

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Ada dua kategori penyakit yang dihadapi Indonesia saat ini: menular dan tidak menular. Lingkungan, perilaku sosial, demografi, teknologi, ekonomi, dan sosial budaya adalah beberapa variabel yang berdampak signifikan pada bagaimana pola penyakit berubah. Faktor risiko termasuk obesitas, indeks massa tubuh, tekanan darah tinggi, dan gula darah tinggi. konsumsi alkohol, kebiasaan makan yang tidak sehat, dan merokok semuanya dikaitkan dengan beban penyakit tidak menular yang lebih tinggi.

Landasan upaya pengendalian penyakit tidak menular (PTM) adalah komitmen bersama masyarakat untuk menurunkan risiko PTM melalui PTM Posbindu. Salah satu komponen penting dari sistem pelayanan kesehatan adalah pengembangan PTM Posbindu. Hal ini didasarkan pada masalah masyarakat dengan penyakit tidak menular (PTM) dan memperhitungkan pola rujukan serta inisiatif promosi dan pencegahan yang berbeda.

Program kesehatan pemerintah yang disebut Posbindu menempatkan prioritas tinggi pada keterlibatan masyarakat dalam kampanye kesehatan, deteksi dan pemantauan penyakit dini, pencegahan komplikasi, dan tindak lanjut independen, menyeluruh, dan jangka panjang terhadap faktor risiko penyakit tidak menular. melalui peningkatan kesadaran akan faktor risiko penyakit tidak menular dan memberdayakan masyarakat. Kegiatan PTM Posbindu ditampilkan untuk individu berisiko tinggi dan rendah serta mereka yang sehat.

Hanya sedikit orang di lapangan yang menggunakan Posbindu. meskipun faktanya ini adalah alat yang hebat untuk deteksi dini penyakit tidak menular (PTM). Ini adalah hasil dari kesalah pahaman bahwa Posbindu secara eksklusif digunakan oleh mereka yang sakit atau merasa sakit. Penelitian lebih lanjut tentang Posbindu menunjukkan bahwa faktor-faktor berikut berkontribusi terhadap kurangnya partisipasi masyarakat dalam kegiatan Posbindu: sikap dan perilaku yang buruk; kurangnya kesadaran publik; kurangnya perhatian terhadap penyakit tidak menular;

dan kurangnya partisipasi dari tokoh masyarakat dan keluarga. (Amanda, Wau, and Dameria, 2023).

Karena hipertensi adalah penyakit tidak menular, hipertensi juga dikenal sebagai pembunuh diam-diam. Dan itu masih menjadi masalah besar di dunia kesehatan. Usia, jenis kelamin, dan genetika atau keturunan adalah faktor risiko hipertensi. Obesitas, merokok, tidak aktif, asupan garam berlebihan, dislipidemia, konsumsi alkohol berlebihan, dan stres adalah faktor risiko kedua yang dapat dimodifikasi. Tidak mungkin untuk mengatasi potensi hipertensi muncul di negara maju dan berkembang. Pada dasarnya, hipertensi telah berkembang menjadi masalah besar di seluruh dunia. Ini karena hipertensi cukup umum dan kemungkinan akan menjadi lebih umum di masa depan. Jika Anda merasa pusing atau berat di tengkuk, pusing (vertigo), atau jantung berdebar-debar, ini adalah tanda-tanda hipertensi, mudah lelah, penglihatan kabur, telinga berdenging (tinnitus), dan mimisan (Novia tri Herawati & Dedi Alamsyah , 2020).

Hipertensi terjadi pada 13,2% orang berusia 18 hingga 24 tahun, 20,1% orang berusia 25 hingga 34 tahun, dan 31,6% orang berusia 35 hingga 44 tahun, menurut Riskesdas 2018. Jumlah kasus hipertensi pada laki-laki sebesar 31,3% dan perempuan sebesar 36,9%, dengan prevalensi hipertensi tertinggi di perkotaan sebesar 34,4%, dibandingkan di pedesaan sebesar 33,7%. Global Status Report on Noncommunicable Diseases (2010) WHO menyatakan bahwa 40% orang di negara berkembang menderita hipertensi, sedangkan hanya 35% di negara maju. Hipertensi didiagnosis pada 36% orang dewasa di Asia Tenggara. Perwakilan WHO untuk Indonesia mengatakan bahwa jumlah penderita hipertensi meningkat sebesar 13% pada pria dan wanita. Menurut data, prevalensi hipertensi pada orang dewasa di Indonesia adalah 45,9% pada orang berusia 55-64 tahun, 57,6% pada orang berusia 65-74 tahun, dan 63,2% pada orang berusia di atas 75 tahun. Sebagai hasil dari pengukuran tekanan darah pada individu di atas 18 tahun, prevalensi hipertensi di Indonesia adalah 25,8%. (Imelda, Sjaaf, and Puspita, 2020).

