

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang harus diwaspadai karena merupakan penyebab dominan terjadinya peningkatan angka mortalitas dan morbiditas di masyarakat. Prevalensi penyakit ini semakin meningkat di seluruh dunia. Penderita hipertensi diperkirakan satu dari empat orang penduduk di negara maju dan dua per tiga penduduk di negara berkembang (Rahayu dkk., 2022). Hipertensi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah pada pembuluh darah mengalami peningkatan secara terus - menerus. Hal ini dapat terjadi dikarenakan kerja jantung lebih keras dalam memompa darah guna memenuhi oksigen dan nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh (Riskesdas, 2013).

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi hipertensi, salah satunya adalah kelebihan berat badan. Seseorang dengan kelebihan berat badan memiliki risiko hampir dua kali lipat mengalami hipertensi dibandingkan dengan berat badan yang normal (Maulidina dkk., 2018). Kelebihan berat badan akan memicu peningkatan aktivitas sistem saraf simpatis, meningkatkan retensi natrium, dan menghambat pembesaran pembuluh darah sehingga dapat menyebabkan hipertensi (Purwaningtyas dkk., 2023).

Hipertensi diderita oleh 1,13 miliar orang di seluruh dunia (WHO, 2022). Sekitar sepertiga di benua Asia Tenggara menderita hipertensi hampir 1.5 juta kematian setiap tahun pada orang dewasa (WHO, 2018). Prevalensi hipertensi tertinggi pada jenis kelamin perempuan sebesar tiga puluh enam koma delapan puluh lima persen (36,85%) sedangkan pada laki-laki sebesar tiga puluh satu koma tiga puluh empat persen (31,34%). (Riskesdas, 2018).

Resiko hipertensi juga akan meningkat seiring bertambahnya usia seseorang (Brigita, 2020). Secara umum kelompok umur yang menderita hipertensi adalah 31 – 44 tahun (31,6%), 45 – 54 tahun (45,3%), 55 – 64 tahun (55,2%) (Kementerian Kesehatan, 2019). Berdasarkan data Kementerian Kesehatan tahun 2018, prevalensi hipertensi pada lansia Indonesia berusia 55

– 64 tahun sebesar 45,9%, pada usia 65-74 tahun sebesar 57,6%, dan pada usia di atas 75 tahun sebesar 63,8%. (Kemenkes RI, 2019).

Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023 prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia  $\geq 18$  tahun sebesar 30,6%. Menurut hasil data Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023 Provinsi Riau tahun 2023 Prevalensi hipertensi pada penduduk usia  $\geq 18$  tahun di Provinsi Riau mengalami penurunan persentase yaitu sebesar 29,1% pada tahun 2018 menjadi 25,6% pada tahun 2023. Menurut Dinas Kesehatan Riau pada tahun 2019 mengatakan Provinsi Riau menjadi urutan kedua tertinggi kejadian hipertensi dalam sepuluh penyakit terbanyak (Dinkes Provinsi Riau, 2019).

Komposisi tubuh dapat melihat gambaran obesitas secara lebih spesifik karena dapat melihat distribusi lemak pada tubuh seperti persen lemak tubuh dan lemak visceral. Persen lemak tubuh total (*total body fat*) merupakan salah satu komponen utama dalam komposisi tubuh yang paling umum diukur (Yuliasih dkk., 2020). Lemak tubuh (*body fat*) dapat menggambarkan massa lemak yang ada di tubuh baik lemak subkutan maupun lemak *visceral* (lemak yang terdapat pada organ) (Kusumawati, 2016). Lemak tubuh (*body fat*) dapat digunakan pedoman tingkatan obesitas, seseorang yang mengalami obesitas biasanya akan mengalami peningkatan kadar lemak di dalam darah sehingga menyebabkan penyempitan pembuluh darah, penyempitan inilah yang memicu jantung bekerja lebih kuat dalam memompa darah dan menyebabkan tekanan darah meningkat (Ananta, 2023).

*Visceral fat* merupakan lemak tubuh yang terkumpul di bagian sentral tubuh dan melingkupi organ internal. Kelebihan lemak *visceral* berhubungan erat dengan peningkatan risiko penyakit kardiovaskuler, sindrom metabolic seperti hipertensi (Kurniasanti, 2020). Lemak *visceral* tubuh umumnya terletak pada organ utama manusia, seperti hati, pankreas, dan ginjal. Ini memastikan bahwa ada jarak tertentu antara setiap organ. Terlalu banyak timbunan lemak *visceral* dapat menyebabkan peradangan dan tekanan darah tinggi, sehingga meningkatkan risiko masalah kesehatan yang serius (Chowdhury, 2017).

Berdasarkan survei awal pada penelitian di SMAN 3 Siak Hulu dari hasil pengukuran antropometri diketahui 48% pada guru tersebut mengalami obesitas. Berdasarkan hal ini peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengukur lemak tubuh dan lemak visceral dengan status hipertensi hal ini sejalan dengan judul peneliti yaitu yang berjudul “Gambaran *Body Fat*, *Visceral Fat* dan Status Hipertensi pada Guru SMAN 3 Siak Hulu”

## **1.2 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian adalah “ Bagaimana Gambaran *Body Fat*, *Visceral Fat* dan Status Hipertensi pada Guru SMAN 3 Siak Hulu?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan Umum penelitian ini adalah untuk mengetahui Gambaran *Body Fat*, *Visceral Fat* dan Status Hipertensi pada Guru SMAN 3 Siak Hulu?

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui gambaran *body fat* pada Guru SMAN 3 Siak Hulu
2. Mengetahui gambaran *visceral fat* pada Guru SMAN 3 Siak Hulu
3. Mengetahui gambaran status hipertensi pada Guru SMAN 3 Siak Hulu

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Peneliti**

Menambah pengetahuan dan pengalaman dalam bidang penelitian khususnya Gambaran *Body Fat*, *Visceral Fat* dan Status Hipertensi pada Guru SMAN 3 Siak Hulu. Serta untuk mengaplikasi ilmu yang telah didapat selama perkuliahan.

### **1.4.2 Bagi Institusi Gizi**

Manfaat penelitian ini bagi Memberikan informasi dan diharapkan dapat memberikan manfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan menambah referensi keilmuan dalam bidang gizi terutama tentang status hipertensi, *body fat*, dan *visceral fat*.

### **1.4.3 Bagi Masyarakat**

Manfaat penelitian ini bagi masyarakat yaitu menjadi informasi tentang bagaimana gambaran status hipertensi, *body fat*, dan *visceral fat* pada obesitas.