

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Hipertensi merupakan isu kesehatan masyarakat yang penting, dimana jarang menunjukkan gejala dan keterbatasan pada kesehatan fungsional seseorang. Selain itu hipertensi merupakan salah satu penyakit komorbid yang menyumbang angka kematian yang paling tinggi pada kasus COVID-19 yaitu 13,2 persen dari 1,488 kasus meninggal (WHO, 2021).

Hipertensi merupakan faktor resiko utama pada penyakit degeneratif seperti penyakit jantung, gagal jantung, dan stroke. Hipertensi merupakan kondisi medis dengan prevalensi tinggi dengan kasus global diestimasi sebesar 22 persen dari total populasi dunia dan pada tahun 2025 diperkirakan akan ada sekitar 1,5 miliar orang yang terkena penyakit Hipertensi dengan 10,44 juta/tahun akibat hipertensi dan komplikasinya. Sekitar 2/3 dari penderita hipertensi berasal dari negara ekonomi menengah kebawah. Dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639 juta berada di negara berkembang, termasuk Indonesia yang juga menempati peringkat ke-2 dari 10 penyakit terbanyak (WHO, 2021)

Selain itu penyakit hipertensi dipicu oleh status gizi dan asupan lemak berlebih. Dengan adanya status gizi berlebih maka terjadinya berat badan yang meningkat. makin banyak darah yang dibutuhkan untuk memasok oksigen dari makanan ke jaringan tubuh. Ini membuktikan volume darah yang beredar melalui pembuluh darah menjadi meningkat sehingga memberi tekanan besar pada dinding arteri (Susanti, Novi, 2020). Asupan makanan yang tidak benar merupakan salah

satu penyumbang faktor resiko yang meningkatkan penyakit hipertensi. Konsumsi makanan dengan lemak yang tinggi khususnya lemak jenuh dapat menyebabkan meningkatnya kolesterol LDL (*low density lipoprotein*) dan akan membentuk plak di pembuluh darah yang akan mengakibatkan tidak lancarnya aliran darah dan berdampak pada tekanan darah yang meningkat. Tekanan darah tinggi terjadi bukan hanya disebabkan asupan lemak yang tinggi tetapi juga dengan status gizi yang lebih pada seseorang (Wang *et al.*, 2021).

Kabupaten Humbang Hasundutan merupakan salah satu kabupaten yang berada di provinsi Sumatera Utara dengan angka hipertensi terbanyak kelima dari 22 kabupaten/kota. Pada tahun 2021, lembaga riset Dinas Kesehatan Kabupaten Humbang Hasundutan tersebut mencatat prevalensi hipertensi sebanyak 37,69 persen dengan Kecamatan Doloksanggul menjadi peringkat pertama pengidap hipertensi terbanyak.

Desa Pakkat merupakan salah satu desa di daerah Kecamatan Doloksanggul yang memiliki jumlah masyarakat pengidap penyakit hipertensi terbanyak di Kabupaten Humbang Hasundutan. Berdasarkan data penduduk Desa Pakkat (Januari, 2023) jumlah masyarakat pada rentang usia dewasa 18 sampai 54 tahun berjumlah 946 jiwa. Pada observasi awal 9 dari 16 orang responden yang dilakukan di Poskesdes Desa Pakkat memiliki status gizi lebih dan setelah melakukan wawancara bagaimana kebiasaan pola makan, responden mengakui sering mengonsumsi makanan yang tinggi natrium, makanan gorengan yang sering dikonsumsi pada sore hari, dan selalu memakai penyedap rasa dan santan saat memasak dan setelah dilakukan pengecekan tekanan darah ternyata sembilan

responden tersebut memiliki tekanan darah yang melebihi 120/80 mmHg atau memiliki tekanan darah tinggi (hipertensi).

Berdasarkan hal tersebut, maka perlu dilakukan penelitian dengan judul **“Hubungan Asupan Lemak dan Status Gizi dengan Hipertensi pada Usia Dewasa di Desa Pakkat Kecamatan Doloksanggul”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Tingginya asupan lemak pada usia Dewasa.
2. Tingginya kebiasaan konsumsi bahan makanan mengandung lemak pada usia dewasa.
3. Tingginya status gizi lebih atau obesitas pada usia dewasa.
4. Tingginya prevalensi hipertensi pada usia dewasa.
5. Rendahnya kesadaran masyarakat terhadap bahaya penyakit hipertensi.
6. Rendahnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya asupan lemak dan status gizi.

1.3 Pembatasan Masalah

Batasan masalah dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Karakteristik responden dibatasi dalam usia, jenis kelamin, pekerjaan, Pendidikan terakhir, penghasilan, dan besar keluarga.
2. Asupan Lemak dibatasi dalam kategori kurang, normal, dan lebih.
3. Status gizi dibatasi pada kategori status gizi kurus, normal, lebih, dan obesitas.

4. Hipertensi dibatasi pada kategori pre-hipertensi, hipertensi derajat 1, dan hipertensi derajat 2.
5. Subjek penelitian dibatasi pada usia dewasa (18-54 tahun) di Desa Pakkat Kecamatan Doloksanggul

1.4 Perumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimanakah karakteristik pada usia dewasa?
2. Bagaimana asupan lemak pada usia dewasa?
3. Bagaimana status Gizi pada usia dewasa?
4. Bagaimana hipertensi pada usia dewasa?
5. Bagaimana hubungan asupan lemak dengan hipertensi pada usia dewasa?
6. Bagaimana hubungan status gizi dengan hipertensi pada usia dewasa?
7. Bagaimana hubungan asupan lemak dan status gizi dengan hipertensi pada usia dewasa?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui:

1. Karakteristik responden.
2. Asupan lemak responden.
3. Status Gizi responden.
4. Hipertensi pada usia dewasa.
5. Hubungan asupan lemak dengan hipertensi responden pada usia dewasa
6. Hubungan status gizi dengan hipertensi pada usia dewasa.

7. Hubungan asupan lemak dan status gizi dengan hipertensi pada usia dewasa.

1.6 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi atau peningkatan pengetahuan gizi dan hipertensi pada usia dewasa. Selain itu memberikan informasi mengenai berbagai hal tentang asupan lemak, status gizi, dan penyakit hipertensi agar responden tahu cara bagaimana pembatasan asupan makan untuk tetap menjaga status gizi dan juga diharapkan tekanan darah responden agar tetap stabil untuk menghindari penyakit penyerta lainnya.

