

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Era globalisasi sekarang ini angka kejadian Penyakit Tidak Menular (PTM) terus meningkat. Penyakit tidak menular menyebabkan mortalitas dan morbiditas tinggi. Hal yang melatarbelakangi akibat meningkatnya prevalensi penyakit tidak menular dan semakin bervariasi dalam transisi epidemiologi adalah perubahan gaya hidup (Departemen Kesehatan RI, 2015). Perubahan gaya hidup yang dimaksud seperti merokok, pola makan yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik dan stress. Masalah gaya hidup tidak sehat dapat memicu munculnya penyakit degeneratif, salah satunya adalah hipertensi (WHO South-East Asia, 2017). Hipertensi merupakan salah satu faktor penting sebagai pemicu penyakit tidak menular ( *Non Communicable Disease* = NCD ) seperti penyakit jantung, stroke, dan lain-lain yang saat ini menjadi momok penyebab kematian nomor 1 di dunia (WHO, 2018). Hipertensi meningkatkan usia dewasa. Pada zaman sekarang seseorang lebih banyak memilih bahan yang instan di bandingkan dengan melalui proses pengolahan dengan cara yang sehat. Sehingga gaya hidup merupakan faktor risiko pentingnya timbulnya hipertensi pada seseorang di usia dewasa (Nisa, 2012).

Badan Kesehatan Dunia (WHO) menyebutkan jumlah penderita hipertensi akan terus meningkat seiring dengan jumlah penduduk yang bertambah pada 2025 mendatang diperkirakan sekitar 29% warga dunia terkena hipertensi. Di

Indonesia cukup tinggi, yakni mencapai 32% dari total jumlah penduduk, di perkirakan pada usia dewasa mencapai 6,0-15,0% penderita hipertensi (Widiyani,2013). Prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk umur  $\geq 18$  tahun menurut kabupaten/kota, Provinsi Jawa Timur 2018 sebesar 36,32% (Riskesdas, 2018). Prevelensi gangguan mental emosional stress di indonesia mencapai 14 juta orang dari 6% dari jumlah penduduk di indonesia untuk usia 15 tahun keatas (Riskesdas, 2013).

Berdasarkan data di poli penyakit dalam RS DKT Sidoarjo pada 1 tahun terakhir pasien yang menderita hipertensi mengalami kenaikan dari pada tahun-tahun sebelumnya. Data pada bulan Januari–Desember 2019 didapatkan 43 pasien dari total pengunjung 40 % adalah pasien hipertensi. Hasil study pendahuluan di poli penyakit dalam RS DKT Sidoarjo diperoleh data pada pasien dewasa (26-45 tahun) dengan 10 responden, 6 responden yang mengalami hipertensi dan 4 responden yang tidak mengalami hipertensi. Dari 6 responden tersebut yang terkena hipertensi gaya hidupnya 2 responden yang perokok aktif, 1 responden yang mengalami stress, 2 responden yang memiliki kebiasaan pola makan yang tidak sehat, 1 responden yang kurang aktifitas fisiknya dalam sehari-hari. 4 responden yang tidak hipertensi, di dapatkan 1 responden memiliki gaya hidup tidak merokok aktif, 1 responden sering makan-makanan yang bergizi (makan buah dan sayur tiap 2-3x/hari, membatasi asupan makanan yang berlemak dan asin, 1 responden tidak mengalami stress. dengan berbagai masalah hidupnya salah satunya hal dalam pekerjaan, 1 responden yang selalu melakukan aktifitas fisik.

Gaya Hidup sehat adalah upaya untuk menerapkan kebiasaan baik didalam menciptakan hidup yang sehat dan menghindari kebiasaan yang buruk yang mengganggu kesehatan (Depkes,2017). Gaya hidup yang sehat mempunyai peranan penting untuk meningkatkan kesehatan setiap individu. Gaya hidup sehat dapat dilakukan dengan cara tidak merokok (aktif), pola makan yang sehat setiap hari, beraktivitas fisik, dan tidak stres(Depkes,2012). Seorang perokok aktif mempunyai risiko 2 sampai 4 kali lipat untuk terserang penyakit jantung koroner, kanker paru-paru, hipertensi dan penyakit tidak menular lainnya. Merokok dapat menyebabkan hipertensi akibat zat-zat kimia yang terkandung dalam tembakau yang dapat merusak lapisan dinding arteri, hal ini terutama disebabkan oleh nikotin yang dapat merangsang saraf simpatis sehingga menyebabkan penyempitan pembuluh darah dan tekanan darah menjadi meningkat ( WHO, 2011). Semua orang rata-rata banyak yang memiliki gaya hidup yang tidak sehat. Gaya hidup yang tidak sehat akan berpengaruh munculnya penyakit tidak menular salah satunya yaitu hipertensi (Yonata, 2016).

