BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tekanan darah adalah suatu bentuk gaya yang diberikan oleh darah terhadap dinding pembuluh darah yang dipengaruhi oleh volume darah, daya regang, dan dinding pembuluh darah. Tekanan darah pada manusia terdiri dari tekanan sistol dan tekenan diastole. Tekanan sistol adalah tekanan maksimal yang diberikan pada arteri, sedangkan tekanan diastol adalah tekanan minimal yang diberikan pada arteri (Rindorindo et al., 2020).

Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara abnormal dan terus menerus pada beberapa kali pemeriksaan tekanan darah yang disebabkan satu atau beberapa faktor risiko yang tidak berjalan sebagaimana mestinya dalam mempertahankan tekanan darah secara normal. Hipertensi merupakan keadaan Ketika tekanan darah sistolik lebih dari 120 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 80 mmHg. Hipertensi sering menyebabkan perubahan pada pembuluh darah yang dapat mengakibatkan semakin tingginya tekanan darah. Pengobatan awal pada hipertensi sangatlah penting karena dapat mencegah timbulnya komplikasi pada beberapa organ tubuh seperti jantung, ginjal, dan otak (Wulandari et al., 2023).

Organisasi kesehatan dunia (WHO) world Health Organization memperkirakan sebanyak 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, sekitar (46%) orang dewasa dengan hipertensi tidak menyadari bahwa mereka memiliki kondisi tersebut, dan kurang dari separuh orang dewasa (42%) dengan hipertensi didiagnosis dan diobati. Hanya sekitar 1 dari 5 orang dewasa (21%) dengan hipertensi dapat mengendalikan tekanan darah yang dimiliki. Hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Hal inilah yang mendasari WHO menetapkan salah satu target global penyakit tidak menular adalah menurunkan

prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 sampai 2030 (WHO, 2023).

Menurut Hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, jumlah kasus hipertensi sebesar 63.309.620 orang dan angka kematian akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Prevalensi penderita tekanan darah tinggi berdasarkan hasil pengukuran usia penduduk terjadi peningkatan dimana tahun 2013 prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 25,8% sedangkan tahun 2018 terjadi peningkatan hingga mencapai angka 34,1% yang mana dari 34 Provinsi di Indonesia prevalensi tertinggi berada di Provinsi Kalimantan Selatan sebanyak 44,1% dan prevalensi terendah berada di Provinsi Papua sebesar 22,2%, sedangkan prevalensi hipertensi di Bengkulu mencapai 28,14% (Kemenkes, 2018).

Hasil Data Profil Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu, prevalensi penderita hipertensi di Provinsi Bengkulu cukup tinggi dan mengalami fluktuasi dari tahun ke tahun. Pada tahun 2020 penderita hipertensi di Provinsi Bengkulu tercatat sebanyak 342.172 jiwa, pada tahun 2021 mengalami peningkatan sebanyak 524.148 jiwa, sedangkan tahun 2022 penderita hipertensi di Provinsi Bengkulu mengalami penurunan menjadi 262.621 jiwa. Terkhusus di wilayah Kota Bengkulu tahun 2023 penduduk yang didiagnosa hipertensi sebanyak 36.404 jiwa (Dinkes, 2023).

Berdasarkan Data Profil Kesehatan Provinsi Bengkulu dapat dilihat bahwa penderita hipertensi tertinggi di Puskesmas Muara Bangkahulu mencapai angka 46,4% dan nomor dua penderita hipertensi di puskesmas Pasar Ikan mencapai angka 45,8%. Sedangkan di puskesmas Lingkar Timur mencapai angka 30,6% data tahun 2023 menunjukan bahwa jumlah estimasi penderita Hipertensi usia ≥ 45-59 tahun mencapai 294 orang. Di dapatkan jumlah estimasi penderita hipertensi > 59 tahun 188 orang total keseluruhan mencapai 482 (Dinkes, 2023).

