

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Lansia yang sering dikenal sebagai usia lanjut, adalah kondisi medis di mana orang kehilangan daya tahan terhadap infeksi menular, yang dapat menyebabkan penurunan fungsi otot dan organ tubuh, termasuk jantung, hati, otak, dan ginjal. Penumpukan zat kimia yang bersifat aterosklerotik, yang dapat mengubah fleksibilitas arteri darah, merupakan diantara faktor dari hilangnya peran organ jantung. (Woro Astuti, 2022).

Peningkatan populasi lansia berkembang sangat pesat. Pada tahun 2020, Diperkirakan jumlah orang lanjut usia akan sama dengan jumlah orang muda. Dari 6,9 miliar orang di planet ini, 11% adalah orang lanjut usia. (WHO, 2013). Setelah China, India, dan Amerika Serikat, India memiliki populasi terbesar keempat. Pendapat SKD tahun 2013, jumlah penduduk Tiongkok sebesar 1,35 miliar jiwa, India sebesar 1,24 miliar jiwa, Amerika Serikat sebesar 313 juta jiwa, dan Dengan jumlah penduduk 242 juta jiwa, India menduduki peringkat keempat (WHO, 2013). Biro Pusat Statistik (2013) memperkirakan bahwa persentase penduduk berusia 60 tahun atau lebih terhadap total penduduk pada tahun 2018 adalah 24,7545 juta (9,34%) (Kiik, 2018).

Pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh pembentukan sikap dan perilaku pribadinya. Salah satu hal yang memengaruhi asupan makanan orang lanjut usia adalah tingkat pengetahuan mereka. Pengetahuan yang kurang pada lansia dapat mempengaruhi perilaku makan yang kurang pada lansia. (Makhfudli, 2009 dalam Bahri et al., 2017). Malnutrisi pada lansia akan terjadi akibat ketidaktahuan yang mempengaruhi bagaimana mereka berperilaku dalam rangka memperoleh zat gizi. (Martono, 2010). Pelayanan masyarakat diperlukan untuk menyelesaikan masalah ini untuk membantu lansia mengatasi permasalahan hidup dan tetap sehat. Pelayanan yang diberikan berupa pendidikan gizi seimbang (Nugroho et al., 2022).

Menurut Skinner (1938) dalam Notoatmodjo (2013) menyatakan bahwa perilaku seseorang merupakan reaksi terhadap pengaruh luar. Temuan penelitian menunjukkan bahwa mayoritas warga senior menunjukkan perilaku yang baik. Perilaku positif didefinisikan sebagai perilaku yang mengupayakan, mempertahankan, dan meningkatkan kesehatan serta perilaku yang terkait dengan pencegahan atau penghindaran penyakit dan penyebab penyakit atau masalah kesehatan. Mengonsumsi gizi seimbang bagi usia lanjut merupakan salah satu perilaku yang baik untuk pencegahan terjadinya hipertensi pada usia lanjut (Wulandari, 2021). Dengan membuat menu yang tepat dan memperhatikan kecukupan gizi, konsistensi makanan, dan tekstur makanan, maka kebutuhan gizi seimbang bagi lansia dapat terpenuhi. Dengan mempertimbangkan perubahan kemampuan mengunyah, nafsu makan, kebutuhan pangan tubuh dan daya serap, Oleh karena itu, lebih tepat untuk memberikan makanan dalam bentuk cairan kental (sup krim) kepada lansia. Pemanfaatan makanan daerah seperti labu, umbi-umbian, dan makanan lainnya dapat membantu lansia memenuhi kebutuhan gizinya. (Fitriyaningsih, 2021).

Hipertensi merupakan Seseorang mungkin berisiko sakit (morbiditas) dan mungkin meninggal (mortalitas) jika mereka memiliki kondisi yang menyebabkan tekanan darah tinggi, khususnya $>140/90$ mmHg. Frasa "penyakit diam" sering digunakan untuk menggambarkan penyakit ini. Variabel yang dapat diubah dan tidak dapat diubah keduanya dianggap sebagai faktor risiko tekanan darah tinggi. Meskipun penyebab tertentu, termasuk stres, merokok, obesitas, dan gaya hidup yang tidak sehat, dapat diubah, aspek lainnya, termasuk usia, jenis kelamin, ras, dan genetika, tidak dapat diubah. (Ramadhani, 2023).

Dua jenis hipertensi dapat dibedakan, termasuk hipertensi primer (esensial), Penyakit jantung, penyakit ginjal, dan masalah ginjal yang disebabkan oleh faktor-faktor seperti merokok, stres, aktivitas fisik, dan berat badan, dan konsumsi alkohol semuanya dapat dianggap

sebagai penyebab hipertensi sekunder. Hipertensi terjadi karena dipengaruhi oleh faktor-faktor resiko (Kumala & Sandra, 2021).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan 22% penduduk dunia menderita hipertensi. Asia Tenggara memiliki frekuensi 25% penduduk, sedangkan prevalensi tertinggi di Afrika sebesar 27%. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2019), Hipertensi lebih banyak terjadi pada pria dibandingkan pada wanita. Prevalensi hipertensi di Indonesia adalah 34,11%, menurut temuan Riskesdas 2019. Di Provinsi Sumatera Utara, 29,19 persen penduduk menderita hipertensi pada tahun 2019, dibandingkan dengan 484.684 di Kabupaten Deli Serdang. (Islamy et al., 2023).

Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang sudah dilaksanakan di tanggal 16 Desember 2023 di Puskesmas Dalu Sepuluh Tanjung Morawa terhadap lansia, Terdapat enam orang dengan pengetahuan cukup, empat orang dengan pengetahuan kurang, empat orang dengan tekanan darah normal, satu orang dengan tekanan darah rendah, dan lima orang dengan tekanan darah tinggi. Berdasarkan penjelasan tersebut, peneliti tertarik untuk mempelajari lebih lanjut tentang “hubungan pengetahuan gizi seimbang dengan kejadian tekanan darah pada lansia di Desa Telagasari Kecamatan Tanjung Morawa” yang merupakan salah satu daerah lokasi yang memiliki lansia kurang lebih dari 500 orang dan memiliki pengetahuan kurang terhadap pengetahuan gizi seimbang.

B. RUMUSAN MASALAH

Rumusan masalah diberikan pada penjelasan latar belakang sebelumnya, khususnya “Bagaimana hubungan pengetahuan gizi seimbang dengan kejadian tekanan darah pada lansia di Desa Telagasari”?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Memahami hubungan pengetahuan gizi seimbang dengan kejadian tekanan darah pada lansia.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengevaluasi pengetahuan gizi seimbang pada lansia di Desa Telagasari
- b. Mengetahui prevalensi hipertensi pada lansia di Desa Telagasari
- c. Mengetahui hubungan hipertensi pada lansia dengan pemahaman gizi seimbang di Desa Telagasari

D. Manfaat Penelitian

1. Untuk Peneliti

Mendapatkan informasi pemahaman baru serta memperluas pengetahuan peneliti tentang hubungan pengetahuan gizi seimbang dengan kejadian tekanan darah.

2. Bagi Lansia

Meningkatkan mutu hasil pengetahuan gizi seimbang mengenai penyakit tekanan darah

3. Bagi Puskesmas.

Sebagai manfaat yang bisa digunakan sebagai ilmu untuk pembaca dan memberikan penjelasan kepada pembaca tentang pengaruh pengetahuan gizi seimbang dengan kejadian tekanan darah.