

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi menjadi masalah kesehatan yang semakin mengkhawatirkan baik di tingkat dunia sampai ke Indonesia. Data WHO (2018) memperkirakan kasus hipertensi terus mengalami peningkatan mulai dari 26,4% menjadi 29,2% di tahun 2025. Kasus hipertensi sebagian besar (dua pertiga) ditemukan tinggal di negara-negara berkembang, berpenghasilan rendah dan menengah. Indonesia sebagai salah satu negara berkembang memiliki kecenderungan peningkatan kasus hipertensi yang tinggi sebesar 28,5 % menjadi 34,1%. Begitu juga dengan Sumatera Barat yang merupakan salah satu Provinsi yang menjadi perhatian karena mengalami kecenderungan peningkatan kasus hipertensi yang signifikan yaitu 22,6 % menjadi 25,4% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019).

Hipertensi dapat terjadi dari usia remaja akhir yaitu mulai dari usia ≥ 18 tahun. Hasil penelitian Pardede & Setyanto (2017) menunjukkan prevalensi kejadian hipertensi remaja di Jakarta Pusat sebesar 9,6%. Temuan terbaru kasus hipertensi di Portugal sebesar 16,4% menjadi 40,5% (Tozo et al., 2020). Sedangkan di Indonesia, data Riskesdas tahun 2013, ditemukan data hipertensi pada usia remaja 5,3%, meningkat menjadi 13,2% di tahun 2018. Temuan studi terbaru di Indonesia juga terdapat

16,8% remaja mengalami prehipertensi dan 2,6 % remaja yang mengalami hipertensi (Sudikno et al., 2023).

Hipertensi yang terjadi pada remaja disebabkan oleh beberapa faktor risiko yang diantaranya adalah kadar kolesterol yang tinggi, obesitas sentral (Hu et al., 2022). Seseorang yang mempunyai keluarga dengan riwayat hipertensi, suka makan makanan asin dan makanan yang diolah dengan proses penggorengan juga termasuk dalam faktor penyebab hipertensi (Lu et al., 2023). Kesulitan dalam mengendalikan faktor risiko dan perilaku tidak sehat menunjukkan kurang baiknya kemampuan untuk manajemen diri (Gusty & Merdawati, 2020). Remaja perlu memahami betapa pentingnya untuk menjaga dan memonitor kesehatan secara konsisten (Gusty et al., 2022). Studi telah menunjukkan bahwa memiliki pengetahuan yang memadai akan mendorong mereka untuk mengelola berat badan dan meningkatkan aktivitas fisik dengan baik (Gusty, 2023).

Fenomena ini adalah masalah yang harus diperhatikan dengan serius karena hipertensi adalah kondisi medis yang secara signifikan dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit jantung, stroke, serta masalah kesehatan lainnya. Maka dari itu, langkah pencegahan sejak dini sangat penting untuk dilakukan. Salah satu langkah awal yang efektif untuk mengurangi jumlah kasus hipertensi yang terus meningkat adalah dengan memperhatikan kelompok remaja, khususnya yang memiliki riwayat hipertensi pada orang tua karena berisiko mengalami tekanan darah lebih tinggi. Hasil penelitian membuktikan bahwa 30-60% remaja akan berisiko

mengalami hipertensi bila salah satu atau kedua orang tua menderita hipertensi (Gusty, 2023). Orang yang menjalani gaya hidup tidak sehat memiliki risiko 1,6 kali lebih besar terkena hipertensi, sedangkan orang yang merokok memiliki risiko 2,2 kali lebih besar. Data Kemenkes menggambarkan 24,09% remaja sudah mulai merokok, 95,5% tidak mengonsumsi cukup sayur dan buah dan 35,5% kurang aktif secara fisik (Mardianti dkk., 2022). Berdasarkan data dari Siswanto (2020), rendahnya kesadaran remaja tentang pentingnya mengetahui tekanan darah dan bahaya hipertensi, serta melakukan pemeriksaan kesehatan dan memperhatikan status kesehatannya sangat mengkhawatirkan. Hal ini adalah masalah penting yang perlu diperhatikan oleh semua pihak sebagai upaya dalam mengurangi kejadian hipertensi baru.