Salah satu mineral adalah natrium, dan sebagai kation utama cairan ekstraseluler, tubuh mengandung 35–40% natrium. Aliran darah membawa natrium ke ginjal. Aldosterone adalah hormon yang mengatur pengeluaran

natrium ini. Sebagian besar natrium yang dikonsumsi oleh tubuh manusia ditemukan dalam cairan ekstraseluler, dan jumlah natrium yang dikeluarkan melalui urin sebanding dalam keadaan normal. Dikarenakan natrium adalah kation utama cairan ekstraseluler, ada sekitar 300-355 mg/200 ml natrium dalam plasma. Kontrol osmolaritas dan volume cairan tubuh sangat bergantung pada rasio natrium terhadap ion lainnya. (Legi *et al*., 2019).

Asupan lemak jenuh baik dengan kadar kolesterol low density lipoprotein tinggi karena responden berjenis kelamin perempuan dapat mempengaruhi kadar kolesterol LDL. Jenis kelamin perempuan dapat terjadinya perubahan metabolisme akibat menopause. Ovarium berhenti menskresikan hormon sehingga dapat terjadinya penurunan kadar hormon estrogen. Penurunan hormon estrogen dapat menyebabkan perubahan metabolisme yang mengakibatkan penurunan aktivitas reseptor LDL sehingga dapat mengakibatkan kolesterol low density lipoprotein meningkat. Kadar kolesterol LDL meningkat secara bermakna pada wanita menopause dibandingkan dengan wanita pramenopause (Dwi et al., 2021).

Faktor mengkonsumsi lemak juga dapat berpengaruh bagi penderita hipertensi (Nugroho et al., 2019). Berdasarkan penelitian terdahulu menyatakan bahwa, konsumsi lemak dalam jumlah yang berlebihan menjadi penyebab peningkatan kandungan kolestrol LDL ataupun low density lipoprotein dalam darah, yang mana hal tersebut berkaitan dengan kontrol tekanan darah dalam tubuh (Rahma & Baskari, 2019). Penumpukan lemak yang terjadi pada pembuluh darah akibat pola konsumsi lemak yang berlebihan dapat menimbulkan diameter pembuluh darah menjadi semakin kecil, hal ini menimbulkan tekanan darah menjadi meningkat atau biasa dikatakan sebagai hipertensi (Kirom et al., 2021).

Faktor yang berkontribusi terhadap peningkatan jumlah penderita tekanan darah tinggi adalah faktor pola makan, diantaranya yang sebenarnya dapat dikontrol adalah pola konsumsi natrium dan konsumsi lemak jenuh (Wijaya et al., 2020). Konsumsi natrium merupakan satu dari banyaknya faktor resiko yang dapat mempengaruhi kontrol tekanan darah (Saputri, 2020). Pola

konsumsi natrium juga bisa dikatakan sebagai mikronutrient yang berperan penting dalam kontrol tekanan darah pada penyakit hipertensi (Fitri et al., 2018). Natrium bagi tubuh digunakan sebagai pengatur osmolaritas volume darah, mencegah cairan tidak keluar dari darah lalu masuk kedalam sel, dan membantu menyaluran kontraksi otot. Jika seseorang mengkonsumsi natrium secara berlebihan, terlebih orang tersebut memiliki riwayat hipertensi maka akan menyebabkan tubuh meretensi cairan sehingga terjadi peningkatan volume darah, diameter arteri akan menjadi lebih kecil, jantung akan memompa lebih banyak darah dan volume darah akan meningkat sehingga akan mengalami kenaikan tekanan darah (Warjiman et al., 2020).

Konsumsi natrium dan konsumsi lemak merupakan faktor dari banyaknya faktor resiko yang dapat mempengaruhi kontrol tekanan darah (Norhasanah & Dewi, 2021). Kontrol tekanan darah yang rutin bertujuan memantau tekanan darah dan menghindari adanya komplikasi sedini mungkin (Nurhidayati et al., 2018). Selain itu, pola konsumsi makanan yang buruk serta perilaku gaya hidup masyarakat Indonesia yang tidak sehat saat ini sangat berpengaruh terhadap kontrol tekanan darah (Yuri Ekaningrum, 2021).

