

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

World Health Organization (WHO) mendefinisikan lansia sebagai individu yang berusia 60 tahun atau lebih. Seiring bertambahnya usia, kondisi kesehatan seseorang umumnya mengalami penurunan. Hal ini dapat menyebabkan seseorang rentan terhadap berbagai penyakit. Kondisi kesehatan yang menurun pada usia lanjut menyebabkan lansia lebih berisiko mengalami penyakit degeneratif, seperti hipertensi. Usia merupakan salah satu faktor yang berperan dalam meningkatkan tekanan darah. Dengan bertambahnya usia, pembuluh darah cenderung mengalami peningkatan kekakuan dan penurunan elastisitas, yang pada akhirnya dapat mengakibatkan peningkatan tekanan darah (Fariqi, 2021).

Tekanan darah merupakan tekanan yang ditimbulkan oleh aliran darah pada dinding pembuluh saat jantung memompa darah ke seluruh tubuh. Tekanan yang dihasilkan aliran darah pada dinding pembuluh dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain volume darah yang beredar, kekuatan kontraksi otot jantung, serta tingkat resistensi perifer yang terdapat pada dinding pembuluh darah (Huldani *et al.*, 2023). Pada lansia, tekanan darah cenderung meningkat akibat perubahan struktural pada pembuluh darah, yang ditandai dengan menurunnya elastisitas dan kelenturan dinding pembuluh. Perubahan tersebut mengakibatkan terjadinya penyempitan pembuluh darah, sehingga aliran darah menuju jaringan dan organ tubuh mengalami hambatan. Kondisi ini pada akhirnya berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah pada usia lanjut (Tyas & Zulfikar, 2021).

Hipertensi merupakan kondisi di mana tekanan darah seseorang mengalami peningkatan, baik secara lambat maupun secara tiba-tiba. Penderita hipertensi seringkali tidak menunjukkan gejala, sehingga kondisi ini sering dijuluki sebagai *silent killer* atau pembunuh diam-diam (Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia, 2021b). Hipertensi terjadi dikarenakan oleh perubahan tekanan darah, yang dipengaruhi oleh volume dan *peripheral resistance*. Oleh karena itu, peningkatan yang tidak normal pada salah satu dari kedua variabel tersebut dapat menyebabkan kenaikan tekanan darah, yang pada akhirnya mengakibatkan kondisi hipertensi (Marhabatsar & Sijid, 2021). Data dari World Health Organization (2022) menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi global mencapai 22%. Di Indonesia sendiri hipertensi tetap menjadi tantangan kesehatan dan masalah umum di kalangan masyarakat.

Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan bahwa hipertensi lebih umum terjadi pada kelompok usia 55-64 tahun (49,5%) dan 65-74 tahun (57,8%), dengan prevalensi pada perempuan (34,7%) lebih tinggi dari pada laki-laki (26,9%). Wilayah provinsi Sumatera Utara kejadian hipertensi pada tahun 2023 sekitar 25,4% (Kemenkes, 2023). Prevalensi hipertensi pada kelompok usia lansia menunjukkan peningkatan yang signifikan, dengan kejadian hipertensi pada perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Menurut Ayu (2021) perempuan memiliki risiko terkena hipertensi dikarenakan hormon estrogen pada perempuan. Hal ini sejalan dengan penelitian pada lansia di Rumah sakit Islam Jakarta Sukapura, dengan prevalensi hipertensi yang lebih tinggi pada perempuan

dibandingkan laki-laki. Dalam studi tersebut, mayoritas pasien lansia dengan hipertensi adalah perempuan, yaitu sebanyak 45 orang (54,9%).

Lingkar Lengan Atas (LILA) merupakan salah satu metode yang digunakan untuk mengukur komposisi tubuh. Selain berfungsi sebagai indikator dalam menentukan status obesitas, pengukuran LILA juga mampu menggambarkan kondisi jaringan otot serta lapisan lemak subkutan pada individu (Amila *et al.*, 2020). Wanita dengan ukuran LILA yang berlebih dapat menunjukkan peningkatan komposisi lemak di dalam tubuhnya (Wahyuni & Huda, 2019). Obesitas memiliki keterkaitan dengan kejadian hipertensi, hal ini dikarenakan lemak berlebih di dalam tubuh mengakibatkan terganggunya sirkulasi serta tekanan darah di dalam tubuh (Khasanah, 2022). Berdasarkan penelitian Amila (2020) menunjukkan adanya hubungan antara status gizi, yang diukur melalui lingkaran lengan atas, dengan peningkatan tekanan darah yaitu semakin besar lingkaran lengan atas, semakin tinggi tekanan darah yang terjadi.

