

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah arteri yang bersifat sistemik dan berlangsung secara terus-menerus dalam jangka waktu lama. Hipertensi tidak terjadi secara tiba-tiba, melainkan melalui proses yang berlangsung cukup lama (Nurwidiyanti & Dasmasele, 2022). Seseorang yang mengalami hipertensi jika tekanan darah sistolik pada tubuh seseorang lebih dari atau sama dengan 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik lebih dari atau sama dengan 90 mmHg (Kemenkes RI, 2021b).

Prevalensi hipertensi di dunia sebesar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun dan sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2023). Perkiraan prevalensi hipertensi secara keseluruhan untuk penduduk perkotaan di Asia Tenggara adalah 33,82% (Nawi et al., 2021). Berdasarkan survei Nasional pada tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1% (Kemenkes RI, 2018b). Menteri Kesehatan RI pada tahun 2023 menyatakan bahwa 1 dari 3 orang di Indonesia mengidap hipertensi pada tahun 2023 dan angka ini akan terus meningkat setiap tahunnya (Tarmizi, 2023). Prevalensi hipertensi di Jawa Tengah pada tahun 2021 mencapai 37,57% (Dinkes Prop. Jateng, 2021). Prevalensi hipertensi di Kabupaten Cilacap pada tahun 2022 mencapai 80,1 % (Mulya, 2023).

Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi dibagi dalam dua kelompok yaitu faktor yang melekat atau tidak dapat diubah seperti jenis kelamin, umur, genetik dan faktor yang dapat diubah seperti pola makan, kebiasaan olah raga dan lain-lain. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tekanan darah yang dapat dikontrol adalah gaya hidup atau pola hidup diantaranya yaitu penerapan diet. Asupan makanan yang mengandung tinggi natrium menjadi salah satu faktor resiko utama penyebab terjadinya penyakit hipertensi (Gea, 2022).

Penanganan hipertensi terdiri dari penatalaksanaan farmakologi atau dengan obat. Namun terdapat banyak laporan yang menyampaikan bahwa penderita hipertensi yang datang ke Rumah Sakit akan datang lagi dengan keluhan tekanan darahnya tidak mengalami penurunan bermakna meskipun sudah minum obat sehingga harus diikuti dengan penatalaksanaan nonfarmakologi dengan memodifikasi gaya hidup seperti melakukan aktifitas fisik/olahraga, menghindari alkohol, kafein dan kebiasaan merokok (Yutika et al., 2021). Salah satu terapi non farmakologis dalam menangani hipertensi adalah diet hipertensi (Muttaqin, 2022).

Diet hipertensi merupakan diet bagi penderita hipertensi yang ditujukan untuk membantu menurunkan tekanan darah dan mempertahankan tekanan darah menuju normal (Siregar, 2021). Pelaksanaan diet yang teratur dapat menormalkan hipertensi, yaitu dengan mengurangi makanan dengan tinggi garam, makanan yang berlemak, mengkonsumsi makanan yang tinggi serat (Nurazizah & Kurniawati, 2022). Riset yang dilakukan oleh Kadir (2019) menyatakan bahwa terdapat pengaruh pola makan terhadap kejadian hipertensi. Riset lain yang dilakukan oleh Hamzah et al. (2021) membuktikan bahwa ada

hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi. Menurut Sugeha (2021), konsumsi makanan berkalori tinggi, berlemak dan tinggi natrium dapat memengaruhi tekanan darah. Peningkatan tekanan darah yang disebabkan natrium terjadi melalui mekanisme retensi natrium yang berdampak pada penurunan kemampuan pembuluh darah untuk melakukan vasolidasi. Konsumsi makanan tinggi lemak secara terus menerus akan menyebabkan terjadinya kelainan metabolisme lemak sehingga tekanan darah akan meningkat.

Kepatuhan pasien terhadap prinsip diet merupakan salah satu kendala pada pasien Hipertensi. Kepatuhan penderita dalam mentaati diet hipertensi sangat berperan penting untuk menstabilkan tekanan darah pasien, sedangkan kepatuhan itu sendiri merupakan suatu hal yang penting untuk dapat mengembangkan rutinitas (kebiasaan) yang dapat membantu pasien dalam mengikuti diet yang kadang kala sulit untuk dilakukan pasien (Friandi, 2021). Namun masih banyak pasien hipertensi prolans yang tidak patuh dalam menjalani terapi diet. Hal ini sesuai dengan riset yang dilakukan oleh Jaelani & Rachmawati (2019) bahwa sebagian besar pasien Prolans tidak patuh menjalankan diet hipertensi (76,5%) yang disebabkan karena keluarga tidak menyediakan makanan khusus untuk pasien hipertensi tetapi dikonsumsi oleh semua keluarga sehingga tidak memperhatikan jenis makanan yang seharusnya tidak dikonsumsi oleh pasien hipertensi.