Pemerintah terus mengajak semua masyarakat untuk menerapkan GERMAS (Gerakan Hidup Sehat di Masyarakat) guna mencegah hipertensi dan penyakit tidak menular. Saat ini belum ada upaya khusus yang dilakukan untuk mengidentifikasi dan memberikan perawatan kepada remaja. Hal ini mungkin menyebabkan peningkatan kasus hipertensi. Menjalani gaya hidup sehat pada masa remaja akan memberikan manfaat yang positif untuk kebiasaan hidup di masa dewasa. Pentingnya untuk mulai belajar praktik kesehatan yang baik sejak usia dini akan membantu pelaksanaan program promosi kesehatan yang menyeluruh untuk memberikan dampak positif pada kesehatan generasi muda (Mujito, 2023).

Studi pendahuluan yang dilakukan dalam bentuk wawancara dan pengukuran tekanan darah kepada 10 orang mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Andalas yang dipilih secara acak. Dari hasil wawancara dan pengukuran tekanan darah diketahui bahwa 10 orang mahasiswa tersebut tinggal di kost. Dan dari 10 mahasiswa tersebut diketahui bahwa 4 diantaranya memiliki tekanan darah tinggi dan suka makan makanan asin, dan 4 mahasiswa lainnya mengatakan memiliki keluarga dengan riwayat hipertensi dan 2 mahasiswa lainnya memiliki obesitas sentral.

Berdasarkan data dan fenomena diatas, penulis ingin melakukan penelitian terkait hubungan pengetahuan, sikap dengan perilaku kesehatan mahasiswa keperawatan Universitas Andalas terhadap Pencegahan hipertensi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang diatas maka masalah penelitian ini adalah bagaimana hubungan pengetahuan, sikap dengan perilaku kesehatan mahasiswa keperawatan Universitas Andalas terhadap Pencegahan hipertensi.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pengetahuan, sikap, dengan perilaku kesehatan mahasiswa keperawatan Universitas Andalas terhadap Pencegahan hipertensi.

2. Tujuan Khusus

- 1) Mengetahui distribusi frekuensi pengetahuan mahasiswa keperawatan Universitas Andalas terhadap Pencegahan hipertensi.
- 2) Mengetahui distribusi frekuensi sikap mahasiswa keperawatan Universitas Andalas terhadap Pencegahan hipertensi.
- 3) Mengetahui distribusi frekuensi perilaku kesehatan mahasiswa keperawatan Universitas Andalas terhadap Pencegahan hipertensi.
- 4) Mengetahui hubungan antara pengetahuan dengan perilaku kesehatan mahasiswa keperawatan Universitas Andalas terhadap Pencegahan hipertensi.
- 5) Mengetahui hubungan antara sikap dengan perilaku kesehatan mahasiswa keperawatan Universitas Andalas terhadap Pencegahan hipertensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Untuk Instansi Pendidikan

Penelitian ini dapat menjadi dasar bagi Universitas Andalas, khususnya Fakultas Keperawatan, dalam merancang program edukasi dan promosi kesehatan dengan metode intervensi yang lebih mendalam mengenai perilaku yang lebih efektif terkait hipertensi. Penelitian ini juga bisa menjadi faktor pendorong untuk berkolaborasi dengan departemen kesehatan dan lingkungan untuk meneliti penyebab kesenjangan yang terjadi antara pengetahuan, sikap dengan perilaku kesehatan.

2. Untuk Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi mahasiswa, khususnya di bidang kesehatan, yaitu meningkatkan kesadaran akan pentingnya perilaku pencegahan hipertensi sejak usia muda melalui pemahaman yang lebih baik mengenai faktor risiko dan perilaku hidup sehat. Selain itu, penelitian ini juga dapat menumbuhkan sikap positif dan proaktif dalam menjaga kesehatan melalui perubahan gaya hidup, serta membekali mahasiswa agar mampu menjadi agen edukator.

3. Untuk Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan mengenai kesenjangan tingkat kesadaran dan penerapan mengenai pencegahan hipertensi, serta membuka peluang untuk penelitian lebih lanjut yang tidak lagi berfokus pada faktor internal melainkan pada faktor eksternal lainnya seperti dukungan keluarga, pengaruh budaya, ketersediaan fasilitas olahraga dan pangan sehat di lingkungan tersebut.