

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1. Latar Belakang**

Hipertensi merupakan penyakit yang sering kita jumpai di masyarakat sekitar dan penyakit ini sangat beresiko karena dapat menimbulkan komplikasi bagi yang terkena dampaknya. Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah melewati batas normal sistolik 140 mmHg dan diastolik 90 mmHg lebih > pada 2 kali pengukuran dalam waktu selang 2 menit. (Erdwin Wicaksana et al., 2019). Tekanan darah sistolik adalah tekanan darah yang terjadi ketika jantung berkontraksi dan memompa darah keluar dari arteri, sedangkan tekanan darah diastolik adalah tekanan darah yang terjadi ketika jantung berelaksasi dan mengisi darah kembali (Sumaryati, 2018).

Hipertensi merupakan salah satu penyebab gangguan kesehatan yang cukup berbahaya, karena tekanan darah tinggi merupakan faktor risiko utama terjadinya penyakit kardiovaskular seperti gagal jantung, stroke, jantung koroner, serangan jantung merupakan dua penyebab kematian utama di dunia (WHO, 2018). Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan masyarakat global, regional, nasional dan lokal (Fauziah et al., 2021).

Hipertensi merupakan penyakit kronis dengan frekuensi tinggi. Data WHO menunjukkan bahwa hipertensi menyerang 22 % penduduk dunia, dan di Asia Tenggara sendiri prevalensi hipertensi sebesar 36 % (WHO, 2018). Prevalensi hipertensi tertinggi pada jenis kelamin perempuan sebesar (36,85%) sedangkan pada laki-laki (31,34%). (Risikesdas, 2018). Seiring bertambahnya usia seseorang, risiko hipertensi juga meningkat ( 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). Prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 31,7 persen. Pada tahun 2025, diperkirakan 29% orang dewasa di seluruh dunia akan mengalami hipertensi. (WHO, 2018). 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 prevalensi Seiring bertambahnya usia seseorang, risiko hipertensi juga meningkat ( Brigita, 2020).

Berdasarkan penyebabnya, hipertensi dibedakan menjadi dua, yaitu hipertensi primer dan hipertensi sekunder. Hipertensi primer atau istilah lain esensial adalah hipertensi yang tidak diketahui penyebabnya. Beberapa faktor risiko yang mungkin berperan antara lain usia, jenis kelamin, genetika, merokok, asupan garam, asupan lemak, aktivitas fisik, dan obesitas. Sementara itu, hipertensi sekunder yang penyebabnya dapat diidentifikasi adalah kelainan pembuluh darah ginjal, hipertiroidisme, dan disfungsi adrenal (hiperaldosterolisme) (Nurhaedah, 2018).

Hipertensi dapat dicegah dan dikendalikan melalui pola hidup sehat. Pola hidup sehat meliputi pola makan seimbang, diet DASH yakni (memenuhi kebutuhan gizi dan tinggi serat, rendah lemak dan rendah natrium (kurang dari 6 gram natrium per hari), rendah kalium,) olah raga teratur, istirahat cukup, berpikir positif, merokok. alkohol, karena tembakau dan alkohol dapat meningkatkan risiko hipertensi. Namun kurangnya informasi masyarakat yang memadai mengenai tekanan darah tinggi dan pencegahannya meningkatkan angka kejadian hipertensi. Beberapa penelitian lain menunjukkan bahwa tekanan darah yang tidak terkontrol tujuh kali lebih besar kemungkinannya menyebabkan stroke, enam kali lebih besar kemungkinannya menyebabkan gagal jantung, dan tiga kali lebih besar kemungkinannya menyebabkan serangan jantung (Justinho, 2021).

