

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut data *World Health Organization* (WHO), diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi. Sekitar dua pertiga penderitanya tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (Shimizu, 2023). Hipertensi merupakan salah satu kondisi yang paling umum ditemui. Menurut definisi hipertensi dari *American Heart Association* (AHA)/*American College of Cardiology* (ACC), hipertensi memengaruhi 47% orang dewasa di Amerika Serikat, yang mewakili sekitar 116 juta orang. Orang yang paling sering terkena adalah orang dewasa berkulit hitam, dengan sekitar 56% (Kellerman et al., 2023).

Hipertensi menjadi penyebab kematian terbesar ke-3 untuk kategori penyakit tidak menular. Indonesia berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023 yang sebelumnya dikenal sebagai Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan bahwa prevalensi penyakit hipertensi pada penduduk berusia di atas 18 tahun menurun pada tahun 2023. Sebelumnya, hasil Riskesdas Tahun 2018, prevalensi di Indonesia mencapai 34,1%. Meskipun mengalami penurunan, namun angka ini masih tergolong tinggi yaitu 30,8%. Hipertensi memiliki prevalensi yang semakin meningkat seiring dengan bertambahnya usia, data SKI 2023 memperlihatkan prevalensi hipertensi pada usia 35-44 tahun 5,2%, 45-54 tahun 11,8%, dan 55-64 tahun 18,7% (Kemenkes, 2023).

Jawa Barat merupakan provinsi terpadat per-semester tahun 2024. Data SKI 2023 juga didapati prevalensi kasus hipertensi berdasarkan diagnosis dokter pada provinsi Jawa Barat sebesar 10,7%, tertinggi peringkat 5 dari seluruh provinsi di Indonesia, dengan jumlah responden tertimbang terbanyak yaitu 108.082 jiwa (Kemenkes, 2023).

Hipertensi di kota Bogor menempati urutan kedua dalam 10 penyakit tertinggi kunjungan ke Puskesmas. Berdasarkan data Dinas Kesehatan (Dinkes) Kota Bogor, kasus Penyakit Tidak Menular (PTM) selama tiga tahun

belakangan mengalami kenaikan jumlah, terutama pada dua penyakit, yakni hipertensi dan diabetes melitus. Dinas Kesehatan kota Bogor merinci, hipertensi menempati urutan pertama dengan jumlah kasus sebanyak 56.411 pada tahun 2021, meningkat menjadi 63.579 pada 2022 dan kembali meningkat pada tahun 2023 dengan 82.165 kasus. Penderita hipertensi tahun 2023 di Kota Bogor berdasarkan jenis kelamin terdapat sebesar 30.280 (89,7%) penderita berjenis kelamin laki-laki dan sebesar 51.885 (154,9%) penderita berjenis kelamin perempuan (Dinas Kesehatan Kota Bogor, 2024). Data dari Puskesmas Gunung Putri mendapati penderita hipertensi meningkat selama 3 tahun terakhir, tahun 2022 sebanyak 2.500 orang, tahun 2023 sebanyak 2.824, dan tahun 2024 sebanyak 3.192 orang.

Hipertensi merupakan penyakit dengan faktor risiko yang dapat dimodifikasi. Aktivitas fisik merupakan intervensi nonfarmakologis penting yang direkomendasikan untuk pencegahan hipertensi, seperti yang diperkuat oleh pedoman AHA/ACC untuk tekanan darah tinggi pada orang dewasa (Whelton et al., 2018). Aktivitas fisik yang memadai dikaitkan dengan kemungkinan yang lebih rendah untuk menderita hipertensi. Menetapkan lintasan aktivitas fisik pada usia paruh baya dan (yaitu, tingkat dan kemiringan dari usia dan waktu) untuk usia selanjutnya penting untuk intervensi dini dan pencegahan primordial (Nagata et al., 2021). Penatalaksanaan dapat dilakukan dengan modifikasi aktivitas fisik penderita hipertensi berupa aktivitas fisik berat seperti lari, sepak bola, bersepeda, menari, atau wushu; aktivitas fisik sedang seperti berjalan, menyetir, dan pekerjaan bersih-bersih rumah; aktivitas fisik seperti ringan tidur, menonton televisi, dan membaca (Chen et al., 2022).

