

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Indonesia adalah termasuk negara yang memasuki era penduduk berstruktur lanjut usia (*aging structured population*) karena jumlah penduduk yang berusia 60 tahun ke atas sekitar 7,18%. Badan Perencanaan dan Pembangunan Nasional (BAPPENAS) memperkirakan pada 2025, lebih dari seperlima penduduk Indonesia adalah orang lanjut usia (Megarani, 2007). Lansia merupakan kelompok penduduk yang menjadi fokus perhatian para ilmuwan, masyarakat, dan pemerintah karena membawa berbagai permasalahan yang harus diantisipasi dan dicarikan jalan keluarnya, termasuk bidang kesehatan (Cunha, 2001). Peningkatan jumlah penduduk Lansia ini antara lain disebabkan antara lain karena tingkat sosial ekonomi masyarakat yang meningkat, kemajuan di bidang pelayanan kesehatan, dan tingkat pengetahuan masyarakat yang meningkat (Kementrian Koordinator Bidang Kesehatan Rakyat Kedeputian I Bidang Kesejahteraan Sosial, 2009).

Lansia (Lanjut Usia) adalah penduduk yang berusia 60 tahun ke atas (Statistik Indonesia, 2010). Penggolongan lansia menurut Depkes dibagi menjadi tiga kelompok yakni kelompok lansia dini (55 – 64 tahun), kelompok lansia (65 tahun ke atas), dan lansia resiko tinggi (lebih dari 70 tahun).

Lansia mengalami berbagai perubahan, salah satunya perubahan fisik terkait dengan sistem kardiovaskuler yaitu kenaikan tekanan darah (hipertensi). Hipertensi merupakan penyakit yang hampir diderita sekitar 25% penduduk dunia dewasa. Prevalensi hipertensi diprediksi meningkat 60% pada tahun 2025, yaitu sekitar 1.56 juta orang penderita. Hal ini merupakan faktor risiko dari penyakit kardiovaskuler

dan bertanggung jawab terhadap kebanyakan kematian di dunia. Hipertensi primer atau yang dikenal dengan hipertensi essensial atau idiopatik merupakan kasus hipertensi terbanyak, yaitu sekitar 95% dari kejadian hipertensi secara keseluruhan (Adrogué & Madias, 2007) .

Hipertensi (sistolik >140 mmHg atau tekanan diastolik > 90 mmHg) diderita oleh satu diantara empat orang dewasa di Amerika Serikat. Prevalensi utama hipertensi pada kulit hitam, pria dan pada orang tua. Orang kulit hitam menderita hipertensi lebih parah dan memiliki morbiditas dan mortalitas pada seluruh derajat tekanan darah dibandingkan ras yang lain (August, 2003).

Berdasarkan penelitian *WHO-Community Study of the Elderly Central Java* menemukan bahwa hipertensi dan kardiovaskuler disease merupakan penyakit kedua terbanyak yang diderita lansia setelah artritis, yaitu sebesar 15,2% dari 1203 sampel (Nugroho, 2000). Insidensi hipertensi meningkat seiring bertambahnya usia, dengan 50% hingga 60% dari orang berusia 60 tahun memiliki tekanan darah di atas 140 atau 90 mmHg. Sekitar 60% dari semua kematian prematur diakibatkan oleh hipertensi terjadi di antara pasien dengan hipertensi ringan (Fisher & Gordon, 2005).

Berdasarkan data Lancet, jumlah penderita hipertensi di seluruh dunia terus meningkat. Di India mencapai 60,4 juta orang pada tahun 2002 dan diperkirakan 107,3 juta orang pada tahun 2025. Di China, 98,5 juta orang dan akan meningkat menjadi 151,7 juta orang pada tahun 2025. Di Asia tercatat 38,4 juta penderita hipertensi pada tahun 2000 dan diprediksi akan meningkat menjadi 67,4 juta orang pada tahun 2025 (Lancet, 2002).

Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2007 mencapai 30% dari populasi. Berdasarkan Survey Kesehatan Rumah Tangga

(SKRT) Tahun 2001, kematian akibat penyakit jantung dan pembuluh darah terutama hipertensi di Indonesia sebesar 26,3%. Data lain menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 31,7% dari populasi pada usia 18 tahun keatas. Dari jumlah itu, 60% penderita hipertensi berakhir pada stroke. Di Indonesia banyaknya penderita hipertensi diperkirakan 15 juta orang tetapi hanya 4% yang merupakan hipertensi terkontrol. Prevalensi 6-15% pada orang dewasa, 50% diantaranya tidak menyadari sebagai penderita hipertensi sehingga mereka cenderung untuk menjadi hipertensi berat karena tidak menghindari dan tidak mengetahui factor risikonya, dan 90% merupakan hipertensi esensial (Marliani, 2007).

Di Sumatera Barat, hipertensi termasuk kedalam 5 penyakit yang terbanyak dialami oleh masyarakat. Angka kejadiannya juga cenderung meningkat, hasil riset kesehatan dasar yang dilakukan Departemen Kesehatan RI tahun 2007, prevalensi hipertensi di Sumatera Barat sudah mencapai 31,2%.

