

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Imam.S (2002) beropini bahwa kondisi dimana tekanan darah meningkat meskipun dalam keadaan rileks adalah Hipertensi . Hipertensi juga dikenal sebagai peningkatan permanen tekanan darah sistolik di pembuluh darah arteri. hipertensi di temukan pada semua gender rentang usia 30 hingga 40 tahun, dan penyakit ini meningkat seiring dengan usia harapan hidup. Seluruh negara sementara mengalami peningkatan prevalensi hipertensi termasuk Indonesia. Distrik Aimas di Kabupaten Sorong, provinsi Papua Barat Daya, adalah wilayah dengan kepadatan penduduk 70–71 km², dengan tingkat stres lalu lintas dan pekerjaan yang rendah serta waktu yang cukup untuk mengolah makanan sehat. Saat ini, ada kasus hipertensi pada usia produktif. sehingga dapat menimbulkan bahaya yang signifikan bagi jantung, gagal ginjal, gangguan fisik, atau stroke yang semuanya itu dapat mengakibatkan kecacatan dan kematian serta beban pembiayaan negara di bidang Kesehatan tahun 2021 (Rp.573,552,300,-),thn 2023 BPJS Kesehatan Kabupaten Sorong (Rp.1.021.152.800).

Patut diketahui oleh Masyarakat bahwa faktor penyebab Hipertensi di kategorikan atas 2 jenis ialah hipertensi mayor serta Hipertensi minor. Hipertensi minor itu di ketahui penyebabnya karena suatu kelainan pada bagian tubuh seperti penyakit ginjal pielonefritis yang hanya 5% kasus. Sementara Hipertensi mayor 90% kasus tidak jelas, penyebab hipertensi mayor diantaranya yaitu: penyebab hipertensi

yang sulit dapat diubah seperti usia, gender, keturunan (herediter) dan penyebab yang dapat diubah yaitu perilaku Sehat dengan mengonsumsi makanan sehat sesuai Petunjuk Teknis Direktorat Kementerian Kesehatan Republik Indonesia yang menyatakan bahwa konsumsi makan buah dan sayur ≥ 3 kali/hari, perilaku konsumsi makanan berlemak seperti makanan gorengan, makanan mengandung mentega dan makanan bersantan yang tidak boleh melebihi maksimum 150mg/dl atau ≤ 5 sendok makan, perilaku konsumsi makanan sehat yang mengandung garam 1 sendok teh/hari atau rata-rata 6 gram/hari, perilaku untuk tidak mengonsumsi merokok dan perilaku tidak mengonsumsi alkohol, serta perilaku olahraga atau aktifitas fisik 150 menit dalam seminggu atau 21,42 menit setiap hari.

Komentar Blum (1974) menyatakan kalau kesehatan dipengaruhi beberapa aspek antara lain ialah aspek area, faktor sikap, faktor pelayanan Kesehatan dan aspek herediter, lingkungan menjadi aspek utama. Dimana lingkungan bukan hanya berbicara menyangkut lingkungan fisik saja namun juga lingkungan sosial budaya dan ekonomi. Yang berdampak pada kejadian hipertensi, adalah lingkungan sosial dan budaya yang menimbulkan suatu kebiasaan pola hidup yang menjadi suatu perilaku atau kebiasaan yang dilakukan di Distrik Aimas khususnya dan Kabupaten Sorong pada umumnya bahkan mungkin provinsi Papua Barat Daya seluruhnya yaitu perilaku konsumsi sehat yang berdampak pada kejadian hipertensi.

Kejadian hipertensi ini erat hubungannya dengan lingkungan sosial yang menimbulkan suatu perilaku hidup. Perilaku hidup merupakan suatu aktifitas minat

atau kesenangan seseorang yang selalu dilakukan secara terus-menerus sehingga menjadi suatu kebiasaan hidup bagi suatu masyarakat yang hidup dan menetap di suatu daerah secara turun-temurun bersama-sama sehingga menciptakan suatu budaya. kebiasaan perilaku mengkonsumsi yang selalu dilakukan oleh suatu komunitas Masyarakat seperti kebiasaan mengkonsumsi makanan atau kebiasaan-kebiasaan lain yang dilakukan seperti kebiasaan merokok, mengkonsumsi alkohol dan kebiasaan olahraga atau aktifitas fisik.

