

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Hipertensi merupakan kondisi peningkatan tekanan darah seseorang di atas normal yang dapat mengakibatkan peningkatan angka kesakitan (morbiditas) dan angka kematian (mortalitas) (Sumartini, Zulkifli, & Adhitya, 2019). Hipertensi juga merupakan salah satu masalah kesehatan yang cukup berbahaya di dunia, karena hipertensi merupakan faktor risiko utama mengarah kepada penyakit kardiovaskuler seperti serangan jantung, gagal jantung, stroke, dan penyakit ginjal yang mana pada tahun 2016 penyakit jantung iskemik dan stroke menjadi dua penyebab kematian utama di dunia (WHO, 2018). Penyebab hipertensi hingga saat ini secara pasti belum dapat diketahui, tetapi pola hidup berpengaruh besar terhadap kasus ini. Terdapat beberapa faktor yang menjadi risiko terjadinya hipertensi, seperti usia, jenis kelamin, merokok, pola makan, pola stress dan kurang aktivitas yang dapat mengarah ke obesitas. Mengurangi faktor risiko tersebut menjadi dasar pemberian intervensi oleh tenaga kesehatan (Tirtasari & kodim, 2019). Pada tahun 2015 menunjukkan bahwa yang menderita hipertensi sekitar 1,13 miliar orang di dunia, dan diperkirakan setiap tahunnya akan meningkat. Pada tahun 2025 di perkirakan akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi, dan setiap tahunnya di perkirakan kurang lebih 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Kemenkes RI, 2019). Sedangkan di Jawa tengah

mendapatkan urutan ke-4 terjadinya hipertensi di Indonesia yaitu sebesar 37,57% (Kemenkes RI,2018). Prevalensi hipertensi di Indonesia tahun 2018 sebesar 41, 11. Pada penduduk Indonesia yang berusia 18-24 tahun sebesar (13,22%), umur 25-34 tahun(20,13%), umur 65-74 (63,22%) kemudian akan mengalami peningkatan pada umur >75 tahun (69,53%) (Kemenkes RI, 2018).

Tingginya kasus hipertensi diatas dikarenakan kurangnya kesadaran mengenai pentingnya pola hidup sehat. Selain mendapatkan pengobatan secara medis, penderita hipertensi juga memerlukan pendampingan keluarga dalam pemeliharaan kesehatan dengan cara merubah life style seperti pola makan, pola hidup terutama dalam pemantauan tekanan darah oleh keluarganya. Meningkatkan kualitas hidupnya sehingga mengurangi biaya perawatan dan komplikasi yang berbahaya (Maryati & Praningsih, 2019). Mengonsumsi makanan yang mengandung tinggi natrium juga dapat menjadikan angka tekanan darah semakin, yang dapat menyebabkan penderita hipertensi tidak dapat mengontrol atau mengembalikan tekanan darah normal. Inilah yang menjadi penyebab tidak terkendalinya penyakit hipertensi untuk menurunkan angka mortalitas dan morbiditas guna mengurangi risiko terjadinya komplikasinya (Artiyaningrum,2016). Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis dan non farmakologis. Secara non farmakologis dapat dilakukan dengan mengonsumsi obat antihipertensi, secara non farmakologis dapat dengan mengubah pola hidup menjadi lebih baik sepeprti melakukan manajemen

pada diri sendiri , patuh dalam mengkonsumsi obat dokter, berhenti merokok, membatasi asupan garam, melakukan aktifitas fisik, menghindari makanan berkaleng , dan mengurangi berat badan (Stodter and Frans, 2014).

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti ingin mengetahui pola hidup pada penderita hipertensi selama dilakukan perawatan di RS Islam Banjarnegara. Penelitian ini penting untuk dilakukan saat dirumah sakit dan kehidupan sehari-hari.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah “Bagaimana hubungan pola hidup pada pasien hipertensi di RS Islam Banjarnegara?”

## **C. Tujuan studi kasus**

### 1. Tujuan umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui pola hidup sehat pada pasien hipertensi di RSI Banjarnegara

Tujuan khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik pasien seperti nama, umur, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan,
- b. Mengetahui pola hidup seperti :
  - a) Pola makan
  - b) Pola stress
  - c) Kebiasaan olahraga
  - d) Kebiasaan merokok

#### **D. Manfaat studi kasus**

a. Bagi klien

Tugas akhir ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi klien dan meningkatkan pemahaman pola hidup yang sehat.

b. Bagi institusi

Sebagai masukan bagi mahasiswa yang akan melakukan penelitian selanjutnya sebagai bahan masukan dan mengidentifikasi kebutuhan informasi tentang penyakit Hipertensi

c. Bagi penulis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan dan pengetahuan tentang pentingnya pola hidup pada pasien Hipertensidan sebagai bahan masukan untuk penelitian selanjutnya

