

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tekanan darah tinggi atau hipertensi merupakan keadaan dimana terjadinya kenaikan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan diastolik ≥ 90 mmHg (1). Tekanan darah tinggi atau hipertensi ditandai dengan meningkatnya tekanan darah secara tidak wajar dan terus-menerus karena rusaknya salah satu atau beberapa faktor yang berperan mempertahankan tekanan darah tetap normal (2). Hipertensi disebut juga *silent killer diseases* karena para penderita dapat mengalami penyakit hipertensi tanpa gejala apapun (3). Hipertensi sebagai salah satu penyakit degeneratif yang sering dijumpai pada kelompok lanjut usia (lansia) (4).

Berdasarkan hasil Riset kesehatan dasar tahun 2013, prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 25,8% dan cenderung lebih tinggi terjadi di daerah perkotaan dari pada perdesaan. Provinsi DI Yogyakarta salah satu provinsi di Indonesia yang termasuk dalam kategori perkotaan, DI Yogyakarta menempati posisi 3 teratas angka kejadian hipertensi dari seluruh provinsi yang ada di Indonesia dengan 12,8 % berada di bawah kota besar lainnya yakni Kalimantan Selatan dan Sulawesi Utara (5).

Angka insiden hipertensi di dunia sangat tinggi terutama pada populasi lanjut usia (lansia), usia di atas 60 tahun, dengan prevalensi

mencapai 60% sampai 80% populasi lansia, diperkirakan 2 dari 3 lansia mengalami hipertensi(6). Di Indonesia, pada usia 25-44 tahun prevalensi hipertensi sebesar 29%, pada usia 45-64 tahun sebesar 51% dan pada usia >65 tahun sebesar 65%. Dibandingkan usia 55-59 tahun, pada usia 60-64 tahun terjadi peningkatan risiko hipertensi sebesar 2,18 kali, usia 65-69 tahun 2,45 kali dan usia >70 tahun 2,97 kali (7).

Faktor yang berperan cukup penting dan dominan dalam perkembangan hipertensi adalah pola konsumsi pangan. Selain pola konsumsi pangan, kurangnya asupan air minum juga merupakan faktor risiko hipertensi. Kurang konsumsi air minum dapat menyebabkan dehidrasi (8). Air merupakan salah satu zat gizi penting bagi kesehatan tubuh. Keseimbangan air tubuh dikontrol dengan pengaturan asupan dan ekskresi cairan. Normalnya, asupan air dipengaruhi oleh rasa haus yang merupakan pertahanan tubuh terhadap kekurangan cairan Dehidrasi telah dikaitkan dengan peningkatan morbiditas dan mortalitas. Selama penuaan terjadi sejumlah perubahan fisiologis sehingga menempatkan lansia lebih berisiko mengalami dehidrasi. Pada lansia terjadi penurunan sensasi haus, selain itu lansia dapat sengaja membatasi konsumsi cairan untuk menghindari frekuensi berkemih, terutama pada mereka yang memiliki gangguan mobilitas (9).

Cairan memainkan peran penting dalam mengontrol tekanan darah dan keseimbangan cairan dalam tubuh. Ginjal mengontrol tekanan darah melalui pengaturan volume cairan ekstraseluler dan sekresi renin. Sistem *Renin-*

Angiotensin merupakan sistem endokrin yang penting dalam pengontrolan tekanan darah. *Renin* disekresi oleh *juxtaglomerulus aparantus* ginjal sebagai respon *glomerulus underperfusion* atau penurunan asupan garam, ataupun respon dari sistem saraf simpatetik (10).

Hasil penelitian Hapsari et al (11) menyatakan ada hubungan antara asupan cairan, berat badan dengan tekanan darah bahwa setiap kenaikan asupan cairan dan perubahan berat badan menurunkan tekanan darah sistol sebesar 0,408 mmHg. Berdasarkan penelitian Khamnei et al (12) bahwa konsumsi air sesuai kebutuhan dengan perhitungan 5 ml/Kg berat badan dapat menurunkan AVP setelah 15 menit mengonsumsi air. Sebaliknya dehidrasi dapat meningkatkan konsentrasi Na dalam serum dan *Arginin Vasopresin Plasma* (AVP) yang dapat meningkatkan tekanan darah.

