

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Usia produktif adalah kelompok usia antara 35 – 55 tahun Depkes, RI (2001). Orang-orang yang masih dapat bekerja dengan baik untuk menghasilkan suatu produk atau jasa. Gaya hidup merupakan salah satu faktor resiko timbulnya hipertensi. Gaya hidup yang tidak sehat, faktor lingkungan, stres, pola makan, dan kurangnya aktifitas fisik dapat mendukung terjadinya hipertensi (Waloya, 2013). Menurut WHO dalam Tjekyan (2014) diperkirakan penderita hipertensi di dunia berjumlah 600 juta orang, dengan 3 juta kematian setiap tahun. Di Indonesia, jumlah penderita hipertensi diperkirakan 15 juta orang. Hasil Riskesdas Balitbangkes (2007), menunjukkan bahwa kejadian hipertensi di Indonesia adalah 31,5% dan terus mengalami peningkatan setiap tahunnya. Provinsi Sumatera Selatan khususnya kota Palembang, kejadian hipertensi lebih tinggi dibandingkan dengan wilayah-wilayah lain. Berdasarkan data dari Dinkes Provinsi Sumatera Selatan, jumlah penderita hipertensi pada tahun 2007 sebesar 32.902 orang, pada tahun 2008 berjumlah 32.270 orang. Pada tahun 2011 berjumlah 14,9% (Tjekyan, 2014).

Tekanan darah tinggi (Hipertensi) merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi masalah kesehatan penting karena prevalensi yang tinggi dan terus meningkat. Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara tidak normal dan terjadi

terus menerus pada beberapa kali pemeriksaan tekanan darah yang disebabkan satu atau beberapa faktor resiko yang tidak berjalan sebagaimana mestinya dalam mempertahankan tekanan darah secara normal. Hipertensi dapat dikatakan sebagai tekanan darah tinggi dimana tekanan sistolik diatas 140 mmHg dan tekanan diastolik diatas 90 mmHg. Hipertensi artikan sebagai tekanan sistolik 160 mmHg tekanan diastolik 90 mmHg (Wijaya, 2013).

Menurut Klabunde (2015) istilah hipertensi digunakan untuk peningkatan tekanan darah sistolik atau diastolik di atas nilai normal, tekanan arteri disebut normal jika tekanan sistolik <120 mmHg (tapi >90 mmHg) dan tekanan diastolik <80 mmHg (tapi >60 mmHg). Tekanan diastolik antara 80-89 mmHg dan tekanan sistolik antara 120 sampai 139 mmHg dianggap sebagai prehipertensi, disebut prehipertensi jika tekanan diastolik >90 > 140 mmHg, diastolik maupun sistolik telah terbukti sebagai faktor resiko untuk gangguan kardiovaskuler seperti stroke dan infark miokard.

Aktivitas fisik merupakan suatu gerakan fisik yang dilakukan oleh otot tubuh. Dengan aktivitas fisik yang cukup dapat membantu menurunkan tekanan darah, aktivitas yang cukup dapat membantu menguatkan jantung karena dapat memompa darah dengan hanya sedikit usaha, semakin ringan kerja jantung semakin sedikit tekanan pada pembuluh darah arteri sehingga tekanan darah akan menurun (Marliani & Tantan, 2007). Tidak adanya aktivitas fisik (kurang aktivitas fisik) merupakan faktor resiko penyakit kronis dan dapat menyebabkan kematian (WHO, 2010).

Hal ini juga didukung penelitian Atun (2014) tentang asupan sumber natrium, rasio kalium natrium, aktivitas fisik, dan tekanan darah pasien Hipertensi, menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan tekanan darah, hasil uji regresi menunjukkan aktivitas fisik kurang, paling beresiko terhadap tekanan darah.

Hasil penelitian Julianti, Pangastuti, & Ulvie (2015) tentang hubungan antara obesitas dan aktivitas fisik dengan tekanan darah pasien hipertensi menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan aktivitas fisik dengan tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Kotagede 1 Kota Yogyakarta. Sebagian besar pasien yang mempunyai aktivitas fisik sedang mengalami penurunan tekanan darah, sedangkan pasien yang mempunyai aktivitas fisik berat sebagian besar mengalami peningkatan tekanan darah.

Kelebihan berat badan sudah menjadi hal biasa baik di negara maju maupun di negara berkembang. Kelebihan berat badan merupakan masalah yang sangat kompleks, karena kelebihan berat badan dapat memacu berbagai kelainan kardiovaskuler salah satunya adalah hipertensi (WHO, 2007).