Survei pendahuluan kepada sepuluh orang pekerja pasar yang memiliki keluhan stres kerja seperti kaku pada bahu dan leher dan masalah asam lambung, didapatkan tujuh pasien mengalami stres kerja, sedangkan dilihat dari kunjungan pedagang pada pos UKK di pasar Negari dari 35 pedagang yang melakukan pemeriksaan terdapat 15 pedagang yang mengalami hipertensi. Adapun upaya yang dilakukan oleh pekerja untuk menanggulangi hal tersebut adalah dengan melakukan istirahat (Savitri et al., 2019).

Pedagang pasar tradisional identic dengan pekerjaan yang menuntut waktu kerja yang lebih banyak dan istirahat terbatas. Karena tingginya tekanan pekerjaan, seringkali menyebabkan kelelahan fisik dan juga pikiran. Sehingga memungkinkan para pedagang pasar tradisional rentan mengalami hipertensi. Waktu kerja pedagang pasar yang lama, bahkan ada yang mulai dari dini hari, serta posisi kerja yang sebagian besar dengan duduk dan berdiri di satu tempat yang sama dapat meningkatkan risiko hipertensi. Karena kesibukannya,

pedagang pasar mempunyai sedikit kesempatan untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin. mengetahui proporsi hipertensi pada pedagang Pasar Cibinong dan faktor-faktor yang mempengaruhinya jenis kelamin, umur, jenis dagangan, lama berdagang, durasi kerja, durasi tidur, riwayat keluarga hipertensi, riwayat merokok, aktivitas fisik, konsumsi buah dan sayur, obesitas dan obesitas sentral. (Wahidin et al., 2019).

Berdasarkan hasil survey awal yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Lingkar Timur Kota Bengkulu didapatkan hasil kuesioner Semi-FFQ terdapat 15 pedagang pasar (100%). Pada pedagang pasar memiliki tekanan darah rata-rata ≤140/90 mmHg sampai ≥140/90 mmHg, dari seluruh responden masih ditemukan 10 orang yang hipertensi dan 5 orang normal. Alasan rendahnya kepatuhan serta kurangnya pemahaman menjadi penyebab responden sulit mengontrol tekanan darah. Pada hasil perhitungan lemak jenuh didapatkan 9 orang (70%) dinyatakan konsumsi lemak lebih dan 6 orang (30%) dinyatakan konsumsi baik, dan hasil perhitungan konsumsi natrium didapatkan 10 orang (50%) dinyatakan konsumsi natrium baik dan 5 (50%) dinyatakan konsumsi natrium lebih. Hasil diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan pola konsumsi lemak jenuh dan konsumsi natrium dengan kejadian hipertensi pada pedagang pasar di Wilayah kerja Puskesmas Lingkar Timur Kota Bengkulu.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan teori masalah pada latar belakang diatas, maka diperoleh rumusan masalah pada penelitian ini yaitu apakah ada "hubungan konsumsi lemak dan natrium dengan kejadian hipertensi pada pedagang pasar panorama Di Kota Bengkulu Tahun 2025?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui hubungan konsumsi lemak jenuh dan konsumsi natrium dengan kejadian hipertensi pada pedagang pasar panorama

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah:

a. Diketahui karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin, Pendidikan, Penghasilan, Durasi kerja pada pedagang pasar di wilayah Puskesmas Lingkar Timur
b. Diketahui konsumsi lemak jenuh pada pedagang pasar panorama di wilayah Puskesmas Lingkar Timur
c. Diketahui konsumsi natrium pada pedagang pasar panorama di wilayah Puskesmas Lingkar Timur
d. Diketahui tekanan darah pada pedagang pasar panorama di wilayah Puskesmas Lingkar Timur
e. Diketahui hubungan konsumsi lemak jenuh dengan tekanan darah pada pedagang pasar panorama di wilayah Puskesmas Lingkar Timur
f. Diketahui hubungan konsumsi natrium dengan tekanan darah pada pedagang pasar panorama di wilayah Puskesmas Lingkar Timur

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai bahan informasi dan menambah pengetahuan mengenai hubungan konsumsi lemak dan natrium dengan kejadian hipertensi pada pedagang pasar panorama di kota bengkulu tahun 2025.