Kebiasaan Masyarakat di Distrik Aimas wilayah kerja puskesmas Malawili Kabupaten Sorong yaitu masyarakat senang dan sering sekali makan sayur yang ditumis (kangkung), kemungkinan karena sayur kangkung ini mudah di peroleh dan harganya pun terjangkau. Namun yang menjadi masalah nya adalah sayuran kangkung ini diolah dengan cara ditumis dengan tidak melihat takaran atau ukuran minyak goreng yang digunakan sesuai aturan kesehatan, bahkan sayuran seperti daun singkong pun akan ditumis menggunakan minyak goreng lalu disantan. Begitupun kebiasaan mengkonsumsi hasil laut hasil laut berupa kerang, udang, teri, ikan melimpah ruah, namun lingkungan sosial dan perilaku Masyarakat dalam mengkonsumsi ikan dengan cara di goreng ataupun dimasak kuah kuning (woku), karena berdasarkan informasi badan pusat statistik kabupaten sorong yang baru dirilis thn 2023 menulis bahwa posisi geografisnya kabupaten memiliki hasil laut (Ikan) yang sebenarnya mempunyai dampak kesehatan untuk menurunkan hipertensi karena mengandung omega-3 namun karena perilaku mengolah makanan

dengan menggunakan minyak kelapa yang mengandung omega 6 itulah maka terjadi penimbunan lemak dalam darah. begitu pula dengan telur ayam juga dibuat dadar, sementara untuk daging merah diolah dengan cara dimasak kecap atau direndang yang tanpa disadari melebihi aturan kesehatan sesuai petunjuk kesehatan DIRJEN P2P KEMENKES yang menganjurkan konsumsi lemak tidak melebihi ambang batas maksimum 150mg/dl atau ≤ 5 sendok makan sehingga menjadi pemicu meningkatnya kolesterol dalam darah. Begitu pula perilaku kebiasaan mengkonsumsi garam dengan cara yang salah yaitu dengan cara ditabur pada masakan lalu dirasa pada lidah bila kurang ditaburkan lagi padahal tubuh tidak memerlukan sebanyak itu tubuh hanya memerlukan garam 1 sendok teh/hari atau rata-rata 6 gram/hari, begitu pula perilaku mengkonsumsi buah seperti buah pisang yang mudah diperoleh baik dengan cara ditanam dan dibeli sebab harganya yang relative murah di Sorong Papua Barat Daya membuat masyarakat lebih sering dan banyak mengkonsumsi buah pisang, yang menurut teori bahwa buah pisang memiliki kandungan kalium 467mg (Ridwan Muhamad, 2009), bagi Muhammad As bahwa apabila konsumsi dengan kalium dalam jumlah besar sanggup menaikkan konsentrasi kalium didalam cairan intraseluler sehingga bakal sanggup menarik cairan ekstraseluler keluar lalu akan meminimalkan tekanan darah. Perilaku merokok telah menyebar luas dikalangan masyarakat juga berdampak pada kejadian hipertensi yang mana nikotin memiliki kemampuan untuk mengikat sel darah merah sehingga menyebabkan darah menjadi padat sehingga jantung di desak

untuk bekerja atau berdenyut lebih kuat lagi yang berdampak pada hentakan dinding pembuluh-pembuluh darah yang berakibat kepada naiknya tekanan darah. Sementara kadar alkohol khusus anggur dianjurkan tidak lebih dari 250ml mengingat Kabupaten Sorong Papua Barat Daya yang mayoritas Kristen yang mana ritual keagamaan mengajarkan perjamuan kudus dengan menggunakan anggur.

