

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi ialah suatu keadaan ketika tekanan darah mengalami peningkatan dalam kurun waktu yang panjang. Hipertensi terjadi karena sistem peredaran darah yang mengalami gangguan di atas ukuran 140/90 mmHg yang artinya melebihi posisi normal. *The silent killer* merupakan istilah lain hipertensi dapat terjadi tanpa diawali dengan gejala atau keluhan pada penderita (Nurkhofifah & Putriningtyas, 2023). Tidak terkendalinya peningkatan tekanan darah dalam waktu tertentu berakibat terjadinya tekanan darah tinggi pada kurun waktu yang tidak singkat serta mengeluarkan efek samping yang berbahaya bagi penderita yaitu munculnya penyakit jantung coroner, stroke, ginjal, serta berpengaruh pada penglihatan. Bertambahnya umur merupakan salah satu faktor meningkatnya hipertensi (Kusumayanti *et al.*, 2021).

Pada tahun 2023, sebanyak 30% lebih orang dewasa beralaskan Data *World Health Organization* dari seluruh dunia yang terkena hipertensi. Adapun kasus tertingginya yaitu di Afrika dengan persentase 27% dan wilayah Amerika prevalensi terendah 18%. Pengidap hipertensi mengalami peningkatan secara berkelanjutan setiap tahun. Diperkirakan sekitar tahun 2025 dapat mencapai sejumlah 1,5 miliar penderita dengan 10,44 juta yang meninggal setiap tahunnya. (WHO, 2023). Beralaskan data Kemenkes RI 2018, dibandingkan dengan wilayah Asia Tenggara, posisi nomor tiga diduduki oleh Indonesia sejumlah 658.201 juta jiwa

yakni prevalensi tertinggi di DKI Jakarta sebesar 121.153 juta jiwa dan terendah di Papua Barat sebesar 2.163 jiwa.

Pada tahun 2018, Riskesdas Nasional mencatat prevalensi hipertensi di Sumatera Utara berada diposisi empat dibandingkan provinsi lain di Indonesia. Berdasarkan hasil yang telah diukur dari usia 18 tahun ke atas sebanyak 34,1% prevalensi hipertensi. Adapun sebanyak 5,5% yang telah diperiksa oleh dokter. Tahun 2020 sekitar 2.824.328 orang yang menderita hipertensi dengan usia 15 tahun ke atas di provinsi Sumatera Utara, namun yang telah mendapatkan fasilitas pelayanan yaitu 1.118.405 orang atau 39,60%, di antaranya 524.505 orang laki-laki atau 46,90% dan 593.900 orang wanita atau 53,10%. Semakin bertambahnya usia, prevalensi hipertensi semakin bertambah pula (Dinkes Sumut, 2020). Dalam data Dinas Kesehatan Kota Medan, penyakit hipertensi berada di urutan kedua penyakit tertinggi di kota Medan dengan jumlah 89.333 kasus (BPS, 2019). Semakin bertambah usia maka jumlah pengidap penyakit hipertensi semakin bertambah (Marlita *et al.*, 2022).

Hipertensi terjadi pada usia produktif berdasarkan faktor genetik, usia, jenis kelamin, status gizi, pengetahuan serta gaya hidup. Adapun seseorang yang berusia produktif dengan status gizi berlebih lebih banyak ketimbang seseorang yang kurang gizi dikarenakan seseorang akan mengalami perubahan yang signifikan setelah melewati fase remaja. Efeknya akan mengalami peningkatan apabila tidak dibarengi dengan gaya hidup sehat atau konsisten berolahraga di mana hal tersebut berefek terhadap naik turunnya tekanan darah (Merdianti *et al.*, 2019).

Usia produktif yaitu usia penduduk golongan usia 15-64 tahun (Badan Pusat Statistik, 2021). Usia produktif yaitu ketika usia seseorang telah melewati batas minimum usia dan tidak melewati batas maksimumnya serta telah dapat bekerja dengan baik serta terikat kontrak pada pekerjaannya (Warlenda *et al.*, 2023). Usia produktif termasuk fase dalam kehidupan di mana seseorang berproduktivitas sehingga di dalam aktivitasnya seseorang akan mengalami masalah-masalah terhadap kesehatan (Marlita *et al.*, 2022).

