perhentian Marpoyan Damai Kota Pekanbaru.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui asupan karbohidrat, lemak dan asupan natrium pada lansia di posyandu lansia RW 01 Kelurahan Perhentian Kecamatan Marpoyan damai.
- b. Mengetahui kejadian hipertensi lansia di posyandu lansia RW 01 Kelurahan Perhentian Kecamatan Marpoyan damai.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Responden

Manfaat penelitian ini bagi responden yaitu hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran kepada responden untuk mengetahui gambaran asupan makan dan hipertensi pada lansia.

1.4.3 Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi pembelajaran bagi mahasiswa yang lain dan dapat dikembangkan lagi. lansia yang menderita hipertensi Di RW 01 Kelurahan Perhentian Marpoyan Damai

1.4.4 Bagi Peneliti

Manfaat penelitian ini bagi peneliti yaitu hasil penelitian ini dapat dijadikan pengalaman dan pengetahuan dalam pelaksanaan penelitian serta dapat dijadikan acuan bagi peneliti selanjutnya.

1.5 Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini yaitu mengenai gambaran dari asupan makan dan pemeriksaan hipertensi Sampel penelitian seluruh lansia di Posyandu lansia RW 01 Kelurahan Perhentian Maroyan Kecamatan Marpoyan Damai.