

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan salah satu masalah utama dalam bidang kesehatan di seluruh dunia dan menimbulkan angka kematian yang tinggi setiap tahunnya. PTM dapat dialami oleh semua kalangan usia di berbagai negara (Irwan, 2016). Faktor risiko penyakit tidak menular antara lain gangguan metabolik seperti gula darah tidak normal, obesitas dan hipertensi (Puspita, 2022). Hipertensi dikenal sebagai “*The Silent Killer*” karena sering kali tidak menunjukkan gejala. Kondisi ini terjadi ketika tekanan dalam pembuluh darah meningkat secara abnormal, yaitu tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg, dan/atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg (WHO, 2023). Menurut Maulia et al. (2021) semakin bertambahnya usia, maka risiko terserang hipertensi juga semakin meningkat, seseorang di usia ≥ 40 tahun memiliki risiko 2,956 kali mengalami hipertensi akibat penurunan elastisitas arteri.

WHO memperkirakan bahwa 1,28 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun di seluruh dunia, atau sekitar 33% mengalami hipertensi (WHO, 2023). Menurut data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi hipertensi di Indonesia pada usia ≥ 18 tahun mencapai 30,8%. Angka ini meningkat pada kelompok usia 45–54 tahun (39,1%) dan pada usia 55–64 tahun (49,5%) (Kemenkes RI, 2023). Provinsi Sumatera Utara memiliki prevalensi hipertensi sebesar 25,4% berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah (Kemenkes RI, 2023). Berdasarkan data laporan tahunan UPT Puskesmas Labuhan Deli, tercatat

bahwa jumlah kasus hipertensi mengalami peningkatan, yaitu sebanyak 12.085 pada tahun 2022 dan meningkat menjadi 12.385 pada tahun 2023. Meskipun data tidak disajikan dalam bentuk persentase terhadap jumlah penduduk, peningkatan jumlah penderita hipertensi ini tetap menunjukkan adanya kecenderungan naik yang perlu diwaspadai (UPT Puskesmas Labuhan Deli, 2023).

Tingginya prevalensi hipertensi yang ada di Indonesia masih perlu menjadi perhatian karena hipertensi dapat mengakibatkan dampak timbulnya komplikasi seperti stroke, jantung koroner, kebutaan, diabetes, dan gagal ginjal (Emiliana et al., 2021). Dalam upaya pencegahan dan penatalaksanaan hipertensi, sangat penting untuk mengidentifikasi faktor-faktor risiko yang dapat meningkatkan kemungkinan seseorang menderita hipertensi (Ekasari et al., 2021). Hipertensi memiliki 2 faktor risiko yaitu yang tidak dapat diubah dan yang dapat diubah. Faktor yang tidak dapat diubah adalah usia, genetik, dan jenis kelamin. Sedangkan faktor yang dapat diubah adalah konsumsi garam, merokok, stres, aktivitas fisik, konsumsi alkohol, konsumsi kopi, obesitas dan asupan lemak (Riyada et al., 2024).

Salah satu faktor penting yang dapat memengaruhi hipertensi adalah asupan lemak (Faramida et al., 2024). Asupan lemak yang tidak seimbang terutama lemak jenuh dan trans dapat meningkatkan risiko hipertensi. Ketika asupan lemak melebihi asupan tubuh, kelebihan tersebut akan disimpan sebagai cadangan lemak sehingga mengakibatkan penumpukan lemak, terutama di area perut (Adam et al., 2025). Penumpukan lemak di daerah abdomen atau perut disebut juga sebagai obesitas sentral atau obesitas abdominal (Kemenkes RI,

2023). Salah satu indikator yang digunakan dalam mendeteksi risiko obesitas sentral dengan kejadian hipertensi yaitu dengan cara melakukan pengukuran antropometri berupa pengukuran lingkaran pinggang, lingkaran panggul, Rasio Lingkaran Pinggang dan Panggul (RLPP) (Iqbal & Puspaningtyas, 2019).

