

# BAB I

## PENDAHULUAN

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Berdasarkan Undang – Undang Nomor 13 Tahun 1998 Lanjut usia adalah seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas (Kusumo, 2020). Pada data Susenas Maret 2023, jumlah penduduk lansia yang ada di Indonesia sebanyak 11,75 persen atau sekitar 32,75 juta penduduk. Masalah utama dari bertambahnya usia adalah penurunan kapasitas fisik dan penurunan status kesehatan yang akan berdampak pada penurunan kapabilitas kerja dan disabilitas yang memerlukan perawatan dan pendampingan jangka panjang (Sari *et al.*, 2023).

Penyakit tidak menular terbanyak yang dialami lansia antara lain Hipertensi sebagai urutan pertama sebanyak 57,6 % lalu diikuti oleh artritis, dan stroke (Meiriana, Trisnantoro and Padmawati, 2019; Rumahorbo *et al.*, 2020). Data World Health Organization (WHO) tahun 2019 memperkirakan terdapat 1,13 milyar orang dengan hipertensi di seluruh dunia. Jumlah ini akan terus meningkat setiap tahunnya dan pada tahun 2025 diperkirakan akan mencapai 1,5 Miliar kasus, dengan angka kematian dan komplikasinya diperkirakan dapat mencapai 9,4 juta setiap tahunnya (Astuti *et al.*, 2021). Salah satu faktor resiko yang dapat dimodifikasi dari terjadinya hipertensi adalah pola makan. Ketidakseimbangan kalori masuk dari makanan dan kebutuhan kalori yang dikeluarkan tubuh sebagai energi akan menyebabkan status gizi lebih dan

memiliki simpanan kalori dalam bentuk lemak (Sugeha, Mahmudiono and Rochmania, 2023). Tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol akan mengakibatkan masalah yang lebih serius, seperti penyakit jantung koroner, stroke, gagal ginjal maupun gangguan penglihatan (Anshari, 2020; Shukla *et al.*, 2022). Salah satu cara mengontrol hipertensi dengan menjaga pola makan (Fadillah, Wahyuningrum, et al., 2023).

Pada penelitian sebelumnya, terdapat nilai  $p\text{-value} = 0,005$  yang menunjukkan bahwa pola makan konsumsi energi yang berlebih berpengaruh dengan tingkat tekanan darah di atas normal (Fadillah et al., 2023). Pada penelitian serupa lainnya didapatkan sebesar 58,46% yang jumlah konsumsi energi nya berlebihan memiliki tekanan darah tinggi (Putri et al., 2018)

Berkaitan dengan tingginya angka morbiditas pada tekanan darah tinggi dan dengan faktor resiko utama yang berkontribusi salah satunya adalah diet yang tidak sehat dan Kecamatan Durenan sebagai capaian pelayanan kesehatan penderita tekanan darah tinggi tertinggi pada tahun 2020 di Kabupaten Trenggalek (Kementrian Kesehatan, 2020). Oleh karena itu penulis ingin melakukan penelitian mengenai “Hubungan Pola Makan dengan Tekanan Darah pada Lansia di Puskesmas Durenan Kabupaten Trenggalek” untuk mengetahui seberapa berpengaruhnya pola makan terhadap tekanan darah pada lansia.

## 1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan pola makan dengan tekanan darah pada lansia di Puskesmas Durenan Kabupaten Trenggalek?

### **1.3 Tujuan**

#### **1.3.1 Tujuan umum**

Mengetahui adanya hubungan pola makan tekanan darah pada lansia di Puskesmas Durenan Kabupaten Trenggalek.

#### **1.3.2 Tujuan khusus**

Mengetahui profil tekanan darah pada lansia di Puskesmas Durenan Kabupaten Trenggalek

### **1.4 Manfaat**

#### **1.4.1 Manfaat teoritis**

1. Menjelaskan hubungan pola makan dengan tekanan darah pada lansia di Puskesmas Durenan Kabupaten Trenggalek
2. Menjelaskan profil tekanan darah pada lansia di Puskesmas Durenan Kabupaten Trenggalek

#### **1.4.2 Manfaat praktis**

1. Untuk instansi terkait, diharapkan dapat menjadi informasi mengenai pola makan dan tekanan darah lansia di Puskesmas Durenan Kabupaten Trenggalek dan dapat menjadi tambahan informasi untuk program promosi kesehatan, kegiatan sosialisasi, dan sebagainya
2. Untuk masyarakat, penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman terhadap keseimbangan pola makan sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi tekanan darah.

3. Untuk peneliti, dapat memberikan tambahan pengetahuan mengenai pola makan dengan tekanan darah dan dapat memberikan edukasi mengenai pola makan untuk masyarakat sekitar.