Olahraga atau aktifitas fisik dianjurkan untuk membantu men, Sofia Dewi dan Digi Familia (2010) mengatakan bahwa olahraga sangat dianjurkan bagi kesehatan untuk dapat menstabilkan tekanan darah tinggi serta menjaga berat badan. Adapun rekomendasi olahraga dianjurkan ada dua jenis yaitu olahraga berat jenis aerobik (lari,jogging,bersepeda,berenang,joging) serta olahraga rileks (yoga danbersemedi), hal ini sejalan dengan anjuran Kementrian olahraga yang menyarankan agar Masyarakat dapat melakukan olahraga 150 menit/minggu atau jikalau diratakan perharinya 21,42 menit.

Distrik Aimas adalah merupakan salah satu daerah Administratif Kabupaten Sorong di Provinsi termuda Papua Barat Daya dengan data BPS 2023 untuk penduduk kabupaten Sorong sebanyak 125.949 jiwa,distrik Aimas 46.195 jiwa,dengan persentase penduduk miskin dikabupaten Sorong 27,58% (26,34 ribu), garis kemiskinan Rp.466,380 dengan rata lama sekolah (RLS) 8,6 tahun yang artinya hanya menempuh pendidikan rendah hanya SMP kelas 2 saja (0,45%) sementara yang menempuh pendidikan tinggi (1,56%), menurut Notoatmodjo (2020) bahwa derajat pendidikan pendidikan masyarakat akan berkontribusi serta

berpengaruh kepada peningkatan status kesehatan ,karena berdampak pada tingkat pengetahuan dan pemahaman akan pentingnya perilaku konsumsi sehat dalam upaya menurunkan prevalensi hipertensi. serta inkam pendapatan (ekonomi) yang rendah sehingga kemampuan untuk memenuhi makanan sebagai sumber gizi pun relative rendah.data BPS menunjukkan bahwa Masyarakat menggunakan 48,14% untuk memenuhi makanan dan 51,86% Non makanan,dalam artian ada kebutuhan lain di luar kebutuhan kecukupan gizi yang diutamakan untuk di penuhi sehingga berdampak pada perilaku konsumsi sehat gizi rumah tangga perorang, sesuai dengan Petunjuk Teknis Direktorat Gizi Kementrian Kesehatan untuk angka kecukupan Gizi 2100 kilo kalori per orang perhari pada Tingkat konsumsi. Yang berarti bahwa diatas meja makan setiap rumah tangga ada potensial tidak lengkap sumber gizi makro dan mikro. Dikarenakan faktor lingkungan sosial yang sudah biasa demikian sehingga menciptakan perilaku merasa baik-baik saja apabila mengkonsumsi makanan tidak lengkap nilai gizi makro dan mikro.

Selain aspek penyebab hipertensi perilaku konsumsi sehat yang dapat dimodifikasi atau diubah,ada juga aspek penyebab hipertensi yang tidak bisa diubah diantaranya yaitu gender,umur,serta herediter. Teori mengatakan bahwa ketika seseorang telah memasuki usia tua maka pembuluh darah mengalami vasokonstriksi Dimana pembuluh sudah tidak lagi menjadi elastis atau kelenturan pembuluh darah berkurang sehingga kemampuan untuk mengangkut oksigen dan zat-zat gizi untuk mencukupi kebutuhan tubuh pun berkurang yang berdampak kepada beban kerja

jantung yang memompa darah harus lebih kencang guna memenuhi kebutuhan jaringan tubuh,yang berdampak kepada peningkatan tekanan darah. Laki-laki berpotensi lebih bes terkena darah tinggi dari pada Perempuan, karena perempuan dilindungi oleh hormon estrogen,namun pada saat menopause Perempuan akan lebih banyak menderita hipertensi karena penurunan hormon estrogen. Begitu pula faktor herediter (keturunan/genetika) beberapa penelitian dan teori mengemukakan bahwa hipertensi memang bukan lah penyakit yang dapat diwariskan atau di turunkan namun dalam buku Hidup Bahagia Dengan Hipertensi (Sofia Dewi dan Digi Familia, 2009) mengatakan hipertensi akan lebih dominan terjadi bagi mereka yang mempunyai riwayat keturunan hipertensi di karenakan mereka memiliki gen NPPA dan NPPB memiliki kelebihan sodium. sehingga apabila perilaku konsumsi sehat tidak diterapkan sejak dini bagi mereka yang mempunyai riwayat keturunan hipertensi maka akan berpotensi kepada peningkatan tekanan darah Ketika mereka dewasa,sebab penyakit hipertensi adalah Merupakan Penyakit Tidak Menular yang membutuhkan waktu lama (*long time*) 10-20 tahun usia hidup baru terjadi penyakit hipertensi.

