

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi adalah penyakit yang didefinisikan sebagai peningkatan tekanan darah secara menetap (Dipiro, dkk, 2011). Umumnya, seseorang dikatakan mengalami hipertensi jika tekanan darah berada di atas 140/90 mmHg. Penyakit hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan peningkatan tekanan darah persisten yang juga dijuluki pembunuh diam-diam atau *silent killer* karena tidak memiliki gejala yang khas sehingga seseorang yang mengidap hipertensi selama bertahun-tahun tidak menyadari sampai terjadi kerusakan organ vital yang cukup berat yang bahkan dapat menyebabkan kematian (Hafiz, Weta & Ratnawati, 2016).

Hipertensi juga merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi masalah kesehatan yang sangat serius baik di Dunia maupun di Indonesia (Anggraini, 2014). Hipertensi dibedakan menjadi dua macam, yakni hipertensi primer (*esensial*) yang berarti tidak ada penyebab spesifik, kondisi ini umumnya jarang menimbulkan gejala dan sering tidak disadari, sedangkan hipertensi sekunder atau peningkatan tekanan darah sekunder merupakan kondisi peningkatan tekanan darah yang disebabkan oleh kondisi kesehatan lain yang mendasarinya.

Berdasarkan gambaran perkiraan badan kesehatan dunia yaitu *World Health Organization* (WHO) tahun 2015, diperkirakan tahun 2020 sekitar 1,56 miliar orang dewasa akan hidup dengan hipertensi. Penduduk Amerika usia

dias 20 tahun yang menderita hipertensi telah mencapai angka hingga 74,5 juta jiwa. Di Asia Tenggara sekitar 1,5 juta. Jumlah penderita hipertensi di Negara ekonomi berkembang mencapai 40%.

Hipertensi di Indonesia menjadi masalah kesehatan dengan prevalensi yaitu sebesar 25,8%. Prevalensi tertinggi di Bangka Belitung (30,9%), diikuti Kalimantan Selatan (30,8%), Kalimantan Timur (29,6%), Jawa Barat (29,4%), Gorontalo (29,4%) dan Sumatera Utara (25%) (Kemenkes RI, 2014). Hasil Riskesdas tahun 2013 melaporkan bahwa prevalensi hipertensi di Sumatera Utara sebesar 25% pada kelompok umur di atas 60 tahun untuk penderita rawat jalan. Berdasarkan penyakit penyebab kematian pasien rawat inap di Rumah Sakit Kabupaten/Kota Provinsi Sumatera Utara, hipertensi menduduki peringkat pertama dengan proporsi kematian sebesar 27,02% (1.162 orang), pada kelompok umur 60 tahun sebesar 20,23% (1.349 orang) (Kemenkes RI, 2013).

Hipertensi juga merupakan penyebab kematian nomor tiga setelah stroke dan tuberkulosis, dimana proporsi kematiannya mencapai 6,7% dari populasi kematian pada semua umur di Indonesia. Menurut (WHO) stroke adalah suatu gangguan disfungsi neurologis akut yang disebabkan oleh gangguan peredaran darah dan terjadi secara mendadak atau setidaknya-tidaknya secara cepat (dalam beberapa jam) dengan gejala-gejala dan tanda-tanda yang sesuai dengan daerah otak yang terganggu. Terdapat hubungan antara hipertensi dan komplikasi hipertensi. Selama jangka waktu yang panjang ini, serangkaian perubahan terjadi dalam sistem kardiovaskular termasuk sirkulasi serebral. Perubahan ini, seperti renovasi vaskular, peradangan, stres oksidatif dan

disfungsi barorefleks, dan lain-lain yang dapat berkontribusi pada patogenesis stroke oleh hipertensi. Hipertensi memiliki efek besar pada struktur pembuluh darah otak. Faktor mekanik, saraf, dan humoral, semua berkontribusi terhadap perubahan komposisi dan struktur dinding serebrovaskular. Hipertensi mencetus timbulnya plak aterosklerotik di arteri serebral dan arteriol, yang dapat menyebabkan oklusi arteri dan cedera iskemik. Individu yang mempunyai faktor risiko hipertensi harus waspada dan harus mengetahui faktor pencetus terjadinya hipertensi, bukan hanya mereka yang mempunyai keturunan hipertensi yang bisa terkena hipertensi tetapi seseorang dengan obesitas, olahraga kurang, pola makan yang buruk, gaya hidup yang tidak sehat, pola tidur kurang dan stress juga harus waspada karena itu semua merupakan faktor resiko seseorang terkena hipertensi.

Hipertensi juga bisa memicu berbagai masalah pada jantung, otak, ginjal juga pembuluh darah beberapa komplikasi yang mungkin terjadi pada penderita hipertensi antaranya penyempitan pembuluh darah, melemah dan membengkaknya pembuluh darah, serangan jantung, pembengkakan pada jantung, gagal jantung, stroke, gangguan kognitif, gagal ginjal dan bahkan kematian (Anggraini,2014).