Hipertensi salah satu penyakit kronis yang disebut sebagai *the silent disease* atau *the silent killer* (Mayron-davis & Stewart,2016). Hipertensi yang tidak terkontrol atau tidak terdeteksi akan menyebabkan resiko serangan jantung, gagal ginjal, stroke, disfungsi seksual, penglihatan, angina, dan penyakit arteri perifer (AHA, 2016). Hipertensi jika tidak segera di ketahui dan di rubah dari gaya hidupnya akan berdampak pada komplikasi (shanty, 2011).

Pasien yang sudah terkena hipertensi untuk memperbaiki gaya hidupnya,

lebih banyak beraktivitas fisik paling tidak sehari 10 menit, berhenti merokok, makan-makanan yang sehat, serta tidak mudah stress (Depkes, 2012). Bagi keluarga agar lebih memberikan dukungan pada pasien dan mencegah sedini mungkin terkena hipertensi dengan melakukan gaya hidup sehat. Untuk petugas sendiri agar lebih mencontohkan dan mempraktikkan di kehidupan sehari-hari dalam melakukan gaya hidup sehat (Depkes, 2016). Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada pasien dewasa di Rumah Sakit DKT Sidoarjo”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti merumuskan permasalahan “ bagaimanakah hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada pasien dewasa di poli penyakit dalam RS DKT Sidoarjo ?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada pasien dewasa di poli penyakit dalam Rumah Sakit DKT Sidoarjo.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

**1.3.2.1** Mengidentifikasi gaya hidup pada pasien dewasa di poli penyakit dalam Rumah Sakit DKT Sidoarjo.

**1.3.2.2** Mengidentifikasi kejadian hipertensi pada pasien dewasa di poli penyakit dalam Rumah Sakit DKT Sidoarjo berdasarkan merokok.

**1.3.2.3** Menganalisis hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada

pasien dewasa di Rumah Sakit DKT Sidoarjo.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Peneliti**

Sebagai pengetahuan dan wawasan serta pengalaman berharga bagi peneliti untuk menerapkan ilmu dan pengetahuan yang diperoleh dibangku kuliah sehingga dapat bermanfaat untuk melakukan asuhan keperawatan pada pasien-pasien hipertensi.

### **1.4.2 Bagi Ilmu Kesehatan**

Salah satu wujud Perguruan Tinggi (akademik, penelitian, dan pengabdian masyarakat) dalam bidang keperawatan dan menjadi bahan masukan untuk penelitian selanjutnya.

### **1.4.3 Bagi Pasien**

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan informasi bagi masyarakat dalam menjaga kesehatannya dan dapat meningkatkan kesadaran terhadap penyakit hipertensi sehingga dapat dilakukan pencegahandini.

### **1.4.4 Bagi Instansi (tempat peneliti)**

Sebagai bahan informasi untuk kebijakan dimasa depan, seperti memberikan penyuluhan/informasi yang terkait dengan hipertensi dalam rangka meningkatkan kesehatan masyarakat, dan perhatiandalam upaya pencegahan penyakit degeneratif, sehingga dapat menurunkan prevalensi hipertensi dikawasantersebut.

#### **1.4.5 Bagi Ruang Lingkup Penelitian**

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan gaya hidup dengan kejadian hipertensi pada pasien dewasa di Rumah Sakit DKT Sidoarjo. Penelitian ini dilakukan oleh mahasiswi Program khusus Studi Keperawatan STIKES PPNI pada bulan Februari 2020 di poli penyakit dalam RS DKT Sidoarjo dan yang diteliti adalah para penduduk penderita hipertensi yang berdomisili di wilayah tersebut.



