

Penyakit tidak menular merupakan penyebab utama kematian secara global dan menjadi salah satu tantangan kesehatan utama abad ke-21. Penyakit tidak menular termasuk masalah kesehatan dengan angka kejadian morbiditas dan mortalitas yang semakin meningkat. Kematian akibat penyakit tidak menular diperkirakan akan terus meningkat di seluruh dunia dan menjadi etiologi kematian paling umum pada tahun 2030. Status global Noncommunicable Diseases (NCD) melaporkan bahwa pada tahun 2016 sebesar 71% dari 57 juta kematian di dunia disebabkan oleh penyakit tidak menular. World Health Organization (WHO) menyatakan empat penyakit utama yang bertanggung jawab atas kematian penyakit tidak menular yaitu penyakit kardiovaskular, kanker, penyakit pernapasan kronis, dan diabetes. Faktor risiko utama penyakit kardiovaskular adalah peningkatan tekanan darah tinggi atau hipertensi (WHO, 2021).

Peningkatan tekanan darah yang tidak terkontrol dan berlangsung dalam jangka waktu lama dapat menyebabkan komplikasi berupa kerusakan pada ginjal (gagal ginjal), jantung (jantung koroner), dan otak (stroke) apabila tidak dideteksi secara dini dan mendapat pengobatan yang memadai (Kemenkes RI, 2018). Komplikasi hipertensi telah menyumbang 9,4 jutakematian di seluruh dunia setiap tahun.

Penyakit ini menjadi salah satu masalah utama dalam kesehatan masyarakat di Indonesia maupun dunia. Diperkirakan sekitar 80% kenaikan kasus hipertensi terutama terjadi di negara berkembang pada tahun 2025 dari jumlah total 639 juta kasus di tahun 2000. Jumlah ini diperkirakan meningkat menjadi 1.15 miliar kasus di tahun 2025. Prediksi ini didasarkan pada angka penderita hipertensi dan penambahan penduduk saat ini (Ardiansyah, 2019). Penderita hipertensi diperkirakan mencapai 1 milyar di dunia, dan dua pertiga diantaranya berada di negara berkembang. Angka tersebut kian hari kian mengawatirkan yaitu sebanyak 972 juta (26%) orang dewasa di dunia menderita hipertensi. Angka ini terus meningkat tajam, dan diprediksi pada tahun 2025 sekitar 29% orang dewasa di seluruh dunia menderita hipertensi (WHO, 2021).

Prevalensi penderita hipertensi di Provinsi Sumatera Utara sebesar 29,5%, proporsi tertinggi berada pada Kabupaten Nias Barat (80,17%) dan terendah di Kota Tanjung Balai (0,78%) (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara, 2020). Kondisi yang sama terjadi di daerah kerja Puskesmas Merdeka Kabupaten Karo bahwa jumlah penderita hipertensi cenderung meningkat dari tahun ke tahun. Hal ini terlihat dari data Dinas Kesehatan tentang jumlah kunjungan penderita sepuluh penyakit utama di Kabupaten Karo. Penderita

hipertensi pada tahun 2022 sebanyak 1579 orang (Dinas Kesehatan Kabupaten Karo, 2022).

Dikatakan prehipertensi adalah yang memiliki tekanan darah sistolik 120- 139 mmHG dan diastolik 80-90 mmHg. Sedangkan orang yang mengalami hipertensi juga dapat dibedakan berdasarkan derajat ketinggiannya. Hipertensi derajat 1 adalah mereka yang memiliki tekanan darah sistolik 140-159mmHg dan tekanan darah diastolik 90-99 mmHg, Hipertensi derajat 2 adalah orang-orang yang memiliki tekanan darah lebih dari 160/90 mmHg. Hipertensi dikenal secara luas sebagai penyakit kardiovaskuler. Jumlah mereka yang menderita hipertensi terus bertambah dari tahun ke tahun dan telah menyebabkan beban penyakit secara global, dan prevalensinya hampir sama besar di negara berkembang maupun di negara maju (Susilo, 2020).

Indonesia adalah termasuk Negara yang memasuki era penduduk berstruktur lanjut usia atau Aging Structured Population karena jumlah penduduk yang berusia 60 tahun ke atas sekitar 7,18%. Pada tahun 2018 jumlah lansia sebesar 20 juta jiwa (9,51%) dengan usia lansia harapan hidup 67,4 tahun dan pada tahun 2020 diperkirakan sebesar 28,8 juta (11,34%) dengan usia harapan hidup 71 tahu, sedangkan pada tahun 2024 jumlah lansia di indonesia meningkat menjadi 29 juta orang lansia. (Depkes, 2024).

Peningkatan jumlah populasi lansia akan berdampak terhadap berbagai masalah kesehatan, dimana akan terjadi kemunduran sel-sel karena proses penuaan yang dapat berakibat pada penurunan fungsi dan kelemahan organ, kemunduran fisik, timbulnya berbagai macam penyakit terutama penyakit degeneratif. Hal ini akan menimbulkan masalah kesehatan, fisik dan psikologis lansia (Depkes, 2024). Salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi pada usia lanjut adalah hipertensi atau tekanan darah tinggi. Bahkan pada tahun 2018 Hipertensi merupakan penyakit utama dari 10 penyakit terbanyak pada lansia (Kemenkes, 2019).

Menurut Ningsih (2020 dalam Jufri, dkk) salah satu penyebab kejadian hipertensi adalah gaya hidup yang kurang sehat. Gaya hidup dapat diklasifikasikan menjadi beberapa komponen yang berkaitan dengan kejadian hipertensi yaitu terdiri dari aktifitas fisik, pola makan, kebiasaan istirahat, riwayat merokok, paparan pestisida dan riwayat keluarga (Muhammadun, 2020). Gaya hidup merupakan faktor penting yang mempengaruhi kehidupan masyarakat. Gaya hidup yang tidak sehat dapat menjadi penyebab terjadinya hipertensi misalnya aktivitas fisik dan stres (Puspitorini dalam Sount dkk. 2022).

Gaya hidup merupakan yang sangat mempengaruhi kehidupan lansia. Gaya hidup yang tidak sehat, dapat menyebabkan terjadinya penyakit

hipertensi, misalnya; makanan, aktifitas fisik, stress, dan merokok (Puspitorini, 2022). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Poniyah Simanullang (2018) di peroleh bahwa gaya hidup lansia berdasarkan aktifitas fisik mayoritas tidak baik (49%) . Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Rachmawati (2021), tentang "Hubungan Antara Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada lansia Di Desa Pondok Kecamatan Nguter Kabupaten Sukoharjo", aktifitas fisik mayoritas tidak baik (63,6%).

Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti bahwa di dapatkan prevalensi penyakit hipertensi yang ada di puskesmas merdeka sebanyak 1579 orang dengan hasil 738 orang yang terkena berjenis kelamin laki-laki dan yang untuk perempuannya berjumlah 841. Penyebab tingginya angka kejadian penyakit hipertensi di daerah tersebut dikarenakan masyarakat yang juga dengan gaya hidup yang tidak cukup seperti pola gaya hidup yang kurang sehat, mulai dari pola makan yang suka konsumsi santan dan garam dapur berlebih, lansia di daerah kerja puskesmas Merdeka juga banyak yang merokok dan konsumsi kopi setiap hari, aktivitas olahraga yang jarang dilakukan oleh para lansia, beberapa lansia mengatakan kalau malam sering

Berdasarkan uraian latar belakang diatas peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Puskesmas Merdeka Tahun 2025”.