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Agam tahun 2012, hipertensi merupakan penyakit no 5 terbanyak di kabupaten agam yaitu sebanyak 5.100 jiwa dimana perempuan sebanyak 3.432 jiwa dan laki-laki sebanyak 1.668 jiwa. Sedangkan survey awal yang peneliti lakukan di wilayah kerja Puskesmas Santun Lasia Lasi didapatkan data bahwa penderita hipertensi pada lansia tahun 2012 terdapat sebanyak 710 jiwa.

Hipertensi sering menjadi pembunuh gelap, tanpa disertai dengan gejala-gejalanya lebih dahulu sebagai peringatan bagi penderitanya, sehingga penderita terlambat menyadari akan datangnya penyakit dan menyepelkannya saja (shanty, 2011). Seseorang yang mengalami hipertensi disebabkan karena berbagai faktor resiko, dimana faktor risikonya ada yang tidak dapat diubah dan ada yang dapat

diubah. faktor resiko yang dapat diubah adalah dengan gaya hidup sehat yang meliputi pola makan sehat, olahraga, menghindari stress serta kontrol kesehatan ke petugas kesehatan.

Berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan dengan petugas kesehatan di Puskesmas Santun Lansia Lasi, diketahui bahwa para lansia tersebut umumnya tidak memperdulikan dalam gaya hidup sehat seperti senam, menghindari merokok, mengontrol makanan mereka. Padahal salah satu faktor yang dapat menyebabkan kejadian hipertensi adalah faktor dari pelaksanaan hidup yang tidak sehat seperti tidak melakukan aktifitas (olahraga), tidak patuh dalam mengatur pola makan, tidak membatasi makanan yang terlalu banyak mengandung garam dan masih mengkonsumsi makanan yang berlemak. Apabila lansia tidak melaksanakan perilaku hidup sehat, maka lansia akan mudah dan rentan mengalami penyakit seperti hipertensi.

Tingkat pendidikan, komunikasi dan informasi, kebudayaan, dan pengalaman pribadi seseorang akan mempengaruhi pengetahuan dan sikap tentang kesehatan. Dengan mendapatkan informasi yang benar, diharapkan lansia mendapat bekal pengetahuan yang cukup untuk dapat melaksanakan pola hidup sehat dan dapat menurunkan risiko penyakit degeneratif terutama hipertensi dan penyakit kardiovaskular (Notoatmodjo, 2003).

Selain itu gaya hidup sehat sangat mempengaruhi penampilan untuk menjadi awet muda dan panjang umur atau sebaliknya. Mengatur pola makan setelah berusia 40 tahun keatas, sangatlah penting. Asupan gizi seimbang sangat diperlukan tubuh jika ingin awet muda dan berusia lanjut dalam keadaan tetap sehat. Tidak dapat disangkal, banyak kendala yang dihadapi manusia saat memasuki

pertambahan usia dan mulai menua. Terutama bila sejak muda tidak menerapkan hidup sehat atau sudah terserang beragam penyakit seperti hipertensi.

Berdasarkan fenomena diatas maka peneliti sangat tertarik untuk meneliti bagaimana “Hubungan gaya hidup sehat dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Santun Lansia Lasi Kabupaten Agam tahun 2013.”

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang masalah di atas dapat dibuat rumusan masalah penelitian ini adalah apakah ada “Hubungan gaya hidup sehat dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Santun Lansia Lasi Kabupaten Agam tahun 2013.”

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Diketuinya hubungan gaya hidup sehat dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Santun Lansia Lasi Kabupaten Agam tahun 2013.

1.3.2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya distribusi frekuensi gaya hidup sehat pada lansia lansia di wilayah kerja Puskesmas Santun Lansia Lasi Kabupaten Agam tahun 2013.
- b. Diketuinya distribusi frekuensi kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Santun Lansia Lasi Kabupaten Agam tahun 2013.
- c. Diketuinya hubungan gaya hidup sehat dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Santun Lansia Lasi Kabupaten Agam tahun 2013.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan peneliti tentang riset keperawatan khususnya tentang hubungan gaya hidup sehat dengan kejadian hipertensi pada lansia serta mengaplikasikan ilmu yang peneliti dapatkan di bangku kuliah.

1.4.2. Institusi Pendidikan

Laporan hasil penelitian juga diharapkan menjadi bahan masukan atau bacaan bagi para pengunjung perpustakaan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Perintis Sumatera Barat dalam menambah wawasan dan pengalaman mahasiswa untuk melakukan penelitian selanjutnya.

1.4.3. Lahan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan juga bermanfaat bagi Puskesmas untuk meningkatkan pelayanan kesehatan pada lansia serta dalam memberikan penanggulangan hipertensi khususnya di wilayah kerja Puskesmas Santun Lansia Lasi Kabupaten Agam.

1.5. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini membahas tentang hubungan gaya hidup sehat dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Santun Lansia Lasi Kabupaten Agam tahun 2013. Variabel independen adalah gaya hidup sehat, sedangkan variabel dependennya adalah kejadian hipertensi pada lansia.

Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah para lansia yang ada di wilayah kerja Puskesmas Santun Lansia Lasi Kabupaten Agam tahun 2013. Sampel berjumlah 88 orang yang diambil menggunakan teknik *Consecutive Sampling*. Alat

yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisisioner, tensimeter dan stetoskop. Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Santun Lansia Lasi Kabupaten Agam.