Usia produktif adalah usia yang riskan seseorang mengalami peningkatan hipertensi dikarenakan pada usia produktif pola hidup semakin terganggu serta meningkatnya gaya hidup (Kusumayanti *et al.*, 2021). Meningkatnya hipertensi selalu bertambah dengan pola hidup yang buruk, misalnya makan makanan cepat saji, jarang melakukan aktivitas, sering merokok, dan kebiasaan istirahat (Suprayitno *et al.*, 2020). Saat sekarang ini, makanan cepat saji dengan cepat menggeser posisi makanan tradisional namun *fast food* tinggi akan kandungan gula, lemak, serta garam (Destra, 2022).

Dalam penelitian (Destra, 2022) yang meneliti korelasi antara konsumsi *fast food* dengan angka kejadian hipertensi pada orang dewasa. Diperoleh hasil 73,9% subjek kategori sering dalam mengkonsumsi *fast food* dengan subjek yang mengalami hipertensi sebesar 48,9%. Maka secara statistik dengan nilai $p = 0,044$ diperoleh korelasi antara jumlah konsumsi *fast food* dengan angka kejadian hipertensi. Namun, penelitian yang dilakukan (Fauziyyah & Solikhah, 2021) menyatakan bahwa tidak terdapat korelasi konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan kejadian hipertensi.

Sampai sekarang korelasi antara mengonsumsi *fast food* dengan hipertensi masih dipertanyakan. Di dalam *Fast food* terdapat kandungan natrium, lemak, sodium, *monosodium glutamate* yang tinggi. Sehingga kadar yang berlebih tersebut dapat berefek terjadinya stroke, obesitas, serta tekanan darah yang tinggi karena adanya peningkatan aliran darah (Fauziyyah & Solikhah, 2021). Kecenderungan mengonsumsi sumber makanan dengan energi yang cukup tinggi sehingga melebihi kadar yang diperlukan tubuh mengakibatkan lemak terlalu banyak tersimpan dalam tubuh. Perilaku tersebut akan membuat seseorang lebih mudah mengalami obesitas dan kelebihan berat badan. Pembuluh darah menyempit ketika terdapat banyak lemak sehingga memicu peningkatan tekanan darah (Suprayitno *et al.*, 2023).

Obesitas dan kelebihan berat badan disebabkan kapasitas energi yang dimasukkan ke dalam tubuh melebihi kadar yang dikeluarkan oleh tubuh. Mengonsumsi makanan yang tinggi lemak dan sumber energi menghasilkan asupan energi yang tinggi, sedangkan gaya hidup minim beraktivitas mengakibatkan pengeluaran energi yang lebih rendah. Obesitas dan kelebihan berat badan juga dapat menyebabkan kondisi serius dalam jangka panjang seperti resistensi insulin, serangan jantung, dan hipertensi. Tak jarang seseorang yang obesitas menderita tekanan darah tinggi (Mardalena, I., 2021). Konsumsi *fast food* yang berlebihan dapat berkontribusi pada peningkatan risiko hipertensi dan masalah gizi. Zat yang berlebihan terkandung dalam *fastfood* seperti kalori, natrium, lemak jenuh yang mana berdampak buruk bagi tubuh. Selain itu, *fast food* juga rendah akan serat serta nutrisi penting lainnya (Melinda & Robinson, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Nurkhofifah & Putriningtyas (2023) meneliti korelasi status gizi, konsumsi *fast food*, dan tingkat stres dengan kejadian

hipertensi yang terjadi pada remaja. Didapatkan hasil dengan konsumsi *fast food* nilai $p = 0,973$, tingkat stres dengan nilai $p=0,363$ yang artinya pada remaja, tidak ada korelasinya dengan kejadian hipertensi meskipun status gizi berkorelasi dengan kejadian hipertensi yaitu dengan nilai $p=0,047$. Dalam penelitian (Antara *et al.*, 2022) menunjukkan adanya korelasi antar keduanya yakni status gizi dan hipertensi. Namun, penelitian (Firman *et al.*, 2020) menyatakan bahwa pada usia produktif, tidak terdapat adanya korelasi antara status gizi dan kejadian hipertensi.

