

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Penyakit tidak menular merupakan penyebab utama kematian diseluruh dunia dan salah satunya adalah penyakit darah tinggi atau yang biasa dikenal dengan hipertensi. Angka kejadian hipertensi secara global sangat tinggi. Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2021 diperkirakan jumlah penderita hipertensi yaitu 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi (WHO, 2021). Sejalan data secara global, Indonesia sebagai salah satu negara berkembang juga tidak luput dari masalah hipertensi. Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 angka kejadian hipertensi secara nasional mencapai 34,1%. Sedangkan untuk provinsi Wilayah Kalimantan Barat, mencapai 36,9% dari total populasi hipertensi. Jumlah kasus hipertensi yang terdapat di Kalimantan Barat adalah 36,9% di urutan ke-5 (Kementerian Kesehatan, RI 2019). Sedangkan jumlah kasus hipertensi di Puskesmas Ngabang mengalami kenaikan dari 580 kasus pada tahun 2022 menjadi 1000 kasus sampai pada bulan Oktober tahun 2023.

Black & Hawks (2014) mendefinisikan hipertensi sebagai peningkatan persisten dari tekanan darah sistolik (SBP) pada tingkat 140 mmHg atau lebih dan tekanan darah diastolik pada tingkat 90 mmHg atau lebih. Penyakit hipertensi dapat dipicu oleh banyak faktor resiko. Menurut Black & Hawks (2014) menjelaskan bahwa faktor resiko hipertensi dapat dibagi menjadi dua yaitu faktor resiko yang tidak dapat diubah dan tidak dapat diubah. Faktor resiko yang tidak dapat diubah seperti genetic, usia dan jenis kelamin. Sedangkan faktor resiko yang dapat diubah seperti obesitas, merokok, kebiasaan minum kopi, kurang aktivitas fisik, konsumsi tinggi natrium, stress, dan konsumsi makanan berlemak.

Kebanyakan penderita hipertensi tidak menimbulkan gejala. Namun beberapa penderita hipertensi sering mengeluhkan perasaan tidak nyaman seperti sakit kepala, pusing, dan kelelahan (Manuntun, 2018). Hipertensi yang tidak dapat dikontrol dapat menyebabkan berbagai macam komplikasi

diantaranya stroke, gagal jantung dan gagal ginjal, angioplasti, demensia, penyakit pembuluh darah perifer. Komplikasi lain yang diakibatkan oleh hipertensi adalah retinopati hipertensi yaitu suatu keadaan yang ditandai dengan adanya kelainan pada vaskuler retina pada penderita hipertensi (Kurnia, 2020).

Pencegahan hipertensi yang dapat dilakukan yaitu berhenti merokok, tidak mengonsumsi alkohol, diet rendah garam, memperbanyak minum air putih. Pencegahan hipertensi lainnya yang dapat dilakukan salah satunya dengan mengendalikan faktor resiko hipertensi (Manutung, 2018). Namun, faktanya masyarakat yang sulit mengendalikan faktor resiko seperti tidak mampu menjaga pola makan dan kebiasaan mengonsumsi rokok.

Survey pendahuluan yang dilakukan kepada masyarakat diperoleh data bahwa kebanyakan masyarakat yang bekerja sebagai petani tidak lepas dari rokok. Setiap bekerja selalu membawa rokok dan menghisap rokok. Wawancara dilakukan kepada lima orang masyarakat yang memiliki pekerjaan petani menjelaskan bahwa selalu membawa rokok dan biasanya merokok lebih dari satu bungkus perhari. Selain masalah rokok pada masyarakat yang bekerja sebagai petani, masalah lain seperti pola makan yang kurang sehat juga dapat mempengaruhi hipertensi. Wawancara kepada lima masyarakat yang menderita hipertensi menjelaskan bahwa pola makan yang asin dan berlemak sering dikonsumsi.

Beberapa penelitian juga menjelaskan kaitan rokok dengan masalah hipertensi. Penelitian sebelumnya mengidentifikasi asap rokok sebagai faktor yang menyebabkan kerusakan fungsional dan awalnya bersifat sementara terutama pada endotelium karena efek nikotin dan karbon monoksida. Pada saat itu, kerusakan fungsional menjadi kerusakan patologis yang ireversibel dengan lesi iskemik pada miokardium dan aterosklerosis pembuluh arteri (Leone, 2015). Merokok merupakan salah satu faktor resiko hipertensi, namun beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan hasil yang berbeda (Sohn, 2018).