Menurut Marmi (2014) peningkatan berat badan memainkan peran penting timbulnya hipertensi, cara untuk mengukur apakah seseorang mempunyai berat badan berlebih atau tidak dengan cara pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT), IMT merupakan alat yang sederhana untuk memantau status gizi yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan. Menurut Arisman, (2009) penggolongan status gizi berdasarkan IMT ini

dibagi menjadi kurus tingkat berat, kurus tingkat ringan, normal, gemuk tingkat ringan dan gemuk tingkat berat.

Hal ini dilakukan oleh penelitian Tjekyan (2013) tentang angka kejadian dan faktor resiko hipertensi di kota Palembang tahun 2013, menunjukkan bahwa ada hubungan antara IMT dengan hipertensi, kelompok IMT *normalweight* dan *overweight* hipertensi lebih tinggi daripada kelompok IMT *underweight* yaitu 253 dari 266 kasus, walaupun demikian kelompok IMT *normalweight* juga memiliki kejadian hipertensi lebih tinggi dari pada kelompok IMT *underweight* dan *overweight* yaitu 613 dari 944 kasus. Penelitian Febriyanti (2016) tentang hubungan indeks massa tubuh dengan kejadian hipertensi pada perempuan postmenopause di Kecamatan Denpasar Barat, menunjukkan ada hubungan antara indeks massa tubuh dengan tekanan darah.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Ruang Yoseph I dan Yoseph II Rumah Sakit RK.Charitas Palembang. Peneliti mendapatkan data jumlah pasien hipertensi 1 tahun terakhir berjumlah 239 pasien, Yoseph I sebanyak 82 pasien dan Yoseph II sebanyak 41 pasien, sedangkan sisanya 81 pasien berada di paviliun lain. Data pasien hipertensi 3 bulan terakhir yaitu 58 pasien. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 1 Mei 2017 terdapat 5 orang pasien hipertensi yang ada di ruang rawat inap Yoseph I dan II di Rumah Sakit RK.Charitas Palembang, 4 diantaranya mengatakan jarang melakukan aktivitas fisik seperti olahraga. Hasil pengukuran berat badan dan tinggi badan yang peneliti lakukan, terdapat 3 pasien dengan

indeks massa tubuh obesitas dan 2 lainnya normal. Paviliun Yoseph I dan II merupakan paviliun penyakit dalam yang ada di Rumah Sakit RK.Charitas Palembang.

Berdasarkan latar belakang diatas, Peneliti tertarik untuk meneliti tentang “ Hubungan Aktivitas fisik dan Indeks Massa Tubuh dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit RK.Charitas Palembang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah ditemukan maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ Apakah ada hubungan aktivitas fisik dan indeks massa tubuh dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di ruang rawat inap Rumah Sakit RK.Charitas Palembang 2017 ? ”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui hubungan aktivitas fisik dan indeks massa tubuh dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di ruang rawat inap Rumah Sakit RK.Charitas Palembang

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi tingkat aktivitas fisik pada pasien hipertensi di Rumah Sakit RK.Charitas Palembang.
- b. Diketahui distribusi frekuensi nilai indeks massa tubuh pada pasien hipertensi di Rumah Sakit RK.Charitas Palembang.

- c. Diketahui distribusi frekuensi nilai tekanan darah pada pasien hipertensi di Rumah Sakit RK.Charitas Palembang
- d. Diketahui hubungan aktivitas fisik dan indeks massa tubuh dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di ruang rawat inap Rumah Sakit RK.Charitas Palembang

D. Manfaat penelitian

1. Bagi Rumah Sakit RK.Charitas Palembang

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dan informasi kepada Rumah Sakit RK.Charitas Palembang

2. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi bagi mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Musi Charitas Palembang sebagai sumber bacaan untuk keperawatan medikal bedah.

3. Bagi Pasien dan keluarga

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan pasien dan keluarga mengenai hipertensi.

4. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan baru dan ilmu pengetahuan serta dijadikan pengalaman pertama melaksanakan penelitian demi peneliti selanjutnya.

5. Bagi Peneliti lain

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai kajian untuk mengaplikasikan ilmu keperawatan medikal bedah serta menambah wawasan dan informasi untuk penelitian lebih lanjut mengenai hubungan aktivitas fisik dan indeks massa tubuh dengan tekanan darah pada pasien hipertensi sebagai salah satu bahan informasi untuk diaplikasikan di masyarakat.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti mengamati tentang aktivitas fisik dan indeks massa tubuh dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di ruang rawat inap Rumah Sakit RK.Charitas Palembang tahun 2017. Responden penelitian ini adalah pasien rawat inap Rumah Sakit RK.Charitas Palembang. Jenis penelitian kuantitatif metode penelitian yang digunakan *survey analitik* dengan pendekatan *cross sectional*, dan alat pengumpulan data berupa kuesioner dan pengukuran berat badan dan tinggi badan secara langsung. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi, di ruang rawat sampel pada penelitian ini berjumlah 30 responden di Rumah Sakit RK.Charitas Palembang Paviliun Yoseph I & II yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*.

