

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit darah tinggi atau dikenal Hipertensi merupakan penyakit dari semua kalangan masyarakat, menimbulkan angka morbiditas (kesakitan) dan mortalitasnya (kematian) tinggi, ketika terdiagnosa hipertensi maka dituntut menjalani pengobatan seumur hidup dan menjaga pola hidup sehat agar terkontrol dan tidak menimbulkan komplikasi (Susilo, Y., Wulandari, 2021). Penyebab hipertensi yang tidak diketahui dan individu tidak melakukan upaya pengendalian tekanan darah dapat meningkatkan risiko riwayat komplikasi seperti stroke, penyakit jantung, gagal ginjal, kebutaan hingga gangguan kognitif (*American Heart Association*, 2018; WHO, 2023).

Menurut World Health Organization (WHO) (2023) diperkirakan sekitar 1,13 miliar orang diseluruh dunia menderita hipertensi dan satu dari empat laki-laki dan satu dari lima perempuan menderita hipertensi. Dua pertiga tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Dari sejumlah penderita hanya kurang dari seperlima yang melakukan upaya pengendalian terhadap tekanan darah. Hipertensi merupakan penyebab kematian dini di seluruh dunia. Dilihat dari rekap prevalensi kejadian hipertensi pada data WHO sebanyak 40% dari total populasi di Indonesia mengalami hipertensi. Kejadian Hipertensi di Asia Tenggara berada di posisi ke-3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% terhadap total penduduk. satu di antara lima orang perempuan di seluruh dunia memiliki hipertensi. Menurut data Survei

Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi kejadian hipertensi berdasarkan diagnosa dokter dan hasil pengukuran pada usia > 15 tahun di Jawa Timur sebanyak 93.307 orang sedangkan pada usia > 18 tahun di Jawa Timur sebanyak 89.343 orang. Berdasarkan data Profil Kesehatan Jawa Timur tahun 2021, persentase hipertensi di Jawa Timur mencapai 13,47%. Jumlah pasien hipertensi terbanyak di Jawa Timur berada di Kota Surabaya yaitu sebanyak 102.599 kasus.

Penderita hipertensi tidak merasakan tanda dan gejala yang menonjol, oleh karena itu hipertensi sering disebut sebagai *silent killer*. Hal itu yang membuat penderita tidak melakukan pemeriksaan dan pengobatan lebih dini. Fenomena tersebut disebabkan karena perubahan gaya hidup masyarakat secara global. Epidemiologi hipertensi mulai mengalami pergeseran ke kelompok usia dewasa muda (Tirtasari dan Kodim, 2020). Meningkatnya kejadian hipertensi seiring dengan belum adanya perbaikan mengenai faktor perilaku yang ada dalam indikator program Germas yakni aktivitas fisik cukup, makan buah sayur, dan tidak merokok. Keadaan indikator tersebut juga tersampaikan dalam laporan Global Burden Disease 2019 bahwa belum terdapat keberhasilan dunia dalam mengurangi perilaku berisiko seperti pola makan, asupan kalori, dan aktivitas fisik (Abbafati et al., 2020). Teori H.L. Blum mendukung bahwa perilaku seseorang serta lingkungannya memberikan kontribusi sebesar 70% terhadap status kesehatan termasuk hipertensi sebab kedua faktor tersebut sangat melekat pada individu (Setyawan, 2019).

Berdasarkan urgensi yang diuraikan penekanan pentingnya pencegahan kejadian hipertensi sejak usia remaja dapat diidentifikasi melalui beberapa faktor, baik faktor yang tidak dapat diubah maupun yang dapat diubah. Faktor risiko yang tidak dapat diubah namun dapat diintervensi yakni hipertensi keluarga, umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan pekerjaan (WHO, 2003). Sedangkan faktor yang dapat diubah termasuk pola makan, konsumsi buah sayur, aktivitas fisik, merokok, dan konsumsi alkohol (WHO, 2003).

Sebelum melakukan penelitian di Poliklinik Biddokkes Polda Jatim, peneliti melakukan studi pendahuluan pada pengunjung poliklinik sebanyak 7 orang. Adapun hasil studi pendahuluan didapatkan, pada faktor keturunan sebanyak 5 orang (71%). Berdasarkan jenis kelamin diantara terdapat 3 orang (42%) berjenis kelamin perempuan dan 4 orang (57%) berjenis kelamin laki-laki. Pada faktor usia didapatkan hasil bahwa penderita hipertensi di Poliklinik berada pada rentang usia 35-55 tahun. Sebanyak 3 orang (42%) dari 7 orang penderita hipertensi memiliki kebiasaan merokok. Kebiasaan mengkonsumsi makanan berlemak/gorengan juga turut andil sebagai faktor hipertensi di Poliklinik sebesar 42% (3 orang). Selain itu, pengaruh adanya stres juga menjadi faktor utama dengan presentase sebesar 85%. Pola aktivitas tidur yang buruk juga menjadi penyebab kedua hipertensi yakni sebesar 85%. Adapun faktor lain pemicu hipertensi antara lain kelebihan berat badan serta tidak rutin meminum obat hipertensi sebesar 12%.

Berdasarkan faktor-faktor yang telah dikaji diatas, dapat dilihat bahwa hipertensi yang diderita oleh pasien di Poliklinik Biddokkes Polda Jatim disebabkan karena adanya riwayat keluarga yang memiliki hipertensi.