Rasio Lingkaran Pinggang dan Panggul (RLPP) adalah salah satu metode sederhana untuk mendeskripsikan distribusi penimbunan lemak di bawah kulit dan jaringan lemak yang berada dalam rongga perut (Sudargo et al., 2018). RLPP menilai lemak sentral secara lebih spesifik karena memperhitungkan perbandingan pinggang dan panggul, sedangkan IMT hanya memperhitungkan keseluruhan total massa dalam tubuh (Kheirouri & Alizadeh, 2024). Penumpukan lemak yang berlebihan di area perut dapat memicu perubahan metabolisme, antara lain menurunnya respon tubuh terhadap insulin (resistensi insulin) dan peningkatan kadar asam lemak bebas dari jaringan adiposa ke dalam sirkulasi darah. Perubahan metabolisme tersebut berkaitan dengan meningkatnya risiko penyakit yang berhubungan dengan distribusi lemak seperti DM Tipe II, dislipidemia, sindrom metabolik dan hipertensi. Peningkatan RLPP sangat berkontribusi pada berkembangnya risiko penyakit yang terkait dengan distribusi lemak sentral (Sudargo et al., 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh (Lestari et al., 2024) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan lemak dengan kejadian hipertensi, yang dibuktikan melalui nilai $p\text{-value} = 0,002$. Temuan ini mengindikasikan bahwa tingginya asupan lemak dapat berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah. Sementara itu, penelitian Adistira et al. (2022) yang

menyatakan bahwa pengukuran antropometri yang dapat digunakan untuk mengetahui jaringan lemak di perut yaitu menggunakan Rasio Lingkar Pinggang Panggul (RLPP) dan menunjukkan adanya hubungan yang erat antara RLPP dengan hipertensi, di mana individu dengan berat badan berlebih dapat meningkatkan kadar leptin dalam tubuh yang dapat mengakibatkan peningkatan pembentukan angiotensin kemudian meningkatkan curah jantung dan tekanan darah menjadi naik dapat dibuktikan dengan $p\text{-value} = 0,003$.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Labuhan Deli pada 06 Oktober 2025 terhadap 9 orang dewasa berusia 45–59 tahun, menunjukkan bahwa 3 dari 9 responden (33,3%) teridentifikasi mengalami hipertensi. Setelah melakukan wawancara singkat, sebanyak 5 dari 9 responden (55,6%) memiliki asupan lemak yang berlebih, dan mengaku mengonsumsi makanan yang digoreng setiap hari, serta mengonsumsi makanan bersantan lebih dari tiga kali dalam satu minggu. Selain itu, beberapa responden juga menyebutkan bahwa mereka sering mengonsumsi makanan yang diolah dengan diberi bumbu pekat seperti sambal, rendang, semur, kalio, tauco, dan gulai yang umumnya tinggi kandungan lemak. Hasil observasi antropometri menggunakan instrumen RLPP menyatakan bahwa 4 dari 9 responden (44,4%) mengalami obesitas sentral.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul **“Hubungan Asupan Lemak dan Rasio Lingkar Pinggang Panggul dengan Kejadian Hipertensi pada Usia Dewasa di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Labuhan Deli”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah, yaitu sebagai berikut :

1. Prevalensi hipertensi yang tinggi pada usia dewasa.
2. Peningkatan jumlah kasus hipertensi di UPT Puskesmas Labuhan Deli dari tahun 2022–2023.
3. Banyaknya proporsi usia dewasa yang mengonsumsi makanan tinggi lemak.
4. Tingginya proporsi obesitas sentral pada kelompok usia dewasa.
5. Rasio Lingkar Pinggang dan Panggul yang tidak normal serta tingginya asupan lemak berkaitan dengan peningkatan risiko hipertensi.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan uraian masalah yang telah dipaparkan, maka diperlukan pembatasan masalah dalam penelitian ini. Batasan masalah dalam penelitian ini yaitu :

