

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Prevalensi hipertensi terus meningkat dari tahun 2000 sampai 2010 terutama pada negara dengan pendapatan rendah sampai sedang.<sup>1</sup> *World Health Organization* (WHO) menyatakan prevalensi hipertensi sebesar 40% pada tahun 2008. Prevalensi hipertensi tertinggi di Afrika sebesar 46% dan diikuti wilayah Asia Timur-Selatan sebesar 36%.<sup>2</sup> Berdasarkan data dari Riskesdas Litbang Depkes pada tahun 2013, hipertensi di Indonesia merupakan salah satu penyakit tidak menular dengan prevalensi yang tinggi yaitu sebesar 25,8%.<sup>3</sup> Hipertensi merupakan penyakit yang disebabkan oleh multifaktorial yaitu terjadi akibat interaksi berbagai faktor meliputi proses penuaan dan perubahan gaya hidup seperti pola makan yang kurang sehat, kurangnya aktivitas fisik, obesitas, dan stress psikososial.<sup>4</sup>

Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia memperkirakan jumlah penduduk lanjut usia (lansia) pada tahun 2017 sekitar 23,66 juta atau sebesar 9,03%.<sup>5</sup> Hal ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan rata-rata usia harapan hidup pada masyarakat Indonesia. Proses penuaan yang terjadi pada lansia akan menyebabkan terjadinya penurunan fungsi fisiologis seperti penyempitan dan kurangnya elastisitas pembuluh darah akibat adanya penumpukan zat kolagen pada lapisan otot. Asupan nutrisi seperti natrium dan kalium juga dapat memengaruhi terjadinya hipertensi pada lansia. Mekanisme kerja natrium dalam tubuh yang bersifat meretensi cairan akan meningkatkan volume darah apabila dikonsumsi berlebihan dan berdampak pada peningkatan kerja jantung dalam memompa darah ke seluruh tubuh. Kalium berkerja untuk mengembalikan efek vasodilatasi yang dapat mengurangi tekanan perifer mengurangi tekanan perifer total dan mengurangi beban jantung dalam memompa darah.<sup>6</sup> Lansia perlu mendapatkan perhatian khusus agar tidak terjadi komplikasi berupa kerusakan organ sasaran seperti gagal jantung, stroke, dan retinopati yang dapat menyebabkan terjadinya penurunan kualitas hidup lansia.<sup>7</sup>

Salah satu upaya untuk mengurangi prevalensi terjadinya hipertensi pada lansia adalah dengan memenuhi rasio asupan natrium kalium yang sesuai<sup>8-10</sup>. Sampai saat ini belum banyak dilakukan penelitian mengenai hal tersebut di Indonesia. Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan rasio natrium:kalium dengan kejadian hipertensi pada lansia di Panti Werdha Salam Sejahtera.

## **1.2 Rumusan Masalah**

### **1.2.1 Pernyataan Masalah**

Prevalensi hipertensi di Indonesia masih tinggi. Hipertensi adalah penyakit yang disebabkan oleh banyak faktor yaitu proses penuaan dan perubahan gaya hidup. Salah satu faktor risiko hipertensi adalah rasio asupan natrium:kalium yang tidak sesuai.

### **1.2.2 Pertanyaan Masalah**

- Bagaimana prevalensi hipertensi pada lansia?
- Berapa rasio asupan natrium:kalium pada lansia?
- Bagaimana hubungan antara rasio natrium:kalium dengan prevalensi hipertensi pada lansia?

## **1.3 Hipotesis Penelitian**

Terdapat hubungan antara peningkatan rasio natrium:kalium dengan peningkatan prevalensi hipertensi pada lansia

## **1.4 Tujuan Penelitian**

### **1.4.1 Tujuan Umum**

Diharapkan dengan penelitian ini dapat terjadi penurunan prevalensi hipertensi pada lansia di Panti Werdha Salam Sejahtera.

### **1.4.2 Tujuan Khusus**

- Diketahui prevalensi hipertensi pada lansia
- Diketahui rasio asupan natrium:kalium pada lansia
- Diketahui hubungan antara rasio natrium:kalium dengan kejadian hipertensi pada lansia di Panti Werdha Salam Sejahtera.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

### **1.5.1 Bidang Pengetahuan**

Dapat memberikan informasi tentang pengaruh konsumsi natrium dan kalium terhadap hipertensi.

### **1.5.2 Bagi Peneliti**

Peneliti mendapatkan manfaat untuk meningkatkan kemampuan dalam menulis karya ilmiah dan memperluas wawasan tentang hubungan rasio natrium:kalium dengan hipertensi pada lansia.

### **1.5.3 Bagi Panti Werdha Salam Sejahtera**

Sebagai bahan evaluasi mengenai pola makanan lansia dan pengaruhnya terhadap kejadian hipertensi di panti tersebut.

### **1.5.4 Bagi Subjek**

Memberikan informasi pada subjek tentang pengaruh asupan natrium dan kalium sehingga dapat menangani hipertensi dengan baik.