

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

World Health Organization (WHO) mengatakan lansia didefinisikan sebagai mereka yang telah memasuki usia 60 tahun atau lebih sebagai tahap terakhir kehidupan yang mengalami perubahan fisik dan psikologis pada pria dan wanita. Perubahan alami yang dialami lansia adalah perubahan fisik, sosial ekonomi dan psikologis.

Hipertensi terjadi saat darah tinggi yang tidak normal, biasanya hipertensi terjadi bila tekanan darah sistolik ≥ 140 mm Hg dan tekanan darah diastolik ≤ 90 mmHg (Yulia & Himawan, 2021). Prevalensi hipertensi di Asia, terutama pada Asia Tenggara terdapat 35% penduduk dewasa yang menderita hipertensi dan menyebabkan 1,5 juta kematian setiap tahunnya (Susanti, 2022).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018), menunjukkan angka kejadian hipertensi pada penduduk di Indonesia sebesar 34,1% pada angka prevalensi ini lebih tinggi dibandingkan dengan tahun 2013 yaitu sebesar 25,8%. Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Timur tahun 2021 hipertensi masih menjadi topik kesehatan yang penting di Kalimantan Timur dengan jumlah yang menderita hipertensi sebanyak 206.848 jiwa dan sampai saat ini pun hipertensi masih menjadi penyakit yang banyak di derita terutama di

Kota Samarinda dengan jumlah penderita 48.849 jiwa (Badan Pusat Statiska, 2022).

Seiring bertambahnya usia, jumlah kasus hipertensi semakin bertambah. Angka kejadian hipertensi pada lansia cukup tinggi, tingginya prevalensi hipertensi disebabkan oleh dua faktor yaitu, faktor yang tidak dapat di kontrol dan dapat di kontrol. Faktor yang tidak dapat di kontrol yaitu keturunan, jenis kelamin, dan usia. Faktor yang dapat di kontrol yaitu obesitas, gaya hidup, pola makan, aktivitas fisik, kebiasaan merokok, serta konsumsi alkohol dan garam (Hapsari, Mirza 2021).

Hipertensi juga dikenal sebagai *The silent killer* yang memiliki makna gejala fisiknya tidak diketahui, karena penderita hipertensi biasanya tidak menyadari sakitnya sebelum memeriksa tekanan darahnya (Lutfi et al. 2019). Hipertensi mengakibatkan risiko munculnya komplikasi seperti kondisi kardiovaskular, kegagalan jantung kongesif, serangan stroke, gangguan penglihatan dan penyakit ginjal (Kurniawan et al. 2021). Adapun faktor lain yang dapat menyebabkan terjadinya hipertensi pada kelompok lanjut usia yaitu salah satunya asupan serat.

Asupan serat menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi hipertensi. Sumber serat diperoleh dari buah-buahan dan sayur-sayuran. Serat terbagi menjadi 2 yaitu serat larut dan serat tidak larut. Serat larut yaitu serat yang mudah larut dalam air dan pencernaan

yang berfungsi memperlambat pencernaan, menahan rasa kenyang lebih lama, menurunkan kolesterol, dan membantu mencegah diabetes mellitus tipe 2. Serat tidak larut merupakan serat yang tidak mudah larut dalam air, berperan sebagai pelancar sistem pencernaan, mencegah konstipasi, dan hemoroid. (Kurniawan, Amali, Ramadhana 2021)

Kurangnya dalam mengonsumsi asupan serat menyebabkan terjadinya obesitas yang akan berdampak pada peningkatan tekanan darah dan penyakit degenerative lainnya. Kurangnya mengonsumsi asupan serat juga berdampak pada lemak dan asam empedu yang kurang dalam proses eksresi melalui feses, sehingga meningkatnya jumlah kolesterol yang direabsorpsikan dari hasil sisa tersebut (Inayah, Ari 2019).

Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan derajat kesehatan lansia, yaitu dengan penanganan hipertensi yang dilakukan bersama dengan diet tinggi serat. Pasien hipertensi disarankan untuk mengonsumsi buah-buahan, dan sayuran (Putri, Suzan, and Mulyadi 2022).

