

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Tekanan darah merupakan faktor yang sangat penting dalam sistem peredaran darah. Gangguan tekanan darah ada dua jenis, yaitu hipertensi atau tekanan darah tinggi dan hipotensi atau tekanan darah rendah. Karena hipertensi seringkali menjadi penyakit tidak menular paling umum di banyak negara, hipertensi telah menjadi subjek perhatian di seluruh dunia (Fitriani & Nilamsari, 2017). Menurut (Malinti & Malinti, 2020) tekanan darah normal adalah 120/80 mmHg, yang merupakan rasio tekanan sistolik dan diastolik.

Data *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa pada tahun 2025, angka kejadian hipertensi akan mencapai 29,2% dari populasi global. Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 berdasarkan diagnosis dokter dan hasil pengukuran yaitu 34,1 % (Riskesdas, 2018). Persentase pada tahun 2023 mengalami kenaikan berdasarkan diagnosis dokter yaitu 8,6% dan hasil pengukuran yaitu 30,8% (SKI, 2023). Prevalensi hipertensi di Jawa Barat tahun 2023 berdasarkan diagnosis dokter yaitu 10,7% dan hasil pengukuran yaitu 34,4% (SKI, 2023).

Kasus hipertensi pada usia  $>45$  tahun itu semakin meningkat seiring pertambahan usia. Jika dibedakan berdasarkan jenis kelamin, jumlah wanita dua kali lebih besar dibandingkan pria (SKI, 2023). Terdapat kemungkinan bahwa wanita *menopause* memiliki risiko lebih tinggi terkena tekanan darah tinggi dibandingkan wanita yang belum *menopause*. Hal ini disebabkan karena estrogen berperan penting dalam perkembangan tekanan darah tinggi pada wanita *menopause* (Roseyanti *et al.*, 2023).

Faktor psikososial pada usia *menopause* dapat mempengaruhi tingkat stres (Steptoe & Kivimäki, 2013). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Yulistina *et al.*, (2017) yaitu adanya hubungan antara kenaikan tekanan darah terhadap stres dengan kejadian hipertensi. Pada wanita, bahwa tinggi reaktivitas kardiovaskuler dan peradangan stres mental dikaitkan dengan risiko hipertensi.

Hormon estrogen dapat mencegah penumpukan di pembuluh darah dengan meningkatkan kadar kolesterol *High Density Lipoprotein* (HDL) dan menurunkan kadar *Low Density Lipoprotein* (LDL). Tetapi saat *menopause* hormon estrogen menurun yang meningkatkan kadar LDL dan menurunkan HDL, sehingga terjadi peningkatan kolesterol total (Ardiyansyah, 2023). Hasil penelitian yang dilakukan Ardiyansyah (2023) menyatakan bahwa wanita *menopause* menunjukkan hasil kadar kolesterol total ambang batas atas dan tinggi.

Aktivitas fisik sangat penting untuk mengurangi risiko sindrom metabolik, penyakit kardiovaskular, menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik, sensitivitas insulin dan kontrol glikemik, serta mencapai berat badan ideal. Menurut *American College of Sport Medicine and Heart Association* merekomendasikan berolahraga setidaknya 30-60 menit setiap minggu dengan intensitas sedang (Ramdhika *et al.*, 2023). Menurut Riskesdas (2018), bahwa tingkat aktivitas fisik masyarakat Indonesia masih sangat rendah.

Peneliti melakukan studi pendahuluan kepada 5 pasien di Puskesmas Bojongsoang terkait tekanan darah, usia pertama *menopause*, nilai kadar kolesterol, tingkat stres, dan aktivitas fisik melalui wawancara langsung tatap muka. Berdasarkan wawancara tersebut, sebanyak 60% responden mengalami tekanan darah tinggi  $\geq 140/90$  mmHg, semua responden mengalami *menopause* saat berusia  $>45$  tahun, 60% responden mengalami hipercolesterolemia  $>210$  mg/dL, 80% responden mengalami gelisah saat menjelang tidur, dan 80% responden sehari-hari hanya melakukan aktivitas fisik ringan. Oleh karena itu, peneliti ingin menganalisis terkait hasil studi pendahuluan tersebut kepada sampel dalam penelitian ini.

Pada tahun 2022, prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah di Kabupaten Bandung dengan presentasi tertinggi yaitu di Puskesmas Bojongsoang sebesar 13,5% (Dinas Kesehatan, 2022). Berdasarkan data tersebut peneliti akan melakukan analisis mengenai Hubungan Kadar Kolesterol, Tingkat Stres dan Aktivitas Fisik Dengan Hipertensi Pada Wanita *Menopause* di Puskesmas Bojongsoang.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah yang dikaji dalam penelitian ini adalah “Apakah Terdapat Hubungan Kadar Kolesterol, Tingkat Stres dan Aktivitas Fisik Dengan Hipertensi Pada Wanita *Menopause* di Puskesmas Bojongsoang?”

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis Hubungan Kadar Kolesterol, Tingkat Stres dan Aktivitas Fisik Dengan Hipertensi Pada Wanita *Menopause* di Puskesmas Bojongsoang

### 1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk:

1. Untuk mengidentifikasi gambaran kadar kolesterol, tingkat stres, aktivitas fisik, dan hipertensi pada wanita *menopause* di Puskesmas Bojongsoang
2. Untuk menganalisis hubungan kadar kolesterol dengan hipertensi pada wanita *menopause* di Puskesmas Bojongsoang
3. Untuk menganalisis hubungan tingkat stres dengan hipertensi pada wanita *menopause* di Puskesmas Bojongsoang
4. Untuk menganalisis hubungan aktivitas fisik dengan hipertensi pada wanita *menopause* di Puskesmas Bojongsoang

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Praktik

1. Masyarakat

Wanita *menopause* dapat mengetahui informasi mengenai hubungan kadar kolesterol, tingkat stres dan aktivitas fisik dengan hipertensi, sehingga dapat melakukan tindakan preventif terhadap usia pre *menopause*.

2. Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi penyusunan program preventif terkait pendidikan gizi pada wanita *menopause*.

### 1.4.2 Manfaat Teoritis

Dengan adanya penelitian ini dapat menjadi acuan untuk melakukan pengembangan penelitian selanjutnya.

### 1.5 Ruang Lingkup

Ruang lingkup pada penelitian ini mencakup lima bab yang membahas

1. Penelitian ini menganalisis hubungan kadar kolesterol, tingkat stres, dan aktivitas fisik dengan hipertensi pada wanita *menopause*.
2. Subjek pada penelitian ini yaitu wanita *menopause* dengan usia  $>45$  tahun, dapat berkomunikasi dengan baik, dan bersedia menjadi responden. Perhitungan jumlah sampel menggunakan rumus *Lemeshow* yaitu sebanyak 43 sampel.
3. Materi yang dibahas dalam penelitian ini mencakup kadar kolesterol, tingkat stres, aktivitas fisik, wanita *menopause*, dan hipertensi. Pengambilan data melalui pengisian kuesioner, pengukuran tekanan darah, dan pengecekan kadar kolesterol.
4. Variabel independen pada penelitian ini meliputi kadar kolesterol, tingkat stres, aktivitas fisik, dan variabel dependen yaitu hipertensi.
5. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Bojongsoang pada tanggal 10 – 13 Februari 2025.
6. Teknik penelitian yang digunakan adalah desain analitik korelasi dengan menggunakan pendekatan *cross-sectional*, yang dilakukan dalam satu waktu.
7. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Analisis data yang digunakan untuk menguji hubungan variabel independen dan variabel dependen yaitu uji *fisher exact test*.