

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara abnormal dan terus menerus pada beberapa kali pemeriksaan tekanan darah yang disebabkan satu atau beberapa faktor risiko yang tidak berjalan sebagaimana mestinya dalam mempertahankan tekanan darah secara normal. Hipertensi terjadi apabila tekanan darah lebih dari 140/90 mmhg (Saferi, et al (2013). Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya Hipertensi dibagi menjadi dua, yaitu faktor yang dapat dikontrol dan faktor yang tidak dapat dikontrol (Suraoka, 2012). Faktor yang dapat dikontrol antara lain: Obesitas, aktivitas fisik, merokok, konsumsi makanan tinggi garam, konsumsi lemak jenuh, konsumsi alcohol, dan stres. Faktor yang tidak dapat dikontrol antara lain: Riwayat keluarga (keturunan), jenis kelamin, dan umur. Jumlah yodium yang dibutuhkan oleh tubuh manusia adalah 150 µg/hari. Kebutuhan yodium per hari pada manusia adalah sebagai berikut: bayi usia 0-6 bulan kebutuhan sebanyak 90µg/hari, bayi usia 7-11 bulan kebutuhan sebanyak 120µg/hari, anak usia 1-3 tahun kebutuhan sebanyak 120µg/hari, dewasa kebutuhan sebanyak 150µg/hari, ibu hamil kebutuhan sebanyak 220 µg/hari, ibu menyusui 250 µg/hari, dan tua kebutuhan sebanyak 150 µg/hari (sparinga 2016).

Berdasarkan studi pendahuluan di desa Robatal Sampang, didapatkan hasil wawancara dari beberapa orang yang mengalami hipertensi, mengatakan bahwa mereka tidak mengetahui gejala yang terjadi pada hipertensi, makanan pada diet hipertensi, dan keluarga lebih banyak menyarankan berkunjung ke dukun sebelum ke pelayanan kesehatan. Dan hasil wawancara pada pasien yang menderita hipertensi sekitar 10 dari 37 orang kurang mengetahui tentang diet garam, seperti batasi penggunaan garam pada masakan yang lebih dari 1sendok, mengkonsumsi ikan asin

dan sayuran yang mengandung garam, dan sering mengkonsumsi siap saji atau Sarden. Garam menjadi pemicu penyakit yang menjadi salah satu silent killer disease atau penyakit pembunuh secara diam-diam di Indonesia.

Prevelensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran menurut usia >18 tahun sebesar 25,8%. Prevelensi hipertensi di Indonesia yang di peroleh melalui kuesioner terdiagnosis tenaga kesehatan adalah 9,4% yang di diagnosis tenaga kesehatan sebesar atau sedang minum obat sebesar 9,5%. Jadi terdapat 0,1% yang minum obat sendiri. Responden yang mempunyai tekanan darah normal tetapi sedang minum obat hipertensi sebesar 0,7%. Jadi prevelensi hipertensi di Indonesia sebesar 26,5%. (Kemenkes RI, 2013).

Jawa Timur menempati posisi pertama untuk provinsi dengan prevalensi hipertensi tertinggi yaitu sebesar 37,4% (Dinkes,2014), sedangkan menurut survey Terpadu Penyakit atau disingkat STP puskesmas di Jatim tahun 2015, sejumlah daerah dijatim yang paling banyak menyumbang pasien penderita hipertensi yaitu pertama kabupaten malang, jumlah penderita 31.789 orang. kota Surabaya peringkat ke 2 sejumlah 28.970 penderita, dan madura peringkat ke 3 sejumlah 28.955 penderita. (Delly *et, al*, 2016). Berdasarkan *Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Sampang* tahun 2014 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi menurut diagnosis dokter/ gejala tertinggi ialah robatal (85,43%), kemudian disusul oleh ketapang (71,75%), tetapi mungkin ada puskesmas yang masih belum bisa menampilkan data prevalensi hipertensi dengan berbagai macam alasan.