2. Manfaat Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai pentingnya manfaat hubungan konsumsi lemak dan natrium dengan kejadian hipertensi pada pedagang pasar panorama di kota bengkulu tahun 2025.

3. Manfaat Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan tambahan referensi bagi peneliti selanjutnya yang berminat melakukan penelitian terkait dengan hubungan konsumsi lemak dan natrium dengan kejadian hipertensi pada pedagang pasar panorama di Kota Bengkulu Tahun 2025.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Nama Penelitan	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Yulia Fitri1 , Rusmikawati2 , Siti Zulfah3 , Nurbaiti4	Asupan Natrium dan Kalium Sebagai Faktor Penyebab Hipertensi Pada Usia Lanjut (Sodium and potassium intake as a factor causing hypertension in the elderly)	*Cross Sectional*	Terdapat hubungan signifikan asupan natrium dengan tekanan darah karena konsumsi garam dalam jumlah yang tinggi dapat mengecilkan diameter akteri, sehingga jantung harus memompah lebih keras untuk mendorong volume darah.

2	1Amalia Rahma, 2Peggy Setyaning Baskari	Pengukuran indeks massa tubuh, asupan lemak dan asupan natrium kaitannya dengan kejadian hipertensi pada kelompok dewasa di kabupaten jombang	*cross sectional*	Terdapat hubungan yang signifikan antara indeks massa tubuh dan asupan natrium dengan kejadian hipertensi, sedangkan asupan lemak terdapat hubungan yang signifikan dengan kejadian hipertensi
3	Alisa Qotrunnada Kirom, Fitria Nugraha Aini, Erna Sulistyowati	Pengaruh Tingkat Konsumsi Diet Tinggi Natrium dan Lemak Dengan Prevalensi Hipertensi Pada Masyarakat di Kabupaten Malang	*cross sectional*	terdapat hubungan yang signifikan antara variabel konsumsi tinggi natrium dengan hipertensi. terdapat hubungan yang signifikan antara variabel konsumsi tinggi lemak dengan hipertensi.
4	Nonce N. Legi, Fred A. Rumagit , Elfina Y. Ansyu.	Asupan Lemak dan Natrium Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Paceda Kecematan Madidir Kota Bitung	cross sectional	Terdapat hubungan yang signifikan antara asupan lemak dengan hipertensi pada penderita hipertensi. .
5	Ivan Wijaya, Rama Nur Kurniawan. K. Hardianto Haris	Hubungan Gaya Hidup dan Pola Makan terhadap Kejadian Hipertensi diwilayah Kerja Puskesmas Towata Kabupaten Takalar	Cross sectional study.	Terdapat hubungan antara kebiasaan konsumsi lemak dengan kejadian hipertensi.

6	Triana Savitri1 , I Made Sukarja2 , I Wayan Surasta3 , I Made Mertha4	Stres Kerja dan dengan Kejadian Hipertensi Pada Pedagang Pasar Tradisional	cross sectional	Hal ini berarti bahwa ada hubungan yang bermakna antara stres kerja, dengan kejadian hipertensi pada pedagang pasar tradisional di wilayah kerja UPT Kesmas Sukawati II tahun 2019.
7	Mugi Wahidin, Annisa Rizky Aprilia , Dwi Susilo , dan Sofa Farida	Faktor Determinan Hipertensi pada Pedagang Pasar Cibinong, Jawa Barat	cross sectional	Konsumsi buah dan sayur juga ada berhubungan secara signifikan dengan hipertensi. menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi.
8	Asnia Zainuddin1 , Irma Yunawati2	Asupan natrium dan lemak berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia	cross -sectional.	menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara konsumsi lemak dengan peningkatan tekanan darah atau hipertensi dibuktikan dengan nilai p=0,024.
9	Chouk Norist Hasiando , M. Ikhsan Amar, Iin Fatmawati	Hubungan Kebiasaan Konsumsi Natrium, Lemak Dan Durasi Tidur Dengan Hipertensi Pada Lansia	cross sectional	menunjukan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara asupan natrium dengan kejadian hipertensi dengan nilai p value 0,005.