

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan penyakit yang sering kita jumpai di masyarakat sekitar dan penyakit ini sangat beresiko karena bisa menyebabkan komplikasi bagi penderitanya. Tekanan darah yang tidak terkontrol dapat menimbulkan komplikasi, jika organ yang terkena jantung dapat menimbulkan penyakit gagal jantung *kongestife, infark miokard*, dan jantung koroner. Bila organ yang terkena otak maka penyakit yang bisa ditimbulkan seperti *stroke*, dan jika organ yang terkena adalah ginjal maka dapat terjadi gagal ginjal. Penyebab rusaknya organ tersebut diakibatkan oleh naiknya tekanan darah pada organ tersebut atau disebabkan karena adanya *autoantibodi reseptor angiotensin II* (Aprillia, 2020).

Menurut World Health Organization (WHO), 2023 diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, Sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah atau menengah. Diperkirakan pula sekitar 46% orang dewasa penderita hipertensi tidak menyadari bahwa mereka mengidap penyakit tersebut. Menurut American Heart Association (AHA), hingga 74,5 juta orang Amerika yang berusia di atas 20 tahun menderita hipertensi atau 1 dari 3 orang dewasa di Amerika Serikat menderita hipertensi, namun hampir 90-95% kasusnya tidak diketahui penyebabnya (Siregar, 2022). Sedangkan di Asia Tenggara, angka kejadian hipertensi pada tahun 2020 adalah 39,9% (Mills et al., 2020)&(Jeemon, 2021) Dari data penelitian terakhir, dikemukakan bahwa ada sekitar 50 juta (21,7%) orang Amerika orang dewasa menderita hipertensi. Hipertensi juga mempengaruhi Thailand sebesar 17% dari

total populasi, Vietnam 34,6%, Singapura 24,9%, dan Indonesia memiliki angka yang cukup tinggi yaitu 15% (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Hipertensi menjadi salah satu penyakit tidak menular yang menyebabkan kematian prematur di dunia. Sering kali penderita hipertensi tidak menyadari penyakitnya oleh sebab itu hipertensi disebut sebagai penyakit *silent killer*, dimana gejala yang sering ditimbulkan seperti sakit kepala, jantung berdebar-debar, rasa berat pada tengkuk, mudah lelah, pandangan kabur, telinga berdengung serta pada beberapa kasus pasien dapat terjadi perdarahan yang ditandai dengan mimisan (Aprillia, 2020).

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), 2018 menyatakan prevalensi hipertensi mengalami peningkatan dari tahun 2013 sebanyak 25,8% menjadi sebanyak 34,1% pada 2018. Prevalensi penyakit hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun sebesar (34,1%), pada penduduk usia 31-44 tahun sebesar (31,6%), pada penduduk usia 45-55 tahun sebesar (55,2%). Prevalensi hipertensi pada kelompok lansia mengalami peningkatan kasus yang cukup tinggi. Kelompok usia 55-64 tahun sebesar 55,2%, kelompok usia 65-74 tahun sebesar 63,2%, kelompok usia 75 keatas 69,5%. Umumnya bertambahnya usia seseorang maka semakin besar risiko terkena hipertensi, hal ini disebabkan perubahan struktur pembuluh darah seperti penyempitan lumen, serta dinding pembuluh darah menjadi kaku dan elastisitasnya berkurang sehingga meningkatkan tekanan darah (Adam, 2019). Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian.

Menurut (Badan Pusat Statistik Kota Medan, 2019) hipertensi menjadi salah satu bagian dari 10 Penyakit terbesar di Puskesmas kota Medan dengan jumlah kasus 83.333 orang. Sedangkan menurut (Badan Pusat Statistik, 2019) Prevalensi Hipertensi (Hipertensi) di Provinsi Sumatera Utara sebesar 29,2%. Berdasarkan (Kementerian Kesehatan, 2023) dalam Profil Puskesmas Kabupaten Deli Serdang, Estimasi kasus hipertensi di Puskesmas Tuntungan sebesar 11.085 pada penduduk usia ≥ 16 tahun dengan jumlah estimasi penderita hipertensi laki-laki sebesar 5.507 jiwa dan estimasi penderita hipertensi perempuan sebesar 5.578 jiwa.

Beberapa faktor-faktor yang dapat meningkatkan risiko hipertensi antara lain karakteristik individu (usia, jenis kelamin, riwayat penyakit hipertensi), pola makan (kebiasaan konsumsi lemak, natrium dan kalium), serta gaya hidup (kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, stress, konsumsi kopi, dan juga aktivitas fisik). Oleh karena itu, salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah hipertensi antara lain dengan melakukan pengaturan pola makan seperti diet rendah garam (Safitri & Aminah, 2023).

Pola makan dapat mempengaruhi status gizi seseorang. Hal ini disebabkan kuantitas dan kualitas makanan dan minuman yang dikonsumsi mempengaruhi asupan makanan yang selanjutnya mempengaruhi kesehatan individu dan masyarakat (Kemenkes RI, 2014). Pola makan yang sehat tercermin pada pemilihan menu makanan/ menu diet yang mengandung gizi seimbang, beragam, variatif, dan proporsional sesuai dengan kebutuhan gizi masing-masing orang.

