

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi medis serius yang secara signifikan meningkatkan risiko penyakit jantung, otak, ginjal, dan penyakit lainnya. (Wulandari, 2023). Hipertensi merupakan kondisi seseorang mengalami peningkatan tekanan darah melebihi batas normal dan merupakan penyakit tidak menular paling serius karena merupakan pembunuh diam-diam, karena mayoritas orang yang menderita hipertensi tidak menyadari penyakit ini. Seseorang yang dikatakan hipertensi apabila tekanan darah lebih dari batas normal, yaitu lebih dari 140/90 mmHg (Wahidin, 2025).

Pada tahun 2021, diperkirakan sekitar 1,28 miliar penduduk dunia berusia 30–79 tahun mengalami hipertensi, dengan mayoritas kasus ditemukan di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Prevalensi hipertensi di Indonesia, sebagai salah satu negara dengan tingkat pendapatan rendah, tercatat sebesar 34,1% dengan jumlah kasus yang diperkirakan mencapai 63.309.620 orang. Di Provinsi Jawa Timur, persentase penduduk yang mengalami hipertensi sebesar 22,71% atau sekitar 2.360.592 jiwa, dengan proporsi pada laki-laki sebesar 18,99% (808.009 orang) dan perempuan sebesar 18,76% (1.146.412 orang) (Sari C et al., 2025).

Salah satu faktor yang menyebabkan peningkatan tekanan darah tinggi adalah usia. Karena semakin bertambahnya usia seseorang maka pembuluh

darah akan cenderung lebih kaku dan elastisitasnya akan berkurang, sehingga akan mengakibatkan tekanan darah meningkat (Utami et al., 2024).



Berdasarkan data Kemenkes tahun 2019, prevalensi hipertensi pada kelompok lansia di Indonesia meningkat seiring bertambahnya usia, yaitu sebesar 45,9% pada usia 55–64 tahun, 57,6% pada usia 65–74 tahun, dan 63,8% pada usia di atas 75 tahun (Afriani et al., 2023).

Selain usia, yang menjadi faktor pemicu hipertensi adalah jenis kelamin, riwayat keluarga, genetik (faktor resiko yang tidak dapat diubah/dikontrol), kebiasaan merokok, obesitas, kurang aktivitas fisik, stress, penggunaan estrogen dan pola konsumsi garam dengan intake berlebihan (Kemenkes, 2021).

Kebiasaan konsumsi makan yang tinggi garam tapi rendah serat membawa konsekuensi terhadap berkembangnya penyakit hipertensi. Kandungan garam yang tinggi dalam makanan berkaitan erat dengan kadar natrium. Natrium adalah mineral penting yang berfungsi menjaga keseimbangan cairan, proteksi aksi, sekresi pencernaan dan penyerapan nutrisi (Lia Octarini et al., 2023). Asupan Natrium (Na) yang berlebih menyebabkan natrium tertahan dalam tubuh, sehingga meningkatkan volume darah (Kesehatan Bakti Tunas Husada)). Mengonsumsi makanan tinggi natrium akan memicu rasa haus dan mendorong peningkatan asupan cairan. Kondisi ini menyebabkan bertambahnya volume darah sehingga jantung harus bekerja lebih keras untuk memompanya, yang pada akhirnya dapat mengakibatkan kenaikan tekanan darah (Indriana & Indrawati, 2024).

Konsumsi natrium >2000 mg perhari beresiko lebih besar atau 5 kali lebih tinggi dibandingkan orang yang mengonsumsi garam <5 gram perhari atau setara dengan 5gram atau 1 sendok teh. Garam mengandung natrium yang mempunyai

sifat menahan air sehingga menyebabkan volume darah meningkat dan penyempitan pembuluh darah (Sari & Asmi, 2024).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa hipertensi pada usia lansia merupakan masalah kesehatan yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah asupan natrium. Konsumsi natrium yang berlebihan dapat meningkatkan volume darah dan tekanan pada pembuluh darah sehingga memperburuk kondisi hipertensi. Penting dilakukan penelitian mengenai gambaran kadar natrium dan tekanan darah dengan kejadian hipertensi pada lansia guna memberikan gambaran ilmiah yang dapat digunakan sebagai dasar dalam upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana Gambaran Kadar Natrium dan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Pada Usia Lansia di RSUD Haji Provinsi Jawa Timur?

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui Gambaran antara Kadar Natrium dan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Pada Usia Lansia di RSUD Haji Provinsi Jawa Timur.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan sumber informasi tambahan bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengkaji lebih dalam mengenai gambaran kadar natrium dan tekanan darah dengan hipertensi, khususnya pada kelompok usia lansia, serta dapat dikembangkan dengan variabel lain yang relevan.

1.4.2 Manfaat Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah bagi institusi pendidikan maupun pelayanan kesehatan sebagai bahan evaluasi dan pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang kesehatan dan laboratorium medis terkait hipertensi dan faktor risikonya.

1.4.3 Manfaat Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya mengontrol asupan natrium dalam kehidupan sehari-hari guna mencegah dan mengendalikan hipertensi, terutama pada kelompok usia lanjut.

