

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dalam beberapa tahun terakhir telah terjadi peningkatan yang nyata dalam timbulnya banyak penyakit pada masyarakat luas akan tetapi pemantauan tahunan untuk gangguan degeneratif tetap menjadi prioritas utama. Tidak hanya diantara kalangan umur dewasa tetapi juga di antara generasi muda. Kualitas hidup dan kapasitas seseorang untuk melakukan berbagai hal dipengaruhi oleh penyakit degeneratif, yang bermanifestasi sebagai hilangnya fungsi organ dan jaringan secara bertahap. Di antara penyakit-penyakit yang berkaitan dengan usia ini adalah penyakit yang memengaruhi sistem kardiovaskular, yang meliputi kondisi seperti tekanan darah tinggi, diabetes, dan kanker (Journal of Pe, n.d.). Kematian adalah hasil akhir bagi banyak orang dengan penyakit degeneratif. Menurut *World Health Organization (WHO)* Pada tahun 2020 penyakit degeneratif menyumbang 73% dari kematian global dan 60% dari kesakitan global (Kartika Rakainsa et al., n.d.)

Penyakit degeneratif yang banyak terjadi dan yang mempunyai tingkat mortalitas yang cukup tinggi serta mempengaruhi kualitas hidup dan produktivitas seseorang adalah penyakit hipertensi. Menurut *World Health Organization (WHO)*, hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu kondisi terjadinya peningkatan tekanan dalam pembuluh darah secara terus menerus. Seseorang dikatakan menderita hipertensi ketika tekanan sistolik >140 mmHg dan tekanan diastolik >90 mmHg. Hipertensi merupakan jenis penyakit yang dapat menimbulkan risiko tinggi, bahkan sampai menyebabkan kematian. Penyakit ini sering disebut sebagai *the silent killer*, karena dapat menyebabkan kematian tanpa gejala klinik yang jelas. (world health organization, 2023)

Hipertensi merupakan penyebab utama beberapa masalah kesehatan jangka panjang di Indonesia, termasuk penyakit kardiovaskular, gagal ginjal, dan stroke. Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), prevalensi hipertensi di Indonesia meningkat dari 25,8% di tahun 2013 menjadi 34,1% di tahun 2018 (Riskesdas 2018). Mayoritas kasus hipertensi di Indonesia tidak terdeteksi, seperti yang dilaporkan dalam Riskesdas 2018. Di Sumatera Utara, misalnya, prevalensi hipertensi adalah 24,7% (Riskesdas 2018 Sumatera Utara). Riskesdas 2018 juga mengumpulkan data mengenai faktor risiko, seperti penurunan konsumsi sayur dan buah sebesar 95,5%, peningkatan kurang gerak sebesar 35,5%, peningkatan

merokok sebesar 29,3%, peningkatan obesitas sentral sebesar 31%, dan peningkatan obesitas secara keseluruhan sebesar 21,8%. Jika membandingkan data Riskesdas 2013 dengan data saat ini, terlihat jelas bahwa prevalensi hipertensi meningkat. (Novitarum et al.,n.d)

Meskipun anak-anak jarang mengalami hipertensi namun kondisi ini menjadi lebih umum terjadi pada masa remaja karena meningkatnya kasus kelebihan berat badan. Statistik Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) dari Kemenkes pada tahun 2013, terdapat 8,7% pasien hipertensi berusia antara 15 hingga 24 tahun. Namun, data tahun 2018 menunjukkan bahwa persentase anak muda yang mengalami hipertensi meningkat menjadi 13,2%, dengan rentang usia yang menyempit menjadi 18 hingga 24 tahun. Ketika sejumlah besar anak muda mengalami hipertensi, hal ini akan mengganggu aktivitas sehari-hari, menurunkan produktivitas, dan pada akhirnya berdampak pada perekonomian nasional. Hal ini karena, tidak hanya individu tersebut tidak menghasilkan uang, tetapi mereka juga membebani keluarga dan negara secara keseluruhan karena produktivitasnya yang terganggu. Masalah lain dari hipertensi pada remaja adalah hipertensi dapat berlanjut hingga dewasa, meningkatkan kemungkinan terjadinya gangguan kesehatan dan bahkan kematian (Indryanti Harahap, n.d.; 2023).

Faktor risiko hipertensi pada remaja meliputi gaya hidup yang kurang sehat seperti kurang gerak atau minimnya aktivitas fisik memiliki berat badan lebih dari jumlah yang seharusnya, atau memiliki riwayat kesehatan dalam keluarga, berasal dari ras atau etnis tertentu, jenis kelamin, merokok, kurangnya pengetahuan tentang penyakit hipertensi dan mengonsumsi garam secara berlebihan. Pilihan gaya hidup tidak sehat pada remaja dapat dipengaruhi oleh pengetahuan. Menurut Y. Siswanto dkk. (2020), pengetahuan dan kognisi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap bagaimana individu bertindak dan berperilaku. Hipertensi merupakan kondisi yang menyerang orang dewasa dan lansia, namun banyak remaja yang beranggapan bahwa mereka tidak memiliki masalah tersebut dan kurang menyadari pentingnya memahami tekanan darah, faktor risiko hipertensi, bahaya hipertensi, dan cara mencegah hipertensi. Mencegah hipertensi pada remaja membutuhkan tindakan pencegahan tingkat awal dan pertama. Remaja membutuhkan informasi yang akurat tentang hipertensi agar dapat menghindari faktor risiko dan mencegah hipertensi (Kesehatan et al., n.d.).

Upaya pencegahan hipertensi di Sumatera Utara belum memberikan hasil yang jelas, terutama pada populasi remaja. Upaya pencegahan hipertensi ini perlu didukung oleh pengetahuan dan sikap remaja, khususnya pelajar, terhadap pencegahan hipertensi, yang dapat diperoleh di mana saja seperti di rumah, di

media massa, di sekolah, dan di tempat lain. Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik meneliti hubungan pengetahuan dan sikap remaja dalam mencegah hipertensi pada siswa/i kelas XI di SMA Harapan 3 Medan

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimanakah hubungan pengetahuan dan sikap remaja dalam mencegah hipertensi pada siswa/i di SMA Harapan 3 Medan?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap remaja dalam mencegah hipertensi pada siswa/i kelas XI di SMA Harapan Tiga Medan.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui hubungan pengetahuan remaja dalam mencegah hipertensi pada siswa/siswi kelas XI di SMA Harapan 3 Medan
- b. Untuk mengetahui hubungan sikap remaja dalam mencegah hipertensi pada siswa/siswi kelas XI di SMA Harapan 3 Medan

1.4 Manfaat Penelitian

- a. Memberikan informasi menggunakan media leaflet tentang penyakit hipertensi kepada siswa/i kelas XI SMA Harapan 3 Medan
- b. Sebagai rujukan peneliti selanjutnya tentang mencegah penyakit hipertensi pada remaja