BAB 1. PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Hipertensi merupakan masalah kesehatan global yang memerlukan perhatian karena dapat menyebabkan kematian yang utama di negara-negara maju maupun negara berkembang. Menurut survei yang dilakukan oleh World Health Organization (WHO) pada tahun 2000, jumlah penduduk dunia yang menderita hipertensi untuk pria sekitar 26,6% dan wanita sekitar 26,1%, yang diperkirakan pada tahun 2025 jumlahnya akan meningkat menjadi 29,2% (Yogiantoro, 2006).

Di Indonesia, hipertensi menjadi penyebab kematian nomer tiga setelah stroke dan *tuberculosis*, dengan jumlah mencapai 6,8% dari proporsi penyebab kematian pada semua umur di Indonesia (Yoga dalam Kusumastuti, 2014). Prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 2006 sebesar 4,67% (Depkes, 2008). Di Jawa Timur prevalensi hipertensi menempati posisi pertama untuk provinsi yaitu sebesar 37,4% (Depkes, 2011). Di Jember juga terjadi peningkatan penderita hipertensi. Pada tahun 2011 sebanyak 61.523 penduduk dan pada tahun 2014 meningkat menjadi 78.034 penduduk menurut data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Jember, penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Patrang saat ini mencapai 1.641 penduduk, namun di dapat data setiap bulannya penderita hipertensi di Puskesmas Patrang Kabupaten Jember tidak mengalami perubahan yang diperkuat dengan data setiap bulannya yaitu sekitar 55 responden (DINKES, 2014). Hal tersebut dikarenakan di Puskesmas Patrang cara mengatasi pasien hipertensi hanya memberikan obat hipertensi namun tidak memberikan edukasi terhadap pencegahannya seperti mengatur pola makan sehari-hari dan aktifitas fisik yang berpengaruh terhadap status gizi. Seharusnya masalah ini dikembangkan seperti mengadakan suatu kegiatan penyuluhan bagaimana cara mengatasi penyakit hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Patrang. Sehingga kondisi penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Patrang dapat mengalami penurunan.

Pada umumnya hipertensi terjadi pada seseorang yang berusia lebih dari 40 tahun atau yang sudah masuk pada kategori usia pertengahan. Tekanan darah selalu diperlukan untuk daya dorong mengalirnya darah di dalam arteri, arteriola, kapiler dan sistem vena, sehingga terbentuk suatu aliran darah yang menetap. Apabila darah tidak mengalir tubuh akan mengalami kekurangan darah sehingga dapat terjadi kerusakan bahkan kematian. Dalam setiap detak jantung tekanan darah bervariasi dalam tekanan maksimum yang disebut sistolik dan tekanan darah minimum yang disebut diastolik. Apabila mengkonsumsi asupan lemak berlebihan akan menyebabkan permasalahan terhadap status gizi yaitu kelebihan berat badan yang mempengaruhi terhadap terjadinya obesitas yang nantinya akan mengarah terhadap terjadinya hipertensi. Sehingga pembatasan asupan lemak pada hipertensi sekitar 30% total kalori . Oleh sebab itu faktor yang mempengaruhi perubahan diantaranya asupan lemak, dan status gizi (Lumbantobing, 2008).

Asupan lemak yang berlebihan dapat menyebabkan terjadinya dislipidemia. Displidemia merupakan salah satu faktor utama risiko terjadinya aterosklerosis. Aterosklerosis ini akan meningkatkan resistensi dinding pembuluh darah yang dapat memicu jantung untuk meningkatkan denyutnya. Apabila denyut jantung meningkat akan dapat menyebabkan meningkatnya volume aliran darah yang berefek terhadap peningkatan tekanan darah. Sumber lemak banyak terdapat pada protein hewani, apabila asupan lemak berlebihan cenderung meningkatkankan kadar koresterol darah. Lemak dibutuhkan oleh tubuh sekitar 20-30% dari total kebutuhan energi sehari (Lumbantobing, 2008).

Faktor lain yang memicu perubahan tekanan darah adalah status gizi yang tidak normal. Kelebihan gizi yang dimulai pada usia 45 tahun ke atas dikarenakan asupan zat gizi yang melebihi kebutuhan tubuh. Keadaan kelebihan gizi ini akan membawa pada keadaan kelebihan berat badan. Kelebihan berat badan berhubungan dengan lipoprotein, penurunan HDL-kolesterol, peningkatan trigliserida dan LDL-kolesterol. Lipoprotein merupakan kompleks lemak dan protein yang bersikulasi di dalam darah. Pada umumnya, orang yang memiliki persen lemak tubuh yang tinggi cenderung memiliki total kolesterol lebih tinggi

dari pada yang memiliki berat badan yang normal. Sehingga pada orang yang memiliki status gizi lebih akan cenderung mengarah terhadap penyakit hipertensi, hal tersebut dikarenakan peningkatan berat badan dapat secara langsung mempengaruhi perubahan tekanan darah (Kokkinos, 2010).

Berdasarkan uraian latar belakang di atas peneliti tertarik untuk meneliti hubungan asupan lemak dan status gizi dengan derajat hipertensi di Puskesmas Patrang Kabupaten Jember.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka permasalahan yang dapat dirumuskan yaitu bagaimana hubungan asupan lemak dan status gizi dengan derajat hipertensi di Puskesmas Patrang Kabupaten Jember.

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan asupan lemak dan status gizi dengan derajat hipertensi di Puskesmas Patrang Kabupaten Jember.

1.3.2. Tujuan Khusus

a. Mengetahui hubungan karakteristik responden dengan derajat hipertensi di Puskesmas Patrang Kabupaten Jember.
b. Mengetahui hubungan asupan lemak dengan derajat hipertensi di Puskesmas Patrang Kabupaten Jember.
c. Mengetahui hubungan status gizi dengan derajat hipertensi di Puskesmas Patrang Kabupaten Jember.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan wawasan tentang penyakit hipertensi derajat 1 dan hipertensi derajat 2 serta faktor-faktor yang menjadi penyebabnya dan dapat menambah pengalaman dalam melakukan penelitian di lapangan.

1.4.2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan ilmiah yang bermanfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan penelitian selanjutnya tentang penyakit hipertensi derajat 1 dan derajat 2.

1.4.3. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu pedoman diet terutama asupan lemak, dalam mendukung keberhasilan terapi atau pengobatan farmakologis dan pencegahan kekambuhan penyakit serta penanganan hipertensi derajat 1 dan 2 yang terjadi di masyarakat.

1.4.4. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan masyarakat dapat mengetahui asupan lemak yang melebihi kebutuhannya dan status gizi lebih akan dapat menyebabkan terjadinya hipertensi derajat 1 dan hipertensi derajat 2.