Jumlah kasus hipertensi di UPTD Puskesmas Bantarsari pada April 2024 cenderung meningkat yaitu sebanyak 142 orang dibandingkan pada bulan Maret 2024 sebanyak 125 orang dan pada bulan Februari sebanyak 111 orang.

Peningkatan kasus hipertensi di masyarakat dapat disebabkan karena pola makan yang salah.

Studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 10 pasien prolans hipertensi dengan melakukan wawancara didapatkan hasil bahwa 8 orang masih sering mengkonsumsi makanan gorengan dan mie instan dengan alasan enak dan murah. Terkait konsumsi garam setiap harinya dari 10 pasien prolans, 9 orang diantaranya tidak memperhatikan konsumsi garam setiap harinya walaupun mereka sudah diberi penjelasan untuk membatasi garam setiap harinya. Frekuensi makan pada 6 orang makan sesuka hatinya dan porsi pun sudah tidak diperhatikan lagi.

Berdasarkan latar belakang dan penelitian sebelumnya dan fenomena tingginya kejadian hipertensi pada lansia maka peneliti tertarik melakukan Gambaran Kepatuhan Terapi Diet Hipertensi Pada Pasien Prolans dengan Hipertensi di Unit Organisasi Bersifat Fungsional Puskesmas Bantarsari Tahun 2024.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran kepatuhan terapi diet hipertensi pada pasien prolans dengan hipertensi Unit Organisasi Bersifat Fungsional Puskesmas Bantarsari Kabupaten Cilacap tahun 2024?

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan umum

Tujuan umum dalam penelitian ini untuk mengetahui gambaran kepatuhan terapi diet hipertensi pada pasien prolans dengan hipertensi di Unit Organisasi Bersifat Fungsional Puskesmas Bantarsari Kabupaten Cilacap tahun 2024.

#### 2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui gambaran karakteristik (umur, jenis kelamin, pendidikan dan pendapatan) pasien prolans dengan hipertensi di Unit Organisasi Bersifat Fungsional Puskesmas Bantarsari Kabupaten Cilacap tahun 2024.
- b. Mengetahui gambaran tekanan darah pada pasien prolans dengan hipertensi di Unit Organisasi Bersifat Fungsional Puskesmas Bantarsari Kabupaten Cilacap tahun 2024.
- c. Mengetahui gambaran kepatuhan terapi diet hipertensi pada pasien prolans dengan hipertensi di Unit Organisasi Bersifat Fungsional Puskesmas Bantarsari Kabupaten Cilacap tahun 2024.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian dapat menambah khasanah pustaka khususnya tentang gambaran kepatuhan terapi diet hipertensi pada pasien prolans dengan hipertensi dan dapat sebagai bahan kajian bagi peneliti lainnya.

## 2. Manfaat praktis

### a. Bagi Universitas Al - Irsyad Cilacap

Memberikan masukan dan informasi bagi pembaca untuk pengembangan ilmu khususnya tentang gambaran kepatuhan terapi diit hipertensi pada pasien prolans dengan hipertensi.

### b. Bagi Puskesmas

Penelitian ini dapat sebagai acuan atau pedoman bagi Puskesmas dalam memberikan asuhan keperawatan terkait gambaran kepatuhan terapi diit hipertensi pada pasien prolans dengan hipertensi.

### c. Bagi perawat

Penelitian ini dapat sebagai bahan masukan dan informasi tentang gambaran kepatuhan terapi diit hipertensi pada pasien prolans dengan hipertensi yang nantinya dapat diaplikasikan dalam melakukan asuhan keperawatan pada pasien Prolans dengan hipertensi.

### d. Bagi peneliti lain

Penelitian ini dapat sebagai referensi bagi peneliti lain tentang gambaran kepatuhan terapi diit hipertensi pada pasien prolans dengan hipertensi.

## E. Keaslian Penelitian

Penelitian yang terkait dengan penelitian yang dilakukan penulis disajikan dalam Tabel 1.1 di bawah ini.

