

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang masih banyak terjadi di Indonesia. Hipertensi sering muncul tanpa adanya gejala sehingga disebut sebagai *Silent Killer*. Menurut Kementerian Kesehatan tahun 2018 hipertensi menduduki peringkat pertama dari jenis penyakit tidak menular dengan jumlah kasus mencapai 185.857 (Kemenkes RI, 2019). Jumlah penderita hipertensi akan terus mengalami peningkatan setiap tahunnya dan diperkirakan pada tahun 2025 sebanyak 1,5 miliar orang akan terkena hipertensi dengan 9,4 juta orang meninggal setiap tahunnya akibat hipertensi dan komplikasinya (Kemenkes RI, 2019). Hipertensi merupakan faktor risiko utama dari penyakit kardiovaskular seperti serangan jantung, gagal jantung, penyakit ginjal, dan stroke yang merupakan penyebab utama kematian di dunia (WHO, 2018).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi hipertensi pada penduduk Indonesia usia ≥ 18 tahun yaitu sebesar 34,1%. Provinsi Jawa Timur menduduki peringkat ke-6 dengan prevalensi hipertensi terbesar di seluruh Indonesia dengan prevalensi 36,32% (Riskesdas, 2018). Prevalensi kejadian hipertensi di Kabupaten Jember sebesar 39,18% (Riskesdas, 2018). Jumlah kasus hipertensi di Kabupaten Jember pada tahun 2021 berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Jember mencapai angka 198.562 kasus dan dari data tersebut dapat diketahui bahwa dari seluruh kecamatan di Jember, kejadian hipertensi tertinggi terdapat di Kecamatan Kaliwates dengan kasus hipertensi sebanyak 15.707 kasus.

Hipertensi berdasarkan penyebabnya dibagi menjadi dua, yaitu hipertensi primer dan hipertensi sekunder. Pada hipertensi primer tidak diketahui secara pasti penyebab terjadinya hipertensi, namun terdapat dua faktor risiko hipertensi yaitu faktor yang tidak dapat dikontrol seperti usia, jenis kelamin dan faktor genetik. Faktor lainnya yaitu faktor yang dapat dikontrol seperti kebiasaan merokok, konsumsi minuman beralkohol, konsumsi minuman berkafein, berat badan berlebih atau obesitas, aktifitas fisik, stres dan konsumsi makanan. Adapun

konsumsi makanan yang dapat menjadi pemicu timbulnya hipertensi yaitu konsumsi makanan asin, konsumsi makanan manis, dan konsumsi makanan berlemak.

Secara umum, asupan gula khususnya fruktosa memiliki kontribusi terhadap risiko kardiovaskular secara keseluruhan melalui berbagai mekanisme. Terdapat beberapa kemungkinan mekanisme asupan gula dengan kejadian hipertensi. Gula yang biasanya terdapat pada minuman ringan merangsang sekresi insulin yang dapat menyebabkan retensi natrium dan air yang kemungkinan dapat meningkatkan tekanan darah. Mekanisme lain yang mungkin terjadi, aktivasi sistem saraf simpatis yang secara langsung melalui pengaruh konsumsi gula pada ventromedial hipotalamus dan secara tidak langsung melalui hiperinsulinemia dengan hasil perubahan pada detak jantung dan resistensi vaskular. Pengaktifan sistem saraf simpatis oleh fruktosa didukung oleh kemampuan untuk meningkatkan denyut jantung dan tekanan darah pada manusia sehingga terjadi hipertensi (Dinicolantonio *et al.*, 2014). Hal ini didukung dengan hasil penelitian Herawati (2020) menyatakan bahwa terdapat hubungan asupan gula dengan kejadian hipertensi.

Konsumsi garam dalam makanan yang dikonsumsi masyarakat Indonesia merupakan salah satu penyebab terjadinya hipertensi. Konsumsi garam yang tinggi dapat mempengaruhi kenaikan tekanan darah yang berakibat pada penurunan fungsi tubuh (Yulistina *et al.*, 2017). Natrium yang diserap ke dalam pembuluh darah yang berasal dari konsumsi garam yang tinggi mengakibatkan adanya retensi air, sehingga volume darah meningkat. Asupan natrium yang tinggi akan menyebabkan pengeluaran berlebihan dari hormon natrioretik. Adanya retensi air mengakibatkan penyumbatan pada bagian diameter arteri yang menyebabkan jantung tidak dapat memompa darah sehingga menyebabkan tekanan darah tinggi atau hipertensi (Rayanti *et al.*, 2020).

Makanan berlemak mengandung lemak jenuh dan kolesterol. Asupan lemak yang berlebih dapat meningkatkan kadar kolesterol LDL dan akan menyebabkan terjadinya penimbunan lemak yang disebabkan karena kolesterol yang menempel pada pembuluh darah sehingga membentuk plak yang dapat menyebabkan

pembuluh darah tersumbat. Hal tersebut menyebabkan pembuluh darah kehilangan elastisitasnya dan aliran darah keseluruh tubuh terganggu serta dapat memicu meningkatnya volume darah dan tekanan darah yang dapat menyebabkan hipertensi (Rahma & Baskari, 2019). Hal tersebut didukung dengan hasil penelitian Farahdini (2020) yang menunjukkan adanya hubungan asupan lemak dengan kejadian hipertensi.

Adanya faktor risiko hipertensi akibat asupan gula, garam, lemak dan tingginya angka kejadian hipertensi di Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember mendasari peneliti untuk melakukan penelitian mengenai hubungan asupan gula, garam, lemak dengan kejadian hipertensi di Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan asupan gula, garam, lemak dengan kejadian hipertensi di Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan asupan gula, garam, lemak dengan kejadian hipertensi di Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kejadian hipertensi dan karakteristik responden di Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember
- b. Mengidentifikasi asupan gula, garam, lemak responden di Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember
- c. Menganalisis hubungan asupan gula dengan kejadian hipertensi di Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember
- d. Menganalisis hubungan asupan garam dengan kejadian hipertensi di Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember

- e. Menganalisis hubungan asupan lemak dengan kejadian hipertensi di Kecamatan Kaliwates Kabupaten Jember

1.4 Manfaat

1.4.1 Bagi Perguruan Tinggi

Dapat digunakan sebagai bahan pembelajaran dan dapat dijadikan sebagai bahan referensi bagi penelitian selanjutnya.

1.4.2 Bagi Masyarakat

Dapat memberikan pengetahuan kepada masyarakat mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi sehingga masyarakat dapat mencegah terjadinya hipertensi

1.4.3 Bagi Peneliti

Dapat menambah pengetahuan dan pemahaman mengenai hubungan asupan gula, garam, dan lemak dengan kejadian hipertensi serta menambah kemampuan dan keterampilan dalam pembuatan karya tulis ilmiah.