BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan penting di seluruh dunia karena prevalensinya yang tinggi. Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari sama dengan ($\geq$)140 mmHg dan diastolik lebih dari sama dengan ($\geq$)90 mmHg. Hipertensi disebut *the silent killer* karena sering tidak mengakibatkan keluhan dan gejala yang khas, sehingga penderita tidak menyadari kalau dirinya telah mengidap Hipertensi. Hipertensi sering diketahui ketika sudah terjadi komplikasi atau dampak jangka panjangnya, misal terjadi Stroke, Serangan Jantung, dan lain-lain (Kemenkes, 2024).

Menurut World Health Organization (2023) lebih dari 30% populasi pada orang dewasa diseluruh dunia mengalami hipertensi. Prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,11% pada tahun 2018, prevalensi tersebut mengalami kenaikan dari tahun sebelumnya yaitu 2013 sebesar 25,8% (Riskesdas 2018). Menurut Survey Kesehatan Indonesia (2023) di Jawa Barat prevalensi hipertensi berdasarkan diagnosis dokter dan hasil pengukuran pada penduduk umur $\geq$ 18 tahun sebesar 10,7% dan 34,4%.

Data Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya mencatat hipertensi sebagai penyakit terbanyak kedua di Kota Tasikmalaya dengan prevalensi sebesar 55,3%. Data dari Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya pada tahun 2024, salah satu puskesmas yang memiliki prevalensi hipertensi tinggi adalah Puskesmas Sambongpari (Febriawan, 2024). Menurut data dari Puskesmas Sambongpari pada tahun 2024, Pada kelompok usia 18-45 tahun terdapat populasi sebanyak 1020 orang. Berdasarkan klasifikasi jenis kelamin, terdapat 285 pada laki-laki dan perempuan sebanyak 735 orang.

Kejadian hipertensi yang semakin meningkat bisa berakibat fatal bila tidak segera dicegah dan ditangani terutama pada usia dewasa. Usia

dewasa menjadi faktor risiko yang berpengaruh besar dengan hipertensi karena seiring bertambahnya usia kemampuan dan mekanisme tubuh meningkat sehingga terjadi penurunan secara perlahan. Usia dewasa merupakan kelompok risiko yang rentan mengalami hipertensi dan hipertensi meningkat dengan bertambahnya usia (Ekarini, 2020)

Hipertensi merupakan penyakit degeneratif yang dapat disebabkan oleh multifaktor. Faktor yang tidak dapat diubah dan dapat diubah, faktor yang dapat diubah yaitu berat badan berlebih (obesitas), merokok, kurang aktifitas, konsumsi garam berlebih, dislipidemia, konsumsi alkohol dan stress. Sedangkan faktor yang tidak dapat diubah yaitu usia, jenis kelamin, dan keturunan (Telaumbanua, 2022).

Asupan natrium berlebih mengakibatkan peningkatan komposisi cairan di dalam ekstraseluler, sehingga cairan intraseluler ditarik keluar untuk menormalkan dan berdampak pada peningkatan volume darah serta tekanan darah tinggi (Purba 2016). Mengontrol makanan yang dikonsumsi seperti asupan natrium dan memperbanyak konsumsi serat merupakan hal yang sangat dianjurkan bagi setiap orang khususnya penderita hipertensi namun semua itu harus diimbangi dengan aktivitas fisik (Marleni, 2020).

Berat badan berlebih merupakan satu faktor penyebab terjadinya hipertensi. Pengukuran indeks massa tubuh (IMT) adalah parameter yang cukup mudah untuk menilai status gizi seseorang, terutama pada usia di atas 18 tahun. Pada orang dengan berat badan berlebih dengan kenaikan berat sebesar 20% memiliki resiko delapan kali lebih tinggi terkena hipertensi dari orang yang memiliki berat badan ideal (Herdiani, 2019).

Berdasarkan informasi latar belakang yang telah disampaikan, peneliti tertarik mencari tahu gambaran asupan natrium dan status gizi pada penderita hipertensi di UPTD Puskesmas Sambongpari Kota Tasikmalaya.

B. Rumusan masalah

Berdasarkan paparan latar belakang diatas, maka penulis dapat merumuskan masalah penelitian sebagai berikut “Bagaimana gambaran asupan natrium dan status gizi pada penderita hipertensi di UPTD Puskesmas Sambongpari Kota Tasikmalaya ?”

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui gambaran asupan natrium dan status gizi pada penderita hipertensi di UPTD Puskesmas Sambongpari Kota Tasikmalaya

2. Tujuan khusus

a. Untuk mengetahui karakteristik (jenis kelamin, usia, pendidikan, dan pekerjaan) pada penderita hipertensi di UPTD Puskesmas Sambongpari Kota Tasikmalaya

b. Untuk mengetahui gambaran asupan natrium pada penderita hipertensi di UPTD Puskesmas Sambongpari Kota Tasikmalaya

c. Untuk mengetahui gambaran status gizi pada penderita hipertensi di UPTD Puskesmas Sambongpari Kota Tasikmalaya

D. Manfaat

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan akan meningkatkan pemahaman dan keahlian mengenai asupan natrium dan status gizi pada penderita hipertensi di UPTD Puskesmas Sambongpari Kota Tasikmalaya.

2. Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi literatur dan bahan bacaan bagi peneliti lain yang terkait dengan gambaran asupan natrium dan status gizi pada penderita hipertensi di UPTD Puskesmas Sambongpari Kota Tasikmalaya.

3. Bagi Pasien

Diharapkan dengan adanya penelitian ini, pasien memperoleh pengetahuan tentang gambaran asupan natrium dan status gizi pada penderita hipertensi di UPTD Puskesmas Sambongpari Kota Tasikmalaya.