Balai Panti Sosial Tresna Werdha (BPSTW) unit Budi Luhur Yogyakarta adalah panti sosial yang mempunyai tugas memberikan bimbingan dan pelayanan bagi lanjut usia yang ditinggalkan oleh keluarganya agar dapat hidup secara baik dan terawat dalam kehidupan masyarakat baik yang berada di dalam panti maupun yang berada di luar panti. BPSTW unit Budi Luhur ini terletak di Kasongan, Bangunjiwo, Kasihan, Bantul, Yogyakarta.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan dengan wawancara dengan salah satu staf pegawai pada tanggal 10 Januari 2017 yang dilakukan di BPSTW Unit Budi Luhur Yogyakarta memiliki 9 wisma yang dihuni oleh 88 lansia yang terdiri dari 25 laki-laki dan 63 perempuan

dimana 1 wisma diisi oleh 10-12 lansia. Berdasarkan uraian latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut seberapa besar konsumsi cairan mempengaruhi kejadian hipertensi pada lansia di PSTW Budi Luhur Kasongan Bantul, Yogyakarta.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, dirumuskan suatu masalah ilmiah sebagai berikut : Apakah ada hubungan asupan cairan dengan kejadian hipertensi pada lansia di PSTW Budi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara asupan cairan dengan kejadian hipertensi pada lansia di PSTW Budi Luhur.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik lansia (umur dan jenis kelamin).
- b. Mengetahui gambaran asupan cairan lansia di PSTW Budi Luhur.
- c. Mengetahui gambaran kejadian hipertensi di PSTW Budi Luhur.
- d. Mengetahui hubungan asupan cairan dengan kejadian hipertensi di PSTW Budi Luhur.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan tambahan ilmu dan menambah wawasan kepada penulis mengenai hubungan asupan cairan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Panti Sosial Tresna Wredha.

2. Bagi Universitas Alma Ata

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan tambahan referensi bagi di Universitas Alma Ata mengenai hubungan asupan cairan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Panti Sosial Tresna Wredha.

3. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi dan menambah wawasan pengetahuan sampel mengenai Hubungan asupan cairan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Panti Sosial Trhesna Wredha dengan cara memberikan edukasi di waktu pengambilan data.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi peneliti lain sehingga penelitian ini dapat dikembangkan lebih lanjut dengan menghubungkan variabel lain.

5. Bagi Panti Sosial Tresna Wredha

Penelitian ini dapat di jadikan bahan evaluasi dan acuan untuk melihat permasalahan yang ada pada lansia agar tercapai status kesehatan yang baik.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

Nama/Tahun	Judul	Metode penelitian	Hasil	Perbedaan
Hapsari STP dkk (11)	Asupan cairan dan status hidrasi mempengaruhi profil tekanan darah Pada atlet sepakbola remaja	Penelitian ini Menggunakan metode <i>observational</i> dengan desain kohort.	Ada hubungan antara asupan cairan dengan tekanan darah	Subjek penelitian, tempat penelitian, waktu penelitian, variabel terikat, metode penelitian
Vanessa Perez and Ellen T. Chang (13)	<i>Sodium-to-Potassium Ratio and Blood Pressure, Hypertension, and Related Factors</i>	Penelitian ini menggunakan desain <i>Meta Analyses</i> .	Rasio konsumsi natrium dan kalium berpengaruh kuat terhadap hasil tekanan darah pada pasien hipertensi	Subjek penelitian, tempat penelitian, waktu penelitian, metode. Variabel bebas
Widyaningrum S (14)	Hubungan Antara Konsumsi Makanan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia	Penelitian ini menggunakan metode analitik <i>observasional</i> dengan desain <i>cross sectional</i>	Ada hubungan signifikan antara konsumsi makanan dengan kejadian hipertensi pada lansia	Tempat penelitian, waktu penelitian, Variabel bebas

