

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi adalah kondisi di mana tekanan darah seseorang lebih tinggi dari rata-rata pada umumnya. Ini adalah penyakit yang sering terjadi seiring bertambahnya usia dan berpotensi menyebabkan kematian (Purnamasari et al., 2020). Jika pembuluh darah terhalang, oksigen dan nutrisi yang dibawa darah akan terhambat menjadikan penyakit yang serius yang dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, ginjal dan penyakit lainnya. Di seluruh dunia, jumlah penderita hipertensi terus meningkat setiap tahunnya. Menurut *World Health Organization* tahun 2023 diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, dengan mayoritasnya (dua pertiga) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Sekitar 46% dari mereka yang mengalami hipertensi tidak menyadari kondisi tersebut. Hanya 42% penderita tekanan darah tinggi yang mendapatkan diagnosis dan pengobatan, sementara hanya 21% yang berhasil mengendalikannya.

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, Hipertensi adalah penyakit yang paling umum di Indonesia, dengan sekitar 34,1% populasi. Hipertensi dapat disebabkan oleh beberapa faktor, bukan hanya satu. Umur, jenis kelamin, riwayat keluarga atau genetik adalah faktor risiko yang tidak dapat diubah; kebiasaan merokok, konsumsi garam berlebih, diet rendah serat, konsumsi alkohol, obesitas, kurang aktivitas fisik dan stres adalah faktor risiko yang dapat diubah. (Kemenkes RI, 2019).

World Health Organization tahun 2020 menyatakan, Peningkatan kadar kolesterol diperkirakan menyebabkan 2,6 juta kematian atau 4,5 % dari total kematian. Kadar prevalensi kolesterol di Indonesia juga sangat tinggi. Terutama pada populasi usia produktif, menurut data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023. Hasil ini sangat penting untuk diperhatikan karena kadar kolesterol tinggi di usia muda dapat menyebabkan banyak masalah kesehatan yang serius pada akhirnya. Kadar kolesterol rata-rata lebih tinggi di kelompok usia 25 hingga 34 tahun. Massa otot yang berkurang menurunkan kecepatan metabolisme pada orang tua sebesar 15% hingga 20%. Menurut penelitian ilmiah, otot membutuhkan lebih

banyak energi daripada lemak, akibatnya lemak tertimbun di tubuh. (Widiyono et al., 2021).

Salah satu faktor utama penyakit jantung dan pembuluh darah adalah kolesterol, jenis lemak jenuh. Hiperkolesterolemia, penyakit tidak menular yang menyebabkan banyak kematian, adalah salah satu faktor risiko yang dapat diubah melalui perubahan gaya hidup (Islamiyah & Inayah, 2023). Kolesterol dalam darah mengakibatkan sumbatan pembuluh darah sehingga lumen di pembuluh darah menyempit kemudian mengurangnya elastisitas di dinding pembuluh darah sehingga terjadi tekanan darah tinggi atau hipertensi. Dikarenakan pola konsumsi makanan yang memiliki tinggi kolesterol, kolesterol saat masuk kedalam aliran darah akan tertimbun di dinding pembuluh darah yang mana pengaliran dalam darah menjadi tidak lancar serta berdampak pada pengerasan serta penyempitan dinding pembuluh darah atau aterosklerosis. Kadar kolesterol tinggi dapat dideteksi dengan pemeriksaan darah, tingkat normal kolesterol adalah dibawah 200 mg/dl (Wardoyo, 2018).

Sering disebut sebagai “lemak jahat”, LDL mengangkut lemak paling banyak di dalam darah, yang menyebabkan pengendapan lemak dalam arteri karena kadar LDL yang tinggi. HDL mengangkut lemak lebih sedikit dan sering disebut sebagai “lemak baik” karena dapat mengembalikan kelebihan lemak jahat ke hati untuk di proses dan dibuang Kolesterol tinggi dapat menyebabkan penyimpanan dan deposit lemak dalam pembuluh darah. Deposit lemak akan tertimbun di pembuluh darah, menyebabkan aliran darah menjadi tidak lancar dan mengurangi pasokan darah ke jantung. Pasokan darah yang kurang ke otak menyebabkan stroke dan peningkatan kolesterol menyebabkan berbagai penyakit (Triharyanto, 2020).

Sepertiga dari penyakit jantung dan stroke disebabkan oleh kadar kolesterol yang tinggi, yang merupakan penyebab utama beban penyakit di negara maju dan berkembang. Menurut penelitian Suminah 2019, hipertensi berhubungan dengan abnormalitas kolesterol, dimana kehadiran dislipidemia meningkatkan risiko hipertensi. Menurut penelitian Anggraini 2020, penyakit tidak menular hipertensi dan kolesterol diakibatkan pengetahuan gaya hidup dan pola makan yang kurang dan tidak teratur. Menurut penelitian Lusi tri 2023, hipertensi disebabkan

karena tingkat kolesterol di atas rata-rata, kolesterol menyebabkan tertumpuknya lemak di dinding pembuluh darah dan pompa darah menjadi lebih sulit memompa.

Makanan yang sehat, seperti mengurangi konsumsi lemak jenuh dan mengonsumsi lebih banyak sayur dan buah-buahan, dapat menurunkan kadar kolesterol sekitar 5-10%. Konsumsi makanan berserat dapat menurunkan tingkat kolesterol 10% dalam darah pada seseorang yang mengalami hiperkolesterolemia. Dengan menjalani gaya hidup sehat, mengontrol tekanan darah tinggi, mengontrol lemak yang tinggi dan berolahraga secara teratur, dapat mencegah penyakit jantung koroner dan penyakit lainnya (Prehanawan et al., 2022).

Pada RS. Advent Medan sendiri, data peningkatan pasien hipertensi 3 tahun belakangan mulai tahun 2022 berada di angka 30,6%, tahun 2023 sebanyak 32,48% dan tahun 2024 sebanyak 37,46%. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini dirancang untuk mengidentifikasi dan menggambarkan secara komprehensif kadar kolesterol pada penderita hipertensi di RS. Advent Medan tahun 2025. Dengan demikian, peneliti tertarik dengan tujuan penelitian ini adalah untuk memberikan gambaran yang jelas mengenai hubungan antara hipertensi dan kadar kolesterol, sehingga hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan strategi pencegahan dan pengelolaan penyakit hiperkolesterolemia di lingkungan rumah sakit tersebut.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, didapat rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran kadar kolesterol darah penderita hipertensi di RS. Advent Medan tahun 2025?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran kadar kolesterol darah penderita hipertensi di RS. Advent Medan.

1.3.2 Tujuan Khusus

Mengukur kadar kolesterol darah pada pasien hipertensi berdasarkan usia, jenis kelamin dan lama menderita.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efek peningkatan kadar kolesterol darah dengan riwayat pasien memiliki tekanan darah yang tinggi.
2. Sebagai edukasi khususnya penderita hipertensi agar memperhatikan pola hidup sehat dan kadar kolesterol dalam darah.