Data Hipertensi WHO 2022 yaitu 1,28 milyar orang menderita Hipertensi, Data Riskesdes merilis data penyakit tekanan darah tinggi pada usia lebih dari delapan belas tahun adalah dengan prevalensi 34,10% dan penduduk 172.285.600 dengan penderita 58,749,390, penderita Hipertensi berdasarkan data SIPTM untuk Provinsi Papua Barat Tahun 2020 - 2022 yaitu (2,08 %),(20,01%),(18,94%) sampai

Bulan Mei. Data penderita Hipertensi kabupaten Sorong berdasarkan data SIPTM Tahun 2019 - 2022 adalah sebanyak (1,6%),(1,25%),(3,54%),(6,45%) orang. Sementara data penderita hipertensi di puskesmas Malawili pada tahun 2019 – 2022 sebagai berikut (0,47%),(0,53%),(3,3%),(31,3%).

Data deteksi dini Perilaku konsumsi sehat di rumah tangga berdasarkan SIPTM dan ASIK KEMENKES untuk Kabupaten Sorong yaitu adalah pola makan kurang sayur dan buah tahun 2019-2022 yaitu (0,004%),(9,59%),(10,94%) (66,0%). Pola makan makanan lemak berlebih 2020-2022 yaitu (0%),(6,85%),(9,6%), perilaku merokok tahun 2019-2022 yaitu (0%),(1,24%),(4,97%),(9,6%) orang, Data konsumsi alkohol thn 2019-2022 adalah (0%),(0,23%),(2,57%) (0,69%) orang. konsumsi garam berlebih thn 2019-2022 adalah (0%),(0%),(8,09%),(10,54%) orang. Kurang aktifitas fisik thn 2019-2022 adalah (0%),(3,96%),(7,28%) (26,3%) orang.

Dengan melihat data penderita hipertensi yang terus meningkat, akibat perilaku konsumsi hidup yang tidak sehat, maka perlu dilakukan pencegahan dan pengendalian hipertensi secara komprehensif terhadap perilaku konsumsi sehat Masyarakat.

B. Perumusan Masalah

Bersumber pada konteks penulisan landasan yang telah diuraikan bahwa Kejadian PTM Hipertensi yang selalu meningkat setiap tahun sehingga merugikan Kesehatan Masyarakat, karena menjadi beban Ekonomi dan Psikologis kepada

Individu, Keluarga, Masyarakat dan Negara serta menurunkan Produktifitas masyarakat. Dan masih Rendahnya Perilaku Konsumsi Sehat di masyarakat yang berhubungan dengan kejadian Hipertensi maka formulasi dalam riset yakni ,”
HUBUNGAN PERILAKU KONSUMSI SEHAT DENGAN KEJADIAN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MALAWILI KABUPATEN SORONG PROVINSI PAPUA BARAT DAYA.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Riset ini Menganalisa Hubungan Perilaku Konsumsi Sehat dengan kejadian Hipertensi di Puskesmas Malawili

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisa Hubungan Perilaku kebiasaan Konsumsi makan sayur dengan kejadian Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Malawili
- b. Menganalisa Hubungan Perilaku kebiasaan Konsumsi makan buah dengan kejadian Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Malawili
- c. Menganalisa Hubungan Perilaku kebiasaan Konsumsi makan makanan Berlemak dengan kejadian Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Malawili
- d. Menganalisa hubungan Perilaku kebiasaan konsumsi Merokok dengan Kejadian hipertensi di wilayah Kerja Puskesmas Malawili.