Suatu penelitian di Amerika Serikat menunjukkan bahwa adanya kaitan yang kuat antara asupan serat total dengan penurunan risiko hipertensi. (Zhang, Wang, Shi 2018). Pada penelitian Hapsari menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara asupan serat dengan tekanan darah ($p < 0,001$) (Hapsari, Mirza 2021). Hasil

penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian dari (Wang, Du, Ojo, Wu, Hou, Liu, Cui, Ju 2022). yaitu tingginya asupan serat akan menurunkan risiko hipertensi. Penelitian lainnya juga mengatakan bahwa konsumsi serat memiliki hubungan yang signifikan dengan peningkatan tekanan darah (Opsa Condro Wati Melini et al. 2021).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan pada kasus hipertensi adalah salah satu 10 penyakit teratas di Puskesmas Lempake Kota. Berdasarkan informasi Puskesmas Lempake Kota Samarinda pada tahun 2022, jumlah total pasien hipertensi pada lansia yaitu 739 orang, dengan laki-laki berjumlah 312 orang dan perempuan 427 orang.

Dari hasil riset pendahuluan yang dilakukan pada bulan Januari 2023 peneliti turun langsung ke posyandu untuk melakukan wawancara secara langsung terhadap 10 orang lansia dengan wawancara terbuka dan hasilnya adalah lansia kurang dalam mengkonsumsi asupan serat.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan informasi tersebut, maka dapat dirumuskan pernyataan berikut: Apakah terdapat hubungan antara asupan serat dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Lempake?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini ialah untuk mengetahui hubungan antara asupan serat dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Lempake.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi asupan serat pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Lempake
- b. Mengidentifikasi hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Lempake
- c. Menganalisis hubungan antara asupan serat dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Lempake

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat bagi Puskesmas Lempake

Menjadi sarana penemuan baru yang dapat menjadi dasar dalam pencegahan atau menanggulangi penyakit hipertensi pada lansia.

1.4.2 Manfaat bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan wawasan pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur dan dapat dijadikan

refrensi penelitian selanjutnya terkait hubungan antara asupan serat dengan kejadian hipertensi pada lansia.

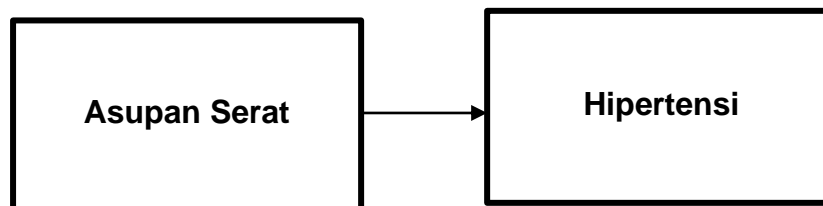
1.4.3 Manfaat bagi Peneliti

Meningkatkan dan memperluas pengetahuan mengenai hubungan asupan serat dengan kejadian hipertensi pada lansia.

1.5 Kerangka Konsep

Kerangka konsep penelitian ialah gambaran (skema) dari hubungan antara variabel-variabel penelitian yang dibuat berdasarkan variabel yang akan diteliti. Kerangka konsep penelitian yang akan digunakan yaitu:

1. Variabel Independen = Asupan serat
2. Variabel Dependen = Hipertensi



Gambar 1.5 Kerangka Konsep

1.6 Hipotesis

Hipotesis penelitian berfungsi untuk memberikan pernyataan mengenai hubungan dari variabel yang akan diteliti. Berdasarkan kerangka konsep pada penelitian yang telah disusun oleh peneliti maka, hipotesis dalam penelitian ini adalah:

H₀ : Tidak ada hubungan asupan serat terhadap risiko hipertensi pada lansia di Puskesmas Lempake

H_a : Ada hubungan antara asupan serat dengan risiko hipertensi pada lansia di Puskesmas Lempake