Tabel 1.1  
Penelitian Terdahulu

Peneliti, Tahun dan Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan dan Persamaan penelitian
Putri et al. (2023), Gambaran Pola Makan Pada Lansia Penderita Hipertensi	Desain penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif dengan pendekatan analisis univariat. Pengumpulan data menggunakan kuisioner yang telah diuji validitas dan reliabilitas. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia di Desa Licin yaitu sebanyak 37 responden. Sampel ditetapkan dengan metode total sampling	Sebagian besar responden pola makan pada kategori baik menunjukkan hasil 25 orang (67,6%), sedangkan pada kategori tidak baik menunjukkan hasil 12 orang (32,4%). Pada penelitian pola makan pada lansia penderita hipertensi ini berdasarkan jenis makan di Desa licin sudah baik dengan hasil 25 orang (67.6%)	Persamaan : 1. Desain penelitian menggunakan deskriptif <i>cross sectional</i> . 2. Analisis data menggunakan analisis univariat Perbedaan : 1. Tujuan khusus peneliti adalah mengetahui karakteristik, tekanan darah dan kepatuhan diet. 2. Responden yang peneliti gunakan adalah pasien hipertensi anggota Prolanis.
Siregar (2021), Gambaran Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Marancar Udik	Penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif, populasi dalam penelitian ini berjumlah 153 orang lansia penderita hipertensi tehnik pengambilan sampel dengan teknik purposive sampling, sampel dalam penelitian ini berjumlah 60 orang lansia dengan hipertensi, pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner. Analisa data secara univariat dalam distribusi frekuensi.	Responden sebagian besar berumur 60-74 tahun (56,7%), perempuan (60%), petani (71.7%) dan berpendidikan SD/ sederajat (46,7%). Berdasarkan frekuensi kepatuhan diet hipertensi pada lansia didapatkan responden patuh sebanyak 22 orang (36.7%), dan responden tidak patuh sebanyak 38 orang sebanyak (63.3%)	Persamaan : 1. Desain penelitian menggunakan deskriptif <i>cross sectional</i> . 2. Analisis data menggunakan analisis univariat 3. Instrumen yang digunakan peneliti menggunakan kuesioner. Perbedaan : 1. Tujuan khusus peneliti adalah mengetahui karakteristik, tekanan darah dan kepatuhan diet. 2. Responden yang peneliti gunakan adalah pasien hipertensi anggota Prolanis.
Kadir (2019), Pola Makan dan Kejadian Hipertensi	Jenis penelitian yang digunakan adalah analitik kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i> .	Hasil penelitian menunjukkan bahwa 24 responden dengan pola makan buruk, 20 responden mengalami	Persamaan : 1. Desain penelitian menggunakan deskriptif <i>cross sectional</i> .

Peneliti, Tahun dan Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan dan Persamaan penelitian
	Sampel diperoleh sebanyak 66 orang yang diambil menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis menggunakan uji Chi Square.	pre-Hipertensi, 13 responden mengalami Hipertensi tingkat satu dan 7 responden mengalami Hipertensi tingkat dua. Terdapat pengaruh pola makan terhadap kejadian Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Dungaliyo Kabupaten Gorontalo	2. Analisis data menggunakan analisis univariat  Perbedaan : 1. Tujuan khusus peneliti adalah mengetahui karakteristik, tekanan darah dan kepatuhan diet. 2. Responden yang peneliti gunakan adalah pasien hipertensi anggota Prolanis.
Jaelani & Rachmawati (2019), Gambaran Tingkat Pengetahuan, Kepatuhan Diet Dan Status Tekanan Darah Penderita Hipertensi Peserta Prolanis Pada Saat Menjalankan Puasa Ramadhan di Puskesmas Tlogosari Kulon Kota Semarang	Penelitian deskriptif dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . Sampel penelitian adalah peserta prolanis penderita hipertensi aktif di Puskesmas Tlogosari Kulon berjumlah 17 sampel yang diambil dengan metode total sampling. Pengambilan data tingkat pengetahuan menggunakan form tingkat pengetahuan, data asupan dan pola konsumsi menggunakan recall 1x24 jam dan form FFQ, data tekanan darah menggunakan data rekam medik pasien saat pengukuran di acara prolanis.	Hasil penelitian menunjukkan peserta prolanis hipertensi memiliki pengetahuan cukup sebanyak 10 orang (58.8%), tidak patuh menjalankan diet hipertensi sebanyak 13 orang (76.5%) dan status tekanan darah terkontrol 10 orang (58.8%).	Persamaan : 1. Desain penelitian menggunakan deskriptif <i>cross sectional</i> . 2. Analisis data menggunakan analisis univariat 3. Responden yang peneliti gunakan adalah pasien hipertensi anggota Prolanis.  Perbedaan : 1. Tujuan khusus peneliti adalah mengetahui karakteristik, tekanan darah dan kepatuhan diet. 2. Instrumen yang digunakan peneliti menggunakan kuesioner.