Terjadinya hipertensi dapat dikaitkan dengan sejumlah faktor, seperti

faktor genetik, diet, dan gaya hidup (seperti kurangnya aktivitas fisik dan usia atau jenis kelamin), serta karakteristik individu. Prevalensi cenderung meningkat seiring bertambahnya usia, dan ini biasanya terjadi pada mereka yang berusia di atas 40 tahun. Risiko terkena hipertensi meningkat seiring bertambahnya usia, dan akibatnya, 40% kematian pada populasi lansia terkait dengan hipertensi pada mereka yang berusia di atas 65 tahun. Namun, pada sebagian besar kelompok etnis di semua kelompok umur, tekanan darah juga dipengaruhi oleh berat badan dan pola makan (Rihiantoro and Widodo, 2018).

Diet terdiri dari menu makanan sehari-hari. Memilih menu makanan seimbang atau diet merupakan indikasi pola makan yang sehat. Nutrisi yang seimbang, bervariasi, bervariasi, dan proporsional membentuk pola makan yang sehat. Indikasi salah satu faktor diet adalah asupan natrium yang tinggi. Mengonsumsi makanan tinggi garam (natrium) dapat meningkatkan kadar natrium darah. Untuk mengembalikan kadar natrium darah ke normal, cairan ekstraseluler harus dikeluarkan dari sel, meningkatkan volume darah dan berpotensi berkontribusi pada perkembangan hipertensi (Sistikawati et al., 2021).

Pola adalah pendekatan, metode, atau sistem untuk menyelesaikan tugas. Oleh karena itu, diet sehat dapat dipahami sebagai upaya atau kebiasaan untuk berlatih makan dengan cara yang sehat. Sementara itu, istilah "makan sehat" dalam penelitian ini mengacu pada metode atau inisiatif untuk mengontrol kuantitas dan jenis makanan untuk mencapai tujuan tertentu, seperti menjaga kesehatan, memberikan nutrisi, mencegah atau mengobati penyakit, dan memeriksa pola makan sehari-hari peserta (Harahap et al. 2023).

Salah satu faktor risiko yang meningkatkan tekanan darah adalah makan makanan yang salah. Penyebab utama hipertensi dalam diet modern adalah asupan lemak berlebih, yang meningkatkan kadar lemak tubuh terutama kolesterol yang menyebabkan penambahan berat badan dan kenaikan tekanan darah yang sesuai. Mengonsumsi makanan tinggi kalium meningkatkan jumlah natrium yang menumpuk di dalam tubuh dan meningkatkan risiko hipertensi. Asupan natrium yang berlebihan akan

meningkatkan volume ekstraseluler, yang menyebabkan volume darah dan mempengaruhi timbulnya hipertensi.

Ada 150 penderita hipertensi di Desa Pasar Miring, dibandingkan dengan 70 orang yang pergi ke posbindu. Hal ini dipengaruhi oleh fakta bahwa hanya sebagian kecil penderita hipertensi yang mengunjungi Posbindu, dan mereka yang melakukannya harus datang tepat waktu karena beberapa orang sudah berangkat ke sawah jika petugas datang sedikit terlambat.

Pemantauan berkala terhadap pasien hipertensi adalah salah satu cara untuk mencoba mencegah kematian mereka dari kondisi tersebut. Melalui kegiatan PTM Posbindu, kader posyandu di lingkungan RW dapat melakukan pemantauan ini. Hanya dimungkinkan untuk memantau dan berkonsultasi selama kegiatan PTM Posbindu sedang dilakukan. Karena pencatatan masih dilakukan secara manual di luar kegiatan tersebut, maka kader dan warga sulit untuk mengamati dan berkonsultasi (EkaSupriyatna, Endang Pertiwiwati, 2020)

Untuk mengkaji "Pola hubungan makan dengan status hipertensi di Posbindu Desa Pasar Miring, Kecamatan Pagar Merbau," penulis mencoba mengulas sejumlah artikel yang relevan mengingat latar belakang ini.

B. Rumusan Masalah

Apakah status hipertensi di Desa Pasar Miring, Kecamatan Pagar Merbau, berdampak pada pola makan?

C. Tujuan Peneliti

1. Tujuan Umum

Untuk memastikan hubungan antara pola makan dengan status hipertensi di posbindu Desa Pasar Miring, Kecamatan Pagar Merbau.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui jumlah orang yang terkena hipertensi di Posbindu.
- b. Mengetahui pola makan pada orang yang terkena dan tidak terkena hipertensi di Posbindu.
- c. Hubungan antara status hipertensi posbindu

D. Manfaat Peneliti

a. Manfaat bagi Penulis

Sebagai Pengetahuan dan wawasan peneliti tentang hubungan antara diet dan status hipertensi di Posbindu Desa Pasar Miring.

b. Manfaat Bagi Masyarakat

Hasil Penelitian ini di harapkan dapat memeberikan Informasi, wawasan, serta pengetahuan terhadap masyarakat khususnya yang mengalami penyakit hipertensi.

c. Manfaat Bagi Instansi Terkait

Sebagai sumber Informasi mengenai hubungan pola makana dengan status hipertensi di posbindu di Desa Pasar Miring.