Pola makan yang kurang baik dapat mempengaruhi keadaan hipertensi pada lansia, pola makan seperti sering makan makanan asin (makanan tinggi natrium), sering makan makanan berlemak terutama lemak jenuh dan kolesterol serta jarang makan sayuran serta buah-buahan beresiko meningkatkan tekanan darah pada

lansia. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Hamzah et al., 2021) yang menyatakan adanya hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia.

Pola makan menjadi salah satu masalah serius yang dapat mengganggu kesehatan dan aktivitas sehari-hari. Pola makan yang tidak sehat dapat memicu terjadinya penyakit hipertensi. Pola makan yang tidak sehat pada lansia dapat disebabkan karena adanya penurunan selera makan yang disebabkan penurunan sensitivitas pada indera pengecap dan perasa hal ini membuat penggunaan garam dan bumbu-bumbu masakan dalam jumlah lebih banyak menjadi pilihan untuk meningkatkan nafsu makan. Kemampuan mencerna makanan yang juga berkurang serta kurangnya peran keluarga dalam menyediakan menu makanan yang dikonsumsi sehari-hari (Hasilando et al., 2018).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan dengan bertanya kepada 5 orang lansia penderita hipertensi yang sedang berobat di Puskesmas Tuntungan, lansia kurang mengerti tentang pola makan yang sehat. Banyak lanjut usia tidak menghindari makanan yang berisiko menyebabkan hipertensi seperti makanan tinggi natrium, tinggi lemak dan kurangnya konsumsi sayuran dan buah-buahan. Para lansia cenderung mengkonsumsi makanan yang disukai dan tersedia di rumahnya. Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan (Mustofa et al., 2022) menyebutkan bahwa apabila seseorang dalam hal ini lansia memiliki pola makan yang buruk maka orang tersebut beresiko mengalami hipertensi 14,250 kali lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang memiliki pola makan yang baik. Meskipun telah banyak penelitian terkait hipertensi yang dilakukan sebelumnya, penelitian ini penting untuk dilakukan di Puskesmas Tuntungan mengingat bahwa sampai saat ini hipertensi masih menempati posisi 10 penyakit terbesar di sana.

Islam sebagai agama, sangat memperhatikan keberadaan manusia, karena itulah islam membentangkan konsep yang sangat tegas tentang kehidupan yang sehat kepada manusia, seperti contoh mengenai hidup dan kehidupan itu serta kemana arah tujuannya. Dalam menjawab permasalahan ini diperlukan konsep *maqashid al-syariah* untuk mengatur kemakmuran di bumi guna menuju kebahagiaan dunia dan akhirat (Fuadi Husin, 2014). Konsep *maqashid al-syariah* yang erat kaitannya dengan pola makan dan hipertensi yakni Penjagaan Jiwa (Hifz An-Nafs).

Pola makan adalah suatu cara atau usaha dalam pengaturan jumlah dan jenis makanan dengan informasi gambaran dengan memperhatikan kesehatan, status nutrisi, mencegah atau membantu kesembuhan penyakit. Dalam tuntunan agama kita diberikan petunjuk bahwa ada bahan makanan yang haram, yang artinya tidak boleh dikonsumsi. Sebaliknya ada makanan yang halal dan thayyiban yang artinya bahan makanan dan cara pengolahannya halal lagi baik bagi tubuh (Rusli, 2015).

Manusia diwajibkan oleh agama untuk mengkonsumsi makanan, minuman, dan olahraga dalam rangka memelihara diri. Agama memerintahkan agar manusia hidup berkualitas hingga diatur dalam syari'at islam. Dengan mengamati Hifz An-Nafs, umat Islam dapat terinspirasi untuk mengurus kebutuhan dasar mereka, memastikan kelangsungan hidup sesama Muslim. Tujuan utama, yang merupakan manfaat dari filosofi Maqashid syariah, dicapai dengan mendorong umat Islam untuk mengambil peran yang lebih aktif dalam menjaga kesehatan mereka (Amalia, 2017).

Setiap orang mendambakan kehidupan yang sehat, manusia bisa menjalankan aktivitas dengan kemampuan terbaik mereka. Oleh karena itu, penting bagi manusia untuk menjaga kesehatan tubuh dengan mengimplementasikan aspek ajaran islam yang menggunakan konsep Maqashid Syariah Hifz An-Nafs. Dari uraian diatas peneliti menilai bahwa peran islam dalam penjagaan keseimbangan kesehatan manusia sangat penting, maka peneliti tertarik untuk membahas bagaimana implementasi Maqashid Syariah dalam memelihara kesehatan masyarakat.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka di rumuskanlah penelitian untuk melihat adakah hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja puskesmas tuntungan?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja puskesmas tuntungan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Memperoleh gambaran pola makan lansia di wilayah kerja Puskesmas Tuntungan.
2. Mengetahui tekanan darah lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Tuntungan.
3. Mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Tuntungan.

1.4 Manfaat

1. Bagi Lansia

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi bagi lansia mengenai pola makan yang baik guna menurunkan angka kejadian hipertensi di lingkup kerja Puskesmas Tuntungan.

2. Bagi Puskesmas

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi kepada pihak puskesmas Tuntungan untuk mengambil langkah kebijakan, seperti memberikan penyuluhan yang berkaitan dengan pengetahuan tentang pola makan yang baik kepada lansia guna menurunkan angka penyakit hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tuntungan.

3. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan dan pengalaman penulis sebagai penerapan ilmu pengetahuan yang diperoleh dari bangku kuliah dan juga mengembangkan kemampuan dan wawasan penulis dalam menyusun skripsi.