1. Subjek pada penelitian ini adalah masyarakat usia 45–59 tahun yang berdomisili di wilayah kerja UPT Puskesmas Labuhan Deli.
2. Karakteristik subjek yang diteliti meliputi usia, jenis kelamin, pekerjaan dan pendapatan keluarga.
3. Tekanan darah ditentukan melalui hasil pengukuran langsung menggunakan tensimeter digital dan dikategorikan menjadi hipertensi dan tidak hipertensi.
4. Rasio Lingkar Pinggang dan Panggul (RLPP) diperoleh melalui pengukuran pinggang dan panggul menggunakan pita ukur, dan dikategorikan menjadi obesitas sentral dan tidak obesitas sentral.

5. Asupan lemak dinilai menggunakan *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ)* yang memuat daftar pangan sumber dan tinggi lemak, frekuensi konsumsi, dan jumlah dalam URT yang dikonversi ke gram, kemudian dikategorikan menjadi lebih dan cukup.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini, yaitu sebagai berikut :

1. Bagaimana karakteristik responden di UPT Puskesmas Labuhan Deli?
2. Bagaimana asupan lemak responden di UPT Puskesmas Labuhan Deli?
3. Bagaimana RLPP responden di UPT Puskesmas Labuhan Deli?
4. Bagaimana kejadian hipertensi responden di UPT Puskesmas Labuhan Deli?
5. Bagaimana hubungan antara asupan lemak dengan kejadian hipertensi pada responden di UPT Puskesmas Labuhan Deli?
6. Bagaimana hubungan antara Rasio Lingkar Pinggang dan Panggul dengan kejadian hipertensi pada responden di UPT Puskesmas Labuhan Deli?
7. Bagaimana hubungan antara asupan lemak dan Rasio Lingkar Pinggang dan Panggul dengan kejadian hipertensi pada responden di UPT Puskesmas Labuhan Deli?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui karakteristik responden di UPT Puskesmas Labuhan Deli.
2. Untuk mengetahui asupan lemak responden di UPT Puskesmas Labuhan Deli.
3. Untuk mengetahui RLPP responden di UPT Puskesmas Labuhan Deli.

4. Untuk mengetahui kejadian hipertensi responden di UPT Puskesmas Labuhan Deli.
5. Untuk mengetahui hubungan antara asupan lemak dengan kejadian hipertensi pada responden di UPT Puskesmas Labuhan Deli.
6. Untuk mengetahui hubungan antara Rasio Lingkar Pinggang dan Panggul dengan kejadian hipertensi pada responden di UPT Puskesmas Labuhan Deli.
7. Untuk mengetahui hubungan antara asupan lemak dan Rasio Lingkar Pinggang dan Panggul dengan kejadian hipertensi pada responden di UPT Puskesmas Labuhan Deli.

1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan bagi pendidikan dalam menjalankan proses akademik di perguruan tinggi terkait wawasan dan pengetahuan untuk salah satu sumber bacaan penelitian dan pengembangan ilmu tentang asupan lemak dan rasio lingk pinggang panggul dengan hipertensi.

Manfaat praktis

1. Manfaat bagi responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai informasi dan pengetahuan terkait kondisi asupan lemak, RLPP dan risiko hipertensi yang dimiliki dan mendorong perubahan gaya hidup lebih sehat untuk mencegah komplikasi.

2. Manfaat bagi institusi (UPT Puskesmas Labuhan Deli)

Penelitian ini memberikan data ilmiah terkait hubungan asupan lemak dan RLPP dengan hipertensi pada usia 45–59 tahun. Hasilnya dapat digunakan sebagai dasar untuk program pencegahan dan edukasi masyarakat yang lebih efektif.

3. Manfaat bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi referensi awal untuk memperluas kajian mengenai indikator asupan terutama lemak dan antropometri berupa RLPP dalam deteksi dini hipertensi.