Maka dari itu kita bisa menghindari hipertensi dengan mengubah gaya hidup. Banyak orang beranggapan bahwa semua gaya hidup itu sama saja, inilah pemikiran yang membuat nya terjebak dalam berbagai penyakit yang tidak diketahui sama sekali. Bahkan, kebanyakan dari mereka baru menyadari setelah penyakit itu mengalami komplikasi. Tidak sedikit masyarakat yang meninggal dunia tanpa diketahui penyebabnya. Maka dari itu ubahlah gaya

hidup dari sekarang, jadikan gaya hidup sehat menjadi bagian yang penting dalam penanganan hipertensi dengan mengurangi berat badan untuk individu yang gemuk, mengadopsi pola makan DASH (*Dietary Approach to Stop Hypertension*) atau di sebut juga pendekatan diet untuk menghentikan hipertensi dengan cara melakukan aktivitas fisik atau olahraga, menghindari alkohol dan tidak merokok supaya tidak terjadi komplikasi yang mungkin menyebabkan kematian (Triyanto,2014).

Pola hidup sehat bisa juga kita mulai dari dini supaya menjadi kebiasaan yang baik bagi diri sendiri dan keluarga. Pola hidup sehat di mulai dengan mengubah makanan yang dikonsumsi setiap hari. Konsumsilah makanan yang mengandung banyak vitamin, seperti buah-buahan dan sayur-sayuran, serta juga bisa mengonsumsi daging hewan yang dipelihara sendiri. Mengurangi mengonsumsi makanan yang siap saji juga menghindari kita dari penyakit hipertensi. Selain dari makanan kita bisa mengubah pola tidur, dalam *The World Book Encyclopedia* di katakan bahwa tidur dapat memulihkan energi tubuh, khususnya pada otak dan sistem saraf. Gangguan keseimbangan fisiologis dan psikologis dalam tubuh manusia terjadi karena tidur yang tidak adekuat dan kualitas tidur yang buruk. Dalam hal fisiologis meliputi penurunan aktivitas sehari-hari, mudah capek, lemah, daya tahan tubuh menurun dan ketidakstabilan tanda-tanda vital. Sedangkan dampak psikologis meliputi depresi, cemas, dan tidak konsentrasi. Apabila seseorang menerapkan pola tidur yang baik maka hipertensi juga bisa di hindari (Susalit & Lubis,2011).

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan peneliti di Dusun sepuluh (X), Desa Cinta Rakyat, Kecamatan Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang. Banyak penderita hipertensi yang tidak menjaga pola hidupnya, yang lebih mengkhawatirkan mereka masih melakukan hal-hal yang tidak seharusnya dilakukan jika sudah terkena hipertensi, seperti masih merokok, jarang olahraga, pola makan yang tidak dijaga bahkan masih mengonsumsi makanan dengan kandungan garam yang cukup tinggi dan mengandung banyak minyak. Bahkan masih banyak masyarakat yang menderita hipertensi di desa tersebut yang belum mengetahui seberapa penting menjaga pola hidup sehat supaya terhindar dari penyakit hipertensi.

Masih banyak mereka yang tidak mengetahui faktor pencetus hipertensi, dan apa yang perlu di hindari jika sudah terkena hipertensi. Padahal pengetahuan merupakan kemampuan kognitif yang paling rendah namun sangat penting karena dapat membentuk perilaku seseorang (Notoatmodjo, 2005 dalam Yanti, 2010). Pengetahuan merupakan fungsi dari sikap, menurut fungsi ini manusia mempunyai dorongan dasar untuk ingin tahu, untuk mencapai penalaran dan untuk mengorganisasikan pengalaman. Oleh sebab itu peneliti tertarik melakukan penelitian di desa Cinta Rakyat, tentang “Gambaran Pengetahuan Penderita Hipertensi Tentang Pencegahan Stroke di Dusun sepuluh (X), Desa Cinta Rakyat, Kecamatan Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimanakah gambaran pengetahuan penderitahipertensi tentang pencegahan stroke di Dusun Sepuluh (X), Desa Cinta Rakyat, Kecamatan Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang.

1.3 Tujuan Penulisan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimanakah gambaran pengetahuan penderitahipertensi tentang pencegahan stroke di Dusun Sepuluh (X), Desa Cinta Rakyat, Kecamatan Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan menambah wawasan responden terutama tentang hipertensi.

1.4.2 Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan menambah wawasan masyarakat terutama tentang hipertensi.

1.4.3 Perawat

Hasil penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat dan diaplikasikan dalam pemberian asuhan keperawatan pada pasien hipertensi.

1.4.4 Pendidikan Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan mahasiswa terutama tentang hipertensi.

1.4.5 Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan dasar bagi penelitian selanjutnya dalam menemukan standar intervensi hipertensi.