- e. Menganalisa Hubungan Perilaku Kebiasaan Konsumsi alkohol berlebihan dengan Kejadian hipertensi di wilayah Kerja Puskesmas Malawili.
- f. Menganalisa Hubungan Perilaku Aktifitas fisik (Olahraga) dengan Kejadian hipertensi di wilayah Kerja Puskesmas Malawili.

D. Manfaat Penelitian

1. Untuk Istansi Pemegang Program

Hasil riset ini bisa dipakai sebagai materi data mengenai Hubungan Perilaku Konsumsi sehat yang dapat di praktekan Masyarakat dalam upaya merendahkan peristiwa darah tinggi diarea kegiatan pelayanan Puskesmas Malawili juga dapat menjadi bahan inspirasi ide dalam perencanaan program Pencegahan dan Pengendalian Hipertensi area kegiatan pelayanan Puskesmas Malawili secara Khusus dan Kabupaten Sorong lebih umum.

2. Bagi Masyarakat

Merupakan informasi tentang Hipertensi serta Pentingnya menjaga kebiasaan konsumsi sehat sehingga dapat mencegah serta menurunkan Hipertensi Malawili Distrik Aimas dan Sorong.

3. Untuk Institusi

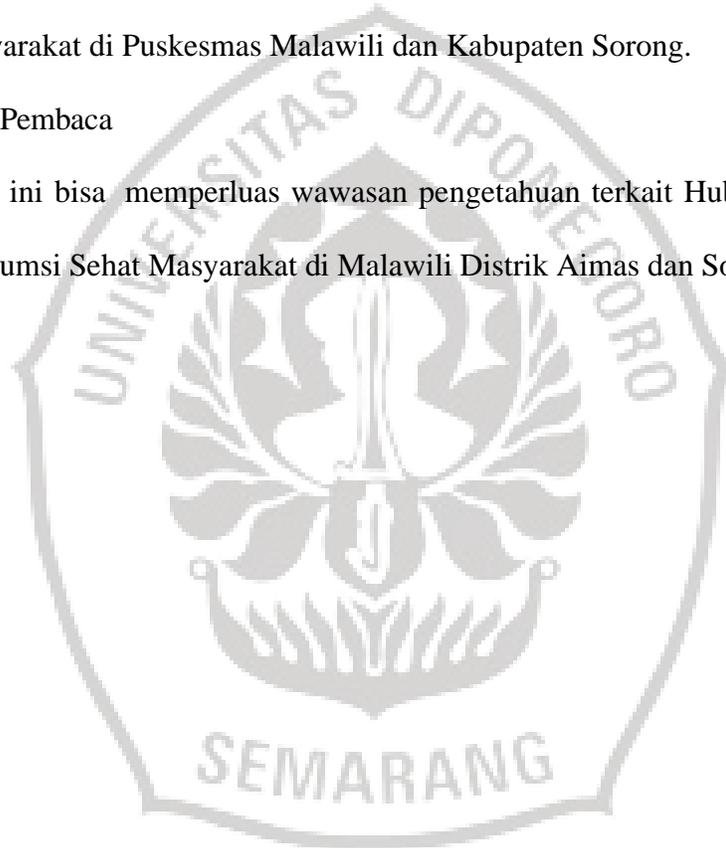
Hasil peneltian ini bisa membagikan informasi serta data selaku bahan teori pada segi epidemiologi dan buat pengembangan riset berikutnya.

4. Untuk Peneliti

riset ini dapat memperkaya pengetahuan dan pengalaman baru bagi penulis mengenai Epidemiologi Penyakit Tidak Menular khususnya menerapkan Perilaku mengkonsumsi makanan Sehat terhadap kejadian Hipertensi pada Masyarakat di Puskesmas Malawili dan Kabupaten Sorong.

