

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan masalah kesehatan yang berbahaya dan dapat mengancam nyawa. Hipertensi tidak hanya terjadi pada orang dewasa dan lansia namun juga dapat terjadi pada anak-anak dan remaja yang masih kurang diketahui oleh masyarakat. Hipertensi pada anak dan remaja terjadi apabila nilai tekanan darah sistolik dan diastolik rata-rata lebih dari atau sama dengan persentil 95.¹ Angka kejadian hipertensi pada remaja mengalami peningkatan. Tren peningkatan hipertensi pada remaja yang diamati selama dua dekade terakhir memiliki tingkat peningkatan relatif 75% hingga 79%. Prevalensi hipertensi anak dan remaja secara global bervariasi mulai dari 4,32% hingga 7,89% pada anak usia 6 sampai 19 tahun.² Prevalensi hipertensi pada remaja di Indonesia belum diketahui secara pasti. Pada penelitian Kurnianto di Palembang terhadap remaja usia 13 tahun sampai 17 tahun, sebanyak 8% anak mengalami hipertensi dan 12,2% mengalami peningkatan tekanan darah.³

Anak-anak dan remaja yang mengalami hipertensi akan melanjutkan hipertensinya hingga mereka dewasa. Penelitian Miersche *et al.* (2013) di Jerman menunjukkan bahwa sebanyak 51,1% anak-anak berusia 5 – 8 tahun dan 62,1% anak berusia 8–10 tahun yang memiliki peningkatan tekanan darah akan tetap mempertahankan peningkatan tekanan darahnya setelah enam tahun.⁴

Remaja yang mengalami hipertensi akan sangat berisiko mengalami penyakit dini serius seperti penyakit jantung, stroke, diabetes melitus, kerusakan pembuluh darah, dan lain sebagainya. Sebuah penelitian di Amerika menunjukkan bahwa sebanyak 65% anak dan remaja yang mengalami stroke iskemik memiliki tekanan darah tinggi.⁵ Hal tersebut tentu menjadi perhatian bagi kita, apabila tidak diatasi, hipertensi pada anak dan remaja menjadi penyebab tingginya morbiditas dan mortalitas dini serta menurunkan kualitas hidup.

Hipertensi termasuk ke dalam penyakit degeneratif dan kronik yang terjadi apabila organ atau jaringan terkait mengalami penurunan fungsi dalam jangka waktu yang cukup lama. Sehingga umumnya hipertensi terjadi pada orang dewasa dan memuncak sebanyak 55,2% pada usia 50 tahun keatas.⁶ Sementara itu, hipertensi juga terjadi pada anak dan remaja. Hal ini menjadi sebuah pertanyaan mengapa hipertensi dapat terjadi pada anak dan remaja dalam kurun waktu yang lebih singkat.

Salah satu faktor risiko penyebab hipertensi yang banyak diketahui masyarakat adalah kebiasaan konsumsi garam dalam jumlah yang tinggi khususnya pada hipertensi dewasa. Garam yang paling banyak dikonsumsi adalah garam dapur. Garam tersebut merupakan senyawa ionik yang terdiri atas 40% natrium dan 60% klorida. Di antara senyawa tersebut, natrium merupakan unsur yang paling berkontribusi terhadap perubahan tekanan darah.^{7,8} Asupan natrium yang tinggi merupakan faktor risiko tekanan darah tinggi pada orang dewasa.⁹ Namun, bukti yang tersedia dan hasil temuan terbaru mengenai hubungan antara natrium dengan kejadian hipertensi pada anak dan remaja masih kurang.

Beberapa penelitian telah menemukan hubungan positif antara asupan natrium dan tekanan darah pada anak-anak, sementara yang lain tidak. Penelitian yang dilakukan oleh Hendriyani dkk (2016) menunjukkan bahwa sebanyak 44% dari 151 anak dan remaja usia 11-17 tahun menyukai makanan dengan konsentrasi garam yang lebih tinggi dari anjuran WHO (*World Health Organisation*) (0,5g per porsi) serta terdapat 29,8% menyukai makanan dengan konsentrasi garam tiga kali lipat lebih tinggi dari standar (0,75 g per porsi). Hasil analisis hubungan asupan natrium dengan tekanan darah sistolik dan diastolik tidak menunjukkan hubungan yang signifikan.¹⁰ Sementara itu, penelitian pada anak SMA di Semarang menunjukkan asupan natrium berlebih berhubungan dengan kejadian hipertensi. Siswa dengan asupan natrium tinggi memiliki risiko 14 kali lebih besar untuk menderita hipertensi.¹¹

Dari permasalahan di atas yaitu tren hipertensi pada anak dan remaja yang semakin meningkat serta dampak hipertensi pada anak dan remaja yang serius, peneliti tertarik untuk mengetahui penyebab hipertensi pada anak dan remaja. Salah satu faktor risiko terbanyak penyebab hipertensi adalah konsumsi natrium atau garam berlebih. Namun, dari beberapa hasil penelitian sebelumnya hubungan konsumsi natrium dengan kejadian hipertensi pada anak dan remaja masih terdapat kontroversi serta studi *literature review* yang ditemukan masih sedikit. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk melakukan *systematic literature review* dalam meneliti hubungan konsumsi natrium dengan kejadian hipertensi khususnya pada remaja.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan konsumsi natrium dengan kejadian hipertensi pada remaja?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mendeskripsikan hubungan konsumsi natrium dengan kejadian hipertensi pada remaja berdasarkan telaah jurnal penelitian.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran konsumsi natrium rata-rata pada remaja berdasarkan telaah jurnal penelitian.
2. Mengetahui gambaran kejadian hipertensi pada remaja berdasarkan telaah jurnal penelitian.
3. Mengetahui hubungan antara konsumsi natrium dengan kejadian hipertensi pada remaja berdasarkan telaah jurnal penelitian.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan menambah ilmu dan pengalaman dalam perencanaan dan pelaksanaan penelitian ilmiah khususnya *literature review* serta menambah pengetahuan mengenai hubungan konsumsi natrium dengan kejadian hipertensi pada remaja.

2. Bagi Ilmu Pengetahuan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi wadah untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan mengenai kejadian hipertensi pada remaja, serta hubungannya dengan konsumsi natrium.

3. Bagi Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan untuk dasar penelitian selanjutnya mengenai hipertensi pada remaja.

4. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat luas mengenai hipertensi pada remaja dan hubungan konsumsi natrium dengan hipertensi pada remaja, sehingga dapat menentukan sikap dan tatalaksana dalam menghadapi remaja dengan hipertensi.