Beberapa faktor yang saling berhubungan mungkin juga turut serta menyebabkan peningkatan tekanan darah pada pasien hipertensif, dan peran mereka berbeda pada setiap individu. Diantara faktor-faktor yang telah dipelajari secara intensif adalah asupan garam, obesitas dan resistensi insulin, sistem renin-angeotensin, dan sistem saraf simpatis pada beberapa tahun belakangan,

faktor lainnya telah dievaluasi, termasuk genetik disfungsi endotel (yang tampak pada perubahan endotelin dan nitrat oksida (Saferi,et al (2013).

Gaya hidup merupakan faktor penting yang mempengaruhi kehidupan masyarakat. Gaya hidup yang tidak sehat dapat menjadi penyebab terjadinya hipertensi misalnya konsumsi tinggi garam pola makan, konsumsi alcohol, konsumsi lemak, aktivitas fisik dan stres (Puspitorini dalam Sount dkk. 2014).

Seseorang yang mengkonsumsi tinggi garam dapat menyebabkan peningkatan pelepasan renin atau aldosteron penurunan aliran darah ke ginjal sehingga garam, ginjal tidak mampu mengsekresi, sehingga volume plasma meningkat dan volume diastolik meningkat sehingga menyebabkan hipertensi.

Kurangnya mengkonsumsi sumber makanan yang mengandung kalium mengakibatkan jumlah natrium menumpuk dan akan meningkatkan resiko hipertensi (Junaedi dkk. 2013). Ketika tubuh kita mendapatkan asupan garam yang terus meningkat, maka volume darah akan meningkat dan dapat meningkatkan beban kerja pada jantung. Kerusakan pada ginjal, masalah pembuluh darah, serangan jantung, dan stroke adalah beberapa kondisi dari resiko hipertensi (Yuli, 2014).

Komplikasi yang dapat terjadi pada penderita Tekanan darah tinggi yang tidak diobati dan tanggulangi, maka dalam jangka panjang akan menyebabkan kerusakan arteri didalam tubuh sampai organ yang mendapat suplai darah dari arteri tersebut. Komplikasi hipertensi dapat terjadi pada organ-organ sebagai berikut: Jantung, otak, ginjal, mata, dan kematian. (Saferi,et al (2013).

Untuk mengetahui terjadinya hipertensi karena tinggi garam yang dikonsumsi di Madura, serta belum banyak penelitian terkait masalah hipertensin atau peningkatan tekanan darah, maka peneliti

tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Pola Konsumsi Makanan Tinggi Garam dengan Kejadian Hipertensi di Masyarakat Robatal-Sampang”.

1.2 Rumusan Masalah

“Apakah ada Hubungan Pola Konsumsi Makanan Tinggi Garam dengan Kejadian Hipertensi di Masyarakat Robatal-Sampang?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis Hubungan Pola Konsumsi Makanan Tinggi Garam dengan Kejadian Hipertensi di Masyarakat Robatal-Sampang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi pola konsumsi Makanan tinggi garam di Masyarakat Robatal-Sampang
2. Mengidentifikasi kejadian hipertensi di Masyarakat Robatal-Sampang
3. Menganalisis hubungan pola konsumsi makanan tinggi garam dengan kejadian hipertensi di masyarakat Robatal-Sampang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Membuktikan secara teoritis bahwa pola konsumsi makanan tinggi garam dapat menyebabkan Hipertensi sehingga dapat diaplikasikan dalam ilmu keperawatan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan bagi eneliti yang lain ingin mengkaji lebih dalam tentang hal-hal yang berkaitan dengan pola konsumsi tinggi garam dengan kejadian hipertensi.

2. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi danstrategi mengenai cara mengkonsumsi makanan tinggi garam dengan kejadian hipertensi.

3. Bagi pelayanan keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi pelayanan keperawatan khususnya keperawatan medical bedah, keperawatan keluarga dan komunitas. Program yang dapat dilakukan oleh perawat komunitas dengan kolaborasi para tenaga kesehatan dapat mensosialisasikan pentingnya faktor penyebab terjadinya hipertensi.