5. Bagi Pembaca

Riset ini bisa memperluas wawasan pengetahuan terkait Hubungan Perilaku Konsumsi Sehat Masyarakat di Malawili Distrik Aimas dan Sorong



E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Peneliti dan Judul Penelitian	Rancangan Penelitian	Subyek Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Aristi dkk, (2020) Hubungan Konsumsi Makanan Tinggi Natrium Dengan Kejadian Hipertensi Pada Buruh Tani di Wilayah Kerja Puskesmas Panti Kabupaten Jember	Analitik observasional dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	Total populasi petani 14.322 dengan sampel 248 orang usia 15 – 55 Tahun di kecamatan Panti	kesimpulan dari penelitian ini menyatakan bahwa keseringan mngkonsumsi makanan kalengan,fermentasi,asinan minuman mengandung kafein,lemak mampu memicu kenaikan tekanan darah sistol,sementara minuman teh memicu kenaikan tekanan darah diastol
2.	Kadir.S (2019), Pola Makan Dan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Duangaliyo Kabupaten Gorontalo. https://repository.ung.ac.id/karya/show/suna... ilmiah	Analitik kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	Total populasi penderita hipertensi 192 dengan sampel 66	pada studi ini didapatkan 24 sampel memiliki kebiasaan makan buruk, 20 sampel mengalami hipertensi awal, 13 mengalami hipertensi grade 1 sementara 7 orang mengalami hipertensi grade 2. Total sampel adalah 64, di temukan 2 sampel missing. Dengan demikian maka pola makan sangat berkontribusi kuat guna menaikkan tekanan darah

SEKOLAH PASCASARJANA

<p>3. Lutfi.M¹, dkk Hubungan Antara Diet Tinggi Serat Dengan Derajat Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Bngkalan (https://stikes-nhm.e-journal.id/NU/index)</p>	<p>Analitik kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i></p>	<p>Total populasi penderita hipertensi 552 dengan sampel 57</p>	<p>secara statistic $p=0.001$ menunjukkan bahwa diet buah dan sayur memiliki pengaruhbesardalam menurunkan tingkat hipertensi</p>
<p>4. Sistikawati H.T¹, dkk (2021), Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi https://ejournal.undip.ac.id/index.php/mkmi Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Dipenogoro</p>	<p>Penelitian ini adalah penelitian literature reiview dengan desain Kuantitatif dengan desain <i>cross control dan case control</i></p>	<p>Total Artikel 3.950 buah, sesuai kriteria Inklusi dan esklsi didapatkan15 Artikel,selanjutnya didapat 7 artikel yang sesuai kriteria inklusi dan esklsi.</p>	<p>penelusuran studi artikel ini menemukan adanya dampak pola makan terhadap tekanan darah. Dengan nilai signifikasi $\leq 0,05$</p>
<p>5. Jayanti dkk, (2017) Hubungan Pola Konsumsi Minuman Beralkohol Terhadap Kejadian Hipertensi PadaTenaga Kerja Pariwisata di Kelurahan Legian Doi:https://doi.org/10.14710/jgi.6.1.65-70</p>	<p>Penelitian <i>cross sectional study</i></p>	<p>Total Populasi 640 orang tenaga kerja. Dan sampel yaitu 87 orang.</p>	<p>studi ini menemukan konsumsi alcohol memiliki signifikasi terhadap kejadian hipertensi</p>



Penelitian ini berhubungan dengan pola konsumsi subyek dalam penggunaan takaran atau ukuran rumah tangga yang diaplikasikan dalam kehidupan rumah tangga sehari-hari,yang berhubungan dengan risiko hipertensi.

F. Ruang Lingkup

1 Ruang Lingkup Waktu

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Bulan Februari – Maret 2023 .

2 Lingkup Tempat

Penelitian ini dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Malawili.

3 Ruang Lingkup Materi

Penelitian ini membahas mengenai Hubungan Perilaku Konsumsi Sehat dengan Kejadian Hipertensi pada Masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Malawili dan Kabupaten Sorong.