Penelitian (Verdyan, 2023) mengenai hubungan aktivitas fisik dengan hipertensi di Puskesmas X Kecamatan Bekasi, terdapat korelasi yang signifikan antara aktivitas fisik dan tekanan darah tinggi, dengan P-value 0,020 < α 0,05. Di Dukung dengan hasil penelitian (Trysnawaty, 2022) yaitu, hubungan kedua variabel bersifat negatif atau tidak searah dengan demikian dapat diartikan bahwa semakin baik nilai aktivitas fisik maka semakin menurun tekanan darah penderita hipertensi.

Berdasarkan data dan permasalahan yang telah dijabarkan, maka dilakukan penelitian mengenai perbandingan aktivitas fisik terhadap penyakit hipertensi pada usia dewasa di Puskesmas Gunung Putri yang bertepatan di Desa Wanaherang. Menimbang bahwa Puskesmas Desa Wanaherang berada pada daerah Bogor Timur, Jawa Barat yang sedang mengalami peningkatan kasus hipertensi selama beberapa tahun terakhir, serta persebaran penduduk berdasarkan usia, jenis kelamin, dan kecenderungan kurangnya aktivitas fisik memiliki risiko yang cukup besar untuk terkena hipertensi. Perlu dilakukan penelitian mengenai pengaruh aktivitas fisik yang dilakukan masyarakat terhadap kejadian hipertensi serta pandangannya menurut Islam.

1.2 Rumusan Masalah

Belum ada data mengenai hubungan aktivitas fisik pada usia dewasa dengan kejadian hipertensi pada Puskesmas Gunung Putri, Desa Wanaherang dan pandangan Islam mengenai hal tersebut.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Apakah ada hubungan antara tingkat aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa di Puskesmas Gunung Putri?
2. Apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada usia dewasa di Puskesmas Gunung Putri?
3. Bagaimana pandangan Islam mengenai pengaruh aktivitas fisik dalam kejadian hipertensi?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik yang dilakukan pasien laki-laki dan perempuan Puskesmas Gunung Putri berusia 35-55 tahun (dewasa) dan pengaruhnya terhadap kejadian hipertensi pada masyarakat dan tenaga medis di Puskesmas Desa Wanaherang, Kecamatan Gunung Putri, Bogor, dan perspektif Islam mengenai hal tersebut.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui hubungan antara tingkat aktivitas fisik dengan hipertensi pada usia dewasa di Puskesmas Desa Wanaherang.
2. Mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi aktivitas fisik dan hipertensi pada usia dewasa di Puskesmas Desa Wanaherang.
3. Mengetahui perspektif Islam mengenai pengaruh aktivitas fisik dalam kejadian hipertensi.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Masyarakat

1. Memberikan informasi pada masyarakat tentang hubungan aktivitas fisik dan hipertensi pada laki-laki dan perempuan usia dewasa, juga meningkatkan kesadaran masyarakat untuk melakukan aktivitas fisik yang dapat mengelola tekanan darah.
2. Memberikan gagasan baru untuk Puskesmas atau Dinas Kesehatan setempat dalam menyusun program pencegahan dan penanganan hipertensi melalui aktivitas fisik sesuai dengan kebutuhan masyarakat di Desa Wanaherang.

1.5.2 Manfaat Institusi

1. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi pengembangan ilmu bidang kesehatan.
2. Meningkatkan reputasi institusi melalui publikasi penelitian dan memperkuat citra Universitas YARSI sebagai universitas yang berkontribusi pada solusi masalah hipertensi di Desa Wanaherang.

1.5.3 Manfaat Penulis

Mendapat pengakuan akademisi dan profesional jika penelitian ini berhasil dipublikasikan dan dapat berkontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan di kesehatan masyarakat khususnya terkait hipertensi.