Sebagai indikator komposisi tubuh, persen lemak tubuh menunjukkan perbandingan antara massa lemak dan total berat badan dalam bentuk persentase. Persen lemak tubuh adalah salah satu parameter yang berguna untuk menentukan obesitas pada seseorang yaitu dengan mengetahui berapa persen lemak di dalam tubuh, karena dari persen lemak tubuh kita dapat mengetahui berapa banyak lemak yang ada pada tubuh seseorang dan hal ini dapat menentukan apakah terdapat penumpukan lemak berlebih atau tidak (Agira *et al.*, 2024). Konsumsi makanan yang mengandung lemak secara berlebih dapat mengakibatkan peningkatan kadar lemak sehingga terjadi penumpukan lemak didalam tubuh seseorang. Penumpukan

lemak dapat terjadi di berbagai organ didalam tubuh, salah satunya organ vital seperti jantung. Ketika terjadi penumpukan lemak pada jantung, jantung akan bekerja ekstra dari biasanya, dengan demikian tekanan darah juga mengalami peningkatan (Wahyudi & Aeni, 2024). Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Kusuma *et al* (2021). temuan ini mengindikasikan adanya korelasi yang signifikan antara presentase lemak tubuh dengan tekanan darah pada lansia di wilayah Posyandu Lansia Kelurahan Wonodri, Semarang.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan di UPT Puskesmas Sambas Kota Sibolga, Hipertensi merupakan penyakit ketiga terbanyak dari sepuluh penyakit utama pada tahun 2023, sebanyak 176 orang yang tercatat menderita hipertensi, 68 di antaranya adalah laki-laki dan 108 perempuan. Hasil observasi yang dilakukan pada bulan Desember tahun 2024 di UPT Puskesmas Sambas Kota Sibolga terdapat 11 dari 15 lansia yang diukur mengalami hipertensi (73,33%). Sedangkan hasil pengukuran LILA didapatkan dari 15 lansia rata-rata memiliki LILA 31 cm. sejalan dengan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Lingkaran Lengan Atas Dan Persen Lemak Tubuh Dengan Tekanan Darah Pada Perempuan Pra-Lansia Di UPT Puskesmas Sambas Kota Sibolga”.

1.2 Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Tingginya kejadian hipertensi pada perempuan pra-lansia
2. Tingginya LILA pada perempuan pra-lansia lansia yang beresiko mengalami peningkatan tekanan darah.

3. Peningkatan persen lemak tubuh pada lansia menyebabkan peningkatan tekanan darah.

1.3 Pembatasan masalah

Adapun pembatasan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Pengukuran lingkaran lengan atas yang diukur menggunakan metline dibatasi pada obesitas, *overweight*, gizi baik, gizi kurang, gizi buruk.
2. Pengukuran persen lemak tubuh yang diukur menggunakan BIA dibatasi pada sangat tinggi, tinggi, normal dan rendah.
3. Tekanan darah dibatasi oleh hasil pengukuran tekanan darah sistolik dan/atau tekanan darah diastolik yang dikategorikan menjadi normal dan tidak normal.
4. Subjek penelitian ini adalah perempuan pra-lansia di UPT Puskesmas Sambas Kota Sibolga.

1.4 Perumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana karakteristik responden (usia, pendidikan, pekerjaan, pendapatan, riwayat penyakit, riwayat minum obat, tekanan darah, lingkaran lengan atas dan persen lemak tubuh)?
2. Bagaimana lingkaran lengan atas perempuan pra-lansia di UPT Puskesmas Sambas Kota Sibolga?
3. Bagaimana persen tebal lemak tubuh perempuan pra-lansia di UPT Puskesmas Sambas Kota Sibolga?

4. Bagaimana hasil pengukuran tekanan darah perempuan pra-lansia di UPT Puskesmas Sambas Kota Sibolga?
5. Bagaimana hubungan lingkaran lengan atas dengan tekanan darah perempuan pra-lansia di UPT Puskesmas Sambas Kota Sibolga?
6. Bagaimana hubungan persen lemak tubuh dengan tekanan darah perempuan pra-lansia di UPT Puskesmas Sambas Kota Sibolga?
7. Bagaimana hubungan lingkaran lengan atas dan persen lemak tubuh dengan tekanan darah perempuan pra-lansia di UPT Puskesmas Sambas Kota Sibolga?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Karakteristik responden (usia, pendidikan, pekerjaan dan pendapatan) (usia, pendidikan, pekerjaan, pendapatan, riwayat penyakit, riwayat minum obat, tekanan darah, lingkaran lengan atas dan persen lemak tubuh)?
2. Lingkaran lengan atas perempuan pra-lansia di UPT Puskesmas Sambas Kota Sibolga
3. Persen tebal lemak tubuh perempuan pra-lansia di UPT Puskesmas Sambas Kota Sibolga
4. Pengukuran tekanan darah perempuan pra-lansia di UPT Puskesmas Sambas Kota Sibolga
5. Hubungan lingkaran lengan atas dengan tekanan darah perempuan pra-lansia di UPT Puskesmas Sambas Kota Sibolga

6. Hubungan persen lemak tubuh dengan tekanan darah perempuan pra-lansia di UPT Puskesmas Sambas Kota Sibolga
7. Hubungan lingkaran lengan atas dan persen lemak tubuh dengan tekanan darah perempuan pra-lansia di UPT Puskesmas Sambas Kota Sibolga

1.6 Manfaat Penelitian

Penelitian ini bertujuan menghasilkan temuan yang berguna bagi masyarakat, khususnya pada perempuan pra-lansia untuk memperhatikan tekanan darah mereka. Selain itu hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan masukan, pertimbangan dan referensi untuk penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan kejadian hipertensi. Hasil penelitian juga diharapkan dapat dijadikan evaluasi dalam memaksimalkan program kerja di UPT Puskesmas Sambas Kota Sibolga dan sebagai bahan masukan bagi UPT Puskesmas Sambas Kota Sibolga atau pelayanan kesehatan dalam pengambilan kebijakan terkait pencegahan dan pengendalian faktor risiko dari kejadian hipertensi pada pra-lansia, khususnya untuk menurunkan angka tekanan darah yang tinggi pada lansia.