Menurut data Puskesmas Medan Sunggal, pada tahun 2020 pasien hipertensi sebanyak 378 orang dan pada tahun 2021 mengalami peningkatan menjadi 447 orang. Penyakit hipertensi terletak di posisi keempat penyakit tertinggi di Puskesmas Medan Sunggal dan mengalami peningkatan setiap tahunnya. Pada tahun 2024 bulan Januari – Februari terdapat 112 pasien yang mengalami hipertensi. Berdasarkan hasil observasi awal yang telah dilaksanakan di Puskesmas Medan Sunggal, dari 5 pasien hipertensi diketahui sebanyak 3 orang memiliki status gizi dengan kategori gemuk atau gizi lebih dan sebanyak 2 orang yang memiliki status gizi digolongkan normal. Adapun yang didapatkan dari wawancara yang dilakukan di Puskesmas Medan Sunggal yakni diketahui bahwa tiga dari lima orang mengatakan mereka sering mengonsumsi *fast food* karena lebih enak dan praktis untuk dikonsumsi.

Berdasarkan permasalahan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara konsumsi *fast food* dan status gizi dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di wilayah kerja Puskesmas Medan Sunggal.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang, maka dirumuskan rumusan masalah yakni “apakah ada hubungan konsumsi *fast food* dan status gizi dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di wilayah kerja Puskesmas Medan Sunggal ?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Adapun penelitian ini dilaksanakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan konsumsi *fast food* dan status gizi dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di wilayah kerja Puskesmas Medan Sunggal.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi distribusi frekuensi konsumsi *fast food* pada penderita hipertensi usia produktif di wilayah kerja Puskesmas Medan Sunggal.
- b. Mengidentifikasi distribusi frekuensi status gizi pada penderita hipertensi usia produktif di wilayah kerja Puskesmas Medan Sunggal.
- c. Menganalisis hubungan konsumsi *fast food* dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di wilayah kerja Puskesmas Medan Sunggal.
- d. Menganalisis hubungan status gizi dengan kejadian hipertensi pada usia produktif di wilayah kerja Puskesmas Medan Sunggal

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa dimanfaatkan sebagai informasi dasar yang dapat mendukung penelitian berikutnya untuk mengendalikan

peningkatan kejadian hipertensi di Indonesia terutama kota Medan. Selain itu juga dapat memberikan masukan yang menjadi sarana untuk mengembangkan pengetahuan terutama di bidang ilmu kesehatan masyarakat.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat memperluas pengetahuan serta pengalaman untuk melakukan penelitian hubungan konsumsi *fast food* dan status gizi dengan kejadian hipertensi pada usia produktif.

b. Bagi Usia Produktif

Informasi yang dipaparkan dapat berguna untuk semua khalayak yang berusia produktif sehingga dapat mengaplikasikan pola hidup sehat untuk membatasi peningkatan kejadian hipertensi.

c. Bagi Tenaga Kesehatan di Puskesmas Medan Sunggal

Penelitian ini dapat memberikan gambaran kepada tenaga kesehatan agar mengetahui hubungan konsumsi *fast food* dan status gizi dengan kejadian hipertensi pada usia produktif, sehingga tenaga kesehatan dapat menyusun upaya-upaya dalam mempromosikan kesehatan tentang dampak negatif dari konsumsi *fast food* secara berlebihan dan status gizi yang buruk dapat memicu penyakit diantaranya adalah hipertensi.

d. Bagi Institusi

Sebagai sarana informasi dan sumber referensi serta menambah publikasi pada program studi Ilmu Kesehatan Masyarakat di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.