F. Penelitian Terkait

Tabel 1.1 Penelitian Terkait Hubungan Aktifitas Fisik dan Indeks Massa Tubuh dengan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Ruang Rawat Inap Rumah sakit Charitas Palembang

No	Peneliti Tahun/judul	Hasil Penelitian	Variabel Penelitian	Perbedaan	
				Sebelum	Saat ini
1	R.M Suryadi Tjekyan (2014) Angka kejadian dan faktor resiko hipertensi di kota Palembang tahun 2013 (MKS,Th. 46, No 1, Januari 2014)	Terdapat hubungan antara Indeks Massa Tubuh dengan kejadian hipertensi. Dari 944 sampel penelitian diketahui bahwa kolompok IMT <i>underweight</i> 137, <i>normalweight</i> 613, <i>overweight</i> 194 responden.	Variabel Independen Angka kejadian dan faktor resiko hipertensi Variabel Dependen Kejadian hipertensi	- Variabel Independen Angka kejadian dan faktor resiko hipertensi - Teknik pengambilan sampel <i>multistage random sampling</i> - Responden seluruh penduduk Palembang pada 16 Kecamatan	- Variabel Independen Aktivitas Fisik dan Indeks Massa Tubuh - Teknik pengambilan sampel <i>total sampling</i> - Responden pasien dengan diagnosa medis hipertensi Di Rumah Sakit RK.Charitas Palembang
2	Listiyaningsih Atun, Tri Siswati, Weni Kurdanti (2015) Asupan sumber natrium, rasio kalium natrium, aktivitas fisik dan tekanan darah pasien hipertensi (MGMI Vol.6.No 1, Desember 2014:63-71)	Terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan tekanan darah. Dari 25 subyek hipertensi mempunyai aktivitas fisik ringan sebanyak 24 responden dan 4 dengan aktivitas fisik sedang.	Variabel Independen Asupan sumber natrium, rasio kalium natrium, aktivitas fisik Variabel Dependen Hipertensi	- Variabel Independen Asupan sumber natrium, rasio kalium natrium, aktivitas fisik - Teknik pengambilan sampel <i>accidental sampling</i> - Responden pasien hipertensi rawat jalan	- Variabel Independen Aktivitas Fisik dan Indeks Massa Tubuh - Teknik pengambilan sampel <i>total sampling</i> - Responden pasien dengan diagnosa medis hipertensi Di Rumah Sakit RK.Charitas Palembang

No	Peneliti tahun/judul	Hasil Penelitian	Variabel Penelitian	Perbedaan	
				Sebelumnya	Saat ini
3	Azizah Julianti, Retno Pangastuti, Yuliana Noor Setiawati Ulvie (2015) Hubungan antara obesitas dan aktivitas fisik dengan tekanan darah pasien Hipertensi (Vol 5. No 1. Edisi Juli 2015, ISSN :2008-6802)	Tidak terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan tekanan darah pada pasien hipertensi.	Variabel Independen Obesitas Aktivitas Fisik Variabel Dependen Tekanan Darah	- Variabel Independen Obesitas dan Aktivitas Fisik - Teknik pengambilan sampel <i>purposive sampling</i> - Tempat meneliti Puskesmas Kotagede Yogyakarta	- Variabel Independen Aktivitas fisik dan Indeks Massa Tubuh - Teknik pengambilan sampel <i>total sampling</i> - Tempat Peneliti RS.RK Charitas Palembang
4	Febriyanti (2016) Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Kejadian Hipertensi pada Perempuan Postmenopause di Kecamatan Denpasar Barat (E-Jurnal Medika, Vol. 5 No 12, Desember 2016, ISSN : 2303-1395)	Terdapat hubungan Indeks Massa Tubuh dengan kejadian hipertensi pada perempuan <i>Postmenopause</i> . Dari 47 sampel penelitian kelompok IMT <i>underweight</i> 5, <i>normalweight</i> 14, <i>overweight</i> 11, <i>obese</i> 17.	Variabel Independen Indeks Massa Tubuh Variabel Dependen Hipertensi	- Variabel Independen Indeks Massa Tubuh - Teknik pengambilan sampel <i>Multistage sampling</i> - Responden perempuan <i>Postmenopause</i> Kec. Denpasar bali	- Variabel Independen Aktivitas fisik dan Indeks Massa Tubuh - Teknik pengambilan <i>total sampling</i> - Responden pasien dengan diagnosa medis hipertensi - Tempat meneliti RS.RK Charitas Palembang

