

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan kondisi medis ketika tekanan darah arteri melebihi batas normal yaitu tekanan sistolik ≥ 140 mmHg atau tekanan diastolik ≥ 90 mmHg (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Indonesia termasuk dalam jajaran negara dengan beban kasus hipertensi yang tinggi. Berdasarkan Kementerian Kesehatan RI Tahun 2018, proporsi hipertensi pada penduduk berusia di atas 18 tahun tercatat sebesar 34,11%. Provinsi Jawa Barat menempati dengan prevalensi hipertensi tertinggi yaitu 39,6%, dan Kabupaten Ciamis mencatat angka tertinggi di provinsi tersebut, yaitu 49,62% (Kemenkes RI, 2018a).

Meskipun hipertensi lebih banyak ditemukan pada kelompok lanjut usia, kondisi ini juga dapat dialami oleh dewasa, termasuk ibu rumah tangga. Penelitian Boitchia et al (2021) mengidentifikasi sejumlah faktor risiko hipertensi pada perempuan seperti usia, tingkat pendidikan, status perkawinan, indeks massa tubuh (IMT), riwayat keluarga, konsumsi garam, paparan asap rokok (perokok pasif), stres, serta diabetes.

Ibu memiliki peran sentral dalam mengatur pola makan keluarga. Pola makan yang sehat perlu diterapkan kepada seluruh anggota keluarga, yang dimulai dari kesadaran dan perilaku gizi ibu. Hipertensi pada ibu dapat berdampak pada peningkatan risiko yang sama bagi anggota keluarga lainnya, terutama apabila pola makan yang diberikan kurang seimbang. Konsumsi natrium dan lemak secara berlebihan menjadi salah satu pemicu hipertensi. Asupan natrium dan lemak tinggi dapat menyebabkan penyempitan diameter pembuluh arteri, sehingga jantung harus bekerja lebih keras untuk memompa darah melalui pembuluh yang menyempit. Kondisi ini menyebabkan peningkatan tekanan darah yang berujung pada hipertensi (Wati et al., 2023).

Peran ibu rumah tangga dalam keluarga seringkali menyebabkan tekanan psikologis akibat rutinitas domestik yang padat. Stres kronis yang timbul ditambah

Kurangnya waktu berolahraga, memicu terjadinya obesitas. Menurut Benmohammed *et al.*, 2011 (dalam Kurnianingsih *et al*, 2019), Obesitas ini turut berkontribusi terhadap peningkatan tekanan darah di kalangan ibu rumah tangga. Penelitian Lisnawaty *et al.*, (2022) juga menunjukkan keterkaitan secara statistik antara pola makan, tingkat aktivitas fisik, dan tingkat stress dengan kejadian hipertensi pada ibu rumah tangga usia >18 tahun.

Komplikasi dari hipertensi dapat memunculkan berbagai penyakit lain seperti gagal ginjal, jantung, kerusakan mata, dan stroke yang bisa menyebabkan kelumpuhan. Oleh karena itu, langkah pencegahan disarankan untuk mencegah hipertensi seperti berolahraga dan aktivitas fisik, menghindari konsumsi rokok dan alkohol, mengurangi asupan garam dan tinggi kolesterol, dan mengelola stres dengan baik (Rahma *et al.*, 2021).

Belum banyak penelitian yang secara spesifik mengkaji populasi ibu rumah tangga di wilayah pedesaan seperti di beberapa desa di Kecamatan Panumbangan, Kabupaten Ciamis yang memiliki angka hipertensi cukup tinggi. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih lanjut mengenai “*Analisis Faktor Risiko Terjadinya Hipertensi pada Ibu Rumah Tangga di Kecamatan Panumbangan Kabupaten Ciamis*” guna mendukung upaya promotif dan preventif dalam mengurangi kejadian hipertensi pada kelompok ini.

1.2 Rumusan Masalah

Faktor risiko apa saja yang berkontribusi menjadi penyebab terjadinya hipertensi pada ibu rumah tangga di Kecamatan Panumbangan, Kabupaten Ciamis?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis faktor risiko yang berkontribusi menjadi penyebab terjadinya hipertensi pada ibu rumah tangga di Kecamatan Panumbangan, Kabupaten Ciamis.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi variabel karakteristik responden, asupan zat gizi, gaya hidup, status gizi, dan kejadian hipertensi pada ibu rumah tangga.

- b. Mengetahui hubungan antara karakteristik responden, asupan zat gizi, gaya hidup, dan status gizi terhadap kejadian hipertensi pada ibu rumah tangga.
- c. Menganalisis faktor apa yang paling berisiko menjadi penyebab terjadinya hipertensi pada ibu rumah tangga.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Praktis

- a. Bagi Responden

Responden diharapkan dapat memahami faktor-faktor penyebab terjadinya hipertensi pada ibu rumah tangga, sehingga pencegahan penyakit hipertensi dapat dilakukan secara lebih efektif.

- b. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan peneliti mengenai faktor-faktor yang menyebabkan hipertensi pada ibu rumah tangga, serta memberikan pemahaman terkait upaya pencegahan dengan mengubah pola hidup menjadi lebih sehat.

- c. Bagi Instansi Puskesmas dan Dinas Kesehatan Kabupaten Ciamis

Temuan dari studi ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan dalam penanggulangan dan penanganan medis terhadap penderita penyakit hipertensi pada ibu rumah tangga, yang pada akhirnya dapat menurunkan tingkat mortalitas dan morbiditas akibat hipertensi di Kecamatan Panumbangan, Kabupaten Ciamis..

1.4.2 Manfaat Teoritis

Temuan pada penelitian ini diharapkan dapat memperdalam dan memperluas emahaman dalam bidang ilmu kesehatan, khususnya mengenai hipertensi pada ibu rumah tangga. Temuan ini juga diharapkan dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya dalam bidang gizi dan kesehatan. Selain itu, hasil studi ini dapat digunakan sebagai sumber informasi bagi masyarakat untuk menekan prevalensi hipertensi, khususnya di wilayah Kecamatan Panumbangan, Kabupaten Ciamis.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Studi ini dilaksanakan di Kecamatan Panumbangan, Kabupaten Ciamis dengan populasi penelitian tersebar di semua desa wilayah tersebut. Ruang lingkup penelitian ini mencakup ibu rumah tangga usia 19-59 tahun dengan jumlah minimal sampel yaitu 81 orang. Faktor risiko yang dianalisis meliputi kejadian hipertensi, karakteristik responden, status gizi, asupan makan, aktivitas fisik, dan tingkat stress. Pengambilan data dilakukan pada periode 10 hingga 15 Februari 2025, dengan menggunakan pendekatan kuantitatif *cross-sectional*.