Penderita yang memasuki usia dewasa muda hingga paruh baya (umur 35-55 tahun) kebanyakan menderita penyakit hipertensi yang disebabkan karena kebiasaan/pola hidup yang tidak sehat seperti sering makan gorengan/makanan berlemak, obesitas, dan rata-rata berjenis kelamin laki-laki. Kebiasaan merokok dapat menyebabkan vasokonstriksi dengan meningkatkan resistensi pembuluh darah. Disamping itu, tingkat stress yang tinggi juga dapat meningkatkan denyut jantung dan tekanan darah karena adanya pelepasan hormon stres seperti adrenalin dan kortisol. Selain stres, pola tidur yang buruk juga memicu pelepasan hormon stres yang mengakibatkan peningkatan tekanan darah. Meminum obat bagi penderita hipertensi sangat wajib hukumnya karena obat-obatan hipertensi dirancang untuk mengontrol tekanan darah. Apabila konsumsi obat tidak teratur, maka akan berpengaruh pada tidak terkontrolnya tekanan darah yang bisa menyebabkan komplikasi dari hipertensi.

Dari beberapa faktor tersebut, dapat disimpulkan secara garis besar bahwa terdapat empat faktor utama pemicu hipertensi yang dapat dilakukan penelitian yakni kebiasaan merokok, stres, pola tidur yang buruk, dan tidak patuh minum obat. Peneliti memilih keempat faktor tersebut karena tingginya prevalensi yang memiliki pengaruh signifikan, serta adanya kemudahan dalam memberikan intervensi terhadap kejadian hipertensi di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim.

Dengan adanya penelitian tersebut, diharapkan dapat menjadikan pencegahan atau penanganan hipertensi di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim dengan melakukan edukasi serta penyuluhan tentang bahaya kebiasaan

merokok dan membuat program berhenti merokok atau mengurangi jumlah rokok yang dikonsumsi. Kegiatan preventif yang bisa dilakukan untuk menanggulangi pola tidur yang buruk antara lain dengan membuat jadwal tidur yang teratur serta konsisten, mematikan perangkat elektronik sebelum tidur, membuat lingkungan tidur yang nyaman dan tenang, dan melakukan olahraga ringan sebelum tidur untuk membantu meningkatkan kualitas tidur. Penanganan stress untuk pencegahan hipertensi antara lain dengan menerapkan teknik relaksasi seperti latihan nafas dalam, meditasi, atau yoga, mengurangi situasi yang dapat menyebabkan stres, membuat jadwal waktu untuk beristirahat dan berelaksasi, serta melakukan *sharing* dan berbicara dengan teman atau keluarga tentang masalah yang menyebabkan stres. Adapun langkah yang bisa dilakukan untuk meningkatkan kepatuhan dalam minum obat antara lain dengan membuat jadwal minum obat yang teratur dan konsisten, membuat alarm pengingat apabila lupa minum obat, serta melakukan edukasi atau penyuluhan tentang pentingnya minum obat. Dengan dilakukan kegiatan tersebut, diharapkan dapat meningkatkan kualitas hidup pasien hipertensi dan mengurangi komplikasi dari hipertensi.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Faktor-faktor yang berhubungan dengan hipertensi di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim.”

B. Pembatasan dan Rumusan Masalah

Banyaknya faktor yang berhubungan dengan hipertensi maka dari itu rumusan masalah yang diteliti adalah sebagai berikut:

1. Apakah ada hubungan faktor kebiasaan merokok dengan hipertensi di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim?
2. Apakah ada hubungan faktor kepatuhan minum obat dengan hipertensi di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim?
3. Apakah ada hubungan faktor kualitas tidur dengan hipertensi di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim?
4. Apakah ada hubungan faktor tingkat stress dengan hipertensi di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan hipertensi di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi hipertensi di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim
- b. Mengidentifikasi kebiasaan merokok di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim.
- c. Mengidentifikasi kepatuhan minum obat di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim.
- d. Mengidentifikasi kualitas tidur di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim.
- e. Mengidentifikasi tingkat stres di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim.
- f. Menganalisis hubungan kebiasaan merokok dengan hipertensi di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim.

- g. Menganalisis hubungan kepatuhan minum obat dengan hipertensi di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim.
- h. Menganalisis hubungan kualitas tidur dengan hipertensi di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim.
- i. Menganalisis hubungan tingkat stres dengan hipertensi di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu rujukan untuk dilakukan penelitian selanjutnya terkait faktor-faktor yang berhubungan dengan hipertensi di Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Poliklinik Biddokkes Poldo Jatim

Dari penelitian ini diharapkan Poliklinik mampu menganalisa faktor-faktor yang berhubungan dengan hipertensi sehingga dapat melakukan upaya preventif, kuratif, dan rehabilitatif pada pengunjung/pasien yang mengalami hipertensi.

b. Bagi STIKES Majapahit

Diharapkan dapat memberikan kontribusi berarti bagi perkembangan Ilmu keperawatan dan sebagai bahan masukan dalam rangka

meningkatkan profesionalisme dalam memberikan Asuhan Keperawatan kepada pasien dan komunitas.

c. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini mampu memberikan wawasan yang lebih luas mengenai gambaran faktor-faktor yang berhubungan dengan hipertensi.

d. Bagi Responden

Sebagai bahan masukan bagi responden agar bisa mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan hipertensi sehingga mampu mengendalikan dan menanggulangi kejadian hipertensi.

e. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan pengertian lebih mendalam dan dapat membuat masyarakat sadar akan pentingnya faktor-faktor yang berhubungan dengan hipertensi.

f. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah referensi dalam mengenali dan menanggulangi faktor-faktor yang berhubungan dengan hipertensi.