Penelitian oleh Gumus (2013) menjelaskan bahwa efek dari rokok dalam jangka panjang yaitu peningkatan tekanan darah. Namun, beberapa penelitian menunjukkan bahwa efek jangka panjang dari paparan kronis dari rokok lebih kompleks dan beragam. Penelitian sebelumnya menilai efek rokok dapat meningkatkan tekanan darah, namun pada penelitian lainnya memiliki hasil yang berbeda. Studi epidemiologi lainnya menunjukkan bahwa merokok saat ini dikaitkan dengan tingkat tekanan darah yang serupa atau lebih rendah (Luehrs et al 2021). Khususnya dalam penelitian-penelitian tersebut di atas, informasi mengenai klasifikasi perokok pada orang yang memiliki aktivitas bekerja sebagai petani belum jelas. Selain merokok, pola makan juga dikaitkan dengan masalah hipertensi.

Pola makan merupakan perilaku paling penting yang dapat mempengaruhi keadaan gizi. Hal ini disebabkan karena kuantitas dan kualitas makanan dan minuman yang dikonsumsi akan mempengaruhi asupan gizi sehingga akan mempengaruhi kesehatan individu dan masyarakat (PMK No. 41 Tahun 2014). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pola makan vegetarian yang terdiri dari makanan kaya sayuran, buah-buahan, biji-bijian, unggas, polong-polongan, kacang-kacangan, minyak sayur, kedelai, dan mungkin produk susu dan/atau telur dikaitkan dengan risiko lebih rendah terkena hipertensi (Sabate, et al 2015). Lebih lanjut pola makan orang barat yang kaya akan daging merah dan lemak, minuman manis, makanan cepat saji dan makanan olahan berhubungan dengan risiko hipertensi yang lebih tinggi (Sun et al, 2014).

Pola makan dapat bervariasi antar lingkungan budaya yang berbeda karena perbedaan jenis makanan yang dikonsumsi. Selain itu, terdapat perbedaan beberapa penelitian sebelumnya antara kebiasaan merokok merokok saat ini dengan resiko masalah hipertensi dan dampaknya terhadap kesehatan perlu diperdalam. Berdasarkan pemaparan tersebut, peneliti tertarik untuk mengangkat judul tentang hubungan pola makan dan perilaku merokok dengan kejadian hipertensi pada masyarakat petani di wilayah kerja Puskesmas Ngabang Tahun 2023.

## **B. Rumusan Masalah**

Apakah ada hubungan pola makan dan perilaku merokok dengan kejadian hipertensi pada masyarakat petani di wilayah kerja Puskesmas Ngabang Tahun 2023?

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Menganalisis hubungan hubungan pola makan dan perilaku merokok dengan kejadian hipertensi pada masyarakat petani di wilayah kerja Puskesmas Ngabang Tahun 2023.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi gambaran sosiodemografi pada masyarakat petani di wilayah kerja Puskesmas Ngabang Tahun 2023
- b. Mengidentifikasi gambaran pola makan pada masyarakat petani di wilayah kerja Puskesmas Ngabang Tahun 2023.
- c. Mengidentifikasi gambaran perilaku merokok pada masyarakat petani di wilayah kerja Puskesmas Ngabang Tahun 2023
- d. Menganalisis hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada masyarakat petani di wilayah kerja Puskesmas Ngabang Tahun 2023
- e. Menganalisis hubungan perilaku merokok dengan kejadian hipertensi pada masyarakat petani di wilayah kerja Puskesmas Ngabang Tahun 2023.

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Bagi Pengembangan Ilmu Keperawatan

Sebagai pengembangan ilmu pengetahuan mengenai penyakit hipertensi pada masyarakat petani yang menderita hipertensi

### 2. Bagi Program Pelayanan Keperawatan

Menambah pengetahuan dalam melakukan pendidikan kesehatan pada pasien hipertensi.

### 3. Bagi Masyarakat

Menambah pengetahuan masyarakat khususnya masyarakat yang bekerja sebagai petani yang mengalami hipertensi agar dapat melakukan hidup sehat dengan cara menjaga atau mengatur pola makan.