Upaya penanganan hipertensi dan potensi komplikasinya harus ditingkatkan untuk menurunkan angka kesakitan dan kematian, oleh karena itu diperlukan upaya preventif melalui pemahaman, pengetahuan terkait makanan yang baik dikonsumsi dan tidak baik dikonsumsi dan pengelolaan gaya hidup pasien hipertensi (Justinho, 2021). Tingkat pengetahuan dan pemahaman pasien hipertensi tentang penyakitnya, pasien semakin sadar dalam menjaga pola hidup, rutin minum obat, dan kepatuhan pasien dalam berobat pun semakin meningkat. Pemerintah telah melakukan berbagai upaya pencegahan penyakit, antara lain promosi kesehatan di berbagai fasilitas kesehatan, konseling kefarmasian, perawatan di rumah, dan program pengobatan penyakit kronis (prolanis) (Justinho, 2021).

Berdasarkan peneliti terkait hubungan pengetahuan dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tateli Kabupaten Minahasa bahwa responden yang memiliki pengetahuan yang baik yaitu sebanyak 53 orang atau sebesar 58,9%, sedangkan responden yang memiliki pengetahuan tidak baik yaitu 37 orang atau sebesar 41,1%, sehingga dapat dinyatakan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik tentang hipertensi. Hal ini dikarenakan Puskesmas sering melakukan penyuluhan tentang hipertensi kepada masyarakat Tateli. Selain itu juga, beberapa responden mengatakan bahwa mereka mendengar informasi tentang hipertensi dimedia masa dan media elektronik. Pengetahuan yang baik tentang hipertensi dapat mempengaruhi perilaku masyarakat dalam mencegah hipertensi (Valdano A. Limbong, 2016).

Berdasarkan sebab itu peneliti memilih tempat penelitian di SMAN 3 Siak Hulu yakni sesuai dengan kriteria penelitian peneliti serta respondennya guru dikarenakan orang dewasa dengan pola makan buruk mendapatkan hasil penyakit hipertensi yang tinggi, sehingga ada hubungan antara pola makan dan penyakit hipertensi pada orang dewasa maupun lansia. Oleh sebab itu peneliti ingin meneliti pada guru dikarenakan untuk mengetahui pengetahuan guru terkait kesehatan tentang hipertensi, yang dimana guru dengan kedudukannya yang tinggi dalam konstruksi sosial suatu negara, dapat digunakan sebagai teladan dalam pengendalian hipertensi bagi masyarakat umum. Serta dari survey awal dan wawancara dengan pihak sekolah beserta guru disana sebagian besar ada yang memiliki tekanan darah tinggi dan sedang. Berdasarkan survey awal tempat penelitian di SMAN 3 Siak Hulu belum ada kegiatan pemeriksaan kesehatan terkait hipertensi pada guru.

Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian untuk mengukur dan mengetahui tingkat pengetahuan dan pola makan dengan status hipertensi yang berjudul “Gambaran pola makan, pengetahuan dan status hipertensi pada guru usia di SMAN 3 Siak Hulu ”.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, maka penelitian ini merumuskan masalah yaitu “Bagaimana gambaran pola makan, pengetahuan dan status hipertensi pada guru SMAN 3 Siak Hulu ?”

## **1.3. Tujuan Penelitian**

### **1.3.1. Tujuan Umum**

Tujuan umum penelitian yang diambil sebagai berikut :

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan, pola makan dan status hipertensi pada guru di SMAN 3 Siak Hulu.

### **1.3.2. Tujuan Khusus**

Tujuan khusus penelitian ini sebagai berikut :

1. Mengetahui pengetahuan kesehatan mengenai hipertensi pada guru di SMAN 3 Siak Hulu
2. Mengetahui pola makan terkait kesehatan mengenai hipertensi pada guru di SMAN 3 Siak Hulu
3. Mengetahui status hipertensi pada guru di SMAN 3 Siak Hulu

## **1.4. Manfaat Penelitian**

### **1.4.1. Manfaat Wawasan**

Manfaat secara wawasan terhadap penelitian sebagai berikut :

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan dapat dijadikan sebagai sumber pemikiran dalam mempelajari bagaimana gambaran pola makan dan pengetahuan terkait status hipertensi pada orang dewasa.

### **1.4.2. Manfaat Praktis**

Manfaat secara praktis terhadap penelitian sebagai berikut :

Diharapkan penelitian ini dapat menambah informasi mengenai gambaran pola makan dan pengetahuan terkait status hipertensi pada orang dewasa.