

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Hipertensi atau yang lebih dikenal dengan sebutan penyakit darah tinggi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah seseorang berada diatas batas normal atau optimal yaitu 120 mmHg untuk sistolik dan 80 mmHg untuk diastolik. Penyakit ini dikategorikan sebagai *the silent disease* karena penderita tidak mengetahui dirinya mengidap Hipertensi sebelum memeriksakan tekanan darahnya. Saat ini penyakit Hipertensi masih cukup tinggi dan masih cenderung meningkat yang disebabkan penderita tidak patuh melaksanakan diit karena kurang pengetahuan serta kepatuhan menjalankan diit Hipertensi sehingga penyakit Hipertensi sering kambuh (Kartadinata, 2019)

Data World Health Organization (WHO) tahun 2019 menunjukkan sekitar 1,28 Miliar orang di dunia menderita Hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis Hipertensi. Jumlah penyandang Hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena Hipertensi dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat Hipertensi dan komplikasinya (Kartadinata, 2019)

Data Riskesdas (2018) menyatakan prevalensi Hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia > 18 tahun sebesar 34,1%, tertinggi di Kalimantan Selatan (44,1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%). Estimasi jumlah kasus Hipertensi di Indonesia sebesar 63.609.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat Hipertensi sebesar 427.218 kematian. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-34 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%),

umur 55-64 tahun (55,2%). Dari prevalensi Hipertensi sebesar 34,1 % diketahui bahwa sebesar 8,8% terdiagnosis Hipertensi dan 13,3% orang yang terdiagnosis Hipertensi tidak minum obat serta 32,3% tidak rutin minum obat. Hal ini menunjukkan bahwa Sebagian besar penderita Hipertensi tidak mengetahui bahwa dirinya Hipertensi sehingga tidak mendapatkan pengobatan (p2ptm.kemkes.go.id, 2019).

Fenomena ini disebabkan karena perubahan gaya hidup masyarakat secara global, seperti semakin mudahnya mendapatkan makanan siap saji membuat konsumsi sayuran segar dan serat berkurang, kemudian konsumsi garam, lemak, gula, dan kalori yang terus meningkat sehingga berperan besar dalam meningkatkan angka kejadian Hipertensi (Rukmiyati, 2023).

Menurut Departemen Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2018, jumlah lansia di Jawa Tengah sekitar 6,87% dari jumlah total penduduk. Komplikasi yang muncul disebabkan karena mayoritas penderita kurang memperhatikan diet. Tekanan darah tinggi dianggap sebagai faktor risiko utama bagi berkembangnya penyakit jantung dan berbagai penyakit vaskuler pada orang-orang yang telah lanjut usia. Hal ini disebabkan ketegangan yang lebih tinggi dalam arteri sehingga menyebabkan Hipertensi. Lansia sering terkena Hipertensi disebabkan oleh kekakuan pada arteri sehingga tekanan darah cenderung meningkat. Selain itu penyebab Hipertensi pada lansia juga disebabkan oleh perubahan gaya hidup dan yang lebih penting lagi kemungkinan terjadinya peningkatan tekanan darah tinggi karena bertambahnya usia lebih besar pada orang yang banyak mengonsumsi makanan yang banyak mengandung garam (Handjani, 2019).

Hipertensi sangat erat kaitannya dengan Gaya hidup dan Pola makan, masyarakat banyak melakukan usaha untuk mengatasi masalah Hipertensi salah satunya dengan diet. Diet merupakan makanan atau minuman yang dikonsumsi orang setiap hari secara teratur. Pola diet yang menyebabkan terjadinya Hipertensi antara lain: kelebihan protein, kelebihan lemak dan terlalu banyak mengkonsumsi garam. Apabila diet yang ditetapkan setiap hari sudah ditentukan, untuk menjaga keadaan tubuh tetap sehat dan terhindar dari Hipertensi maka diperlukan kepatuhan dalam menjalankan diet (Wati, Diana 2019).

Diet Hipertensi merupakan pengurangan konsumsi natrium, tinggi serat, kolesterol, agar penurunan tekanan darah lebih optimal. Yang dimaksud diet ini adalah memperbanyak konsumsi buah-buahan, sayuran, biji-bijian, dan produk susu rendah lemak untuk menurunkan tekanan darah. Makanan yang dikonsumsi pun lebih kaya serat dan mineral yang bermanfaat untuk menurunkan tekanan darah (kalium, magnesium, dan kalsium) (Mac Gill, 2017).

Patuh merupakan derajat dimana orang mengikuti anjuran yang sudah ditetapkan. Konsumsi diet Hipertensi dengan menjaga kepatuhan memiliki kaitan erat dengan munculnya Hipertensi, Pelaksanaan diet Hipertensi yang teratur dapat menormalkan Hipertensi, Hal ini dimaksudkan agar keadaan tekanan darah penderita Hipertensi tetap stabil sehingga dapat terhindar dari penyakit Hipertensi dan komplikasinya, salah satu faktor yang mempengaruhi kepatuhan seseorang adalah tingkat pengetahuan atau pemahaman mengenai instruksi yang diberikan, tidak seorangpun mematuhi instruksi jika dirinya salah paham tentang instruksi yang diberikan. Hal ini disebabkan karena kesalahan dalam memberikan informasi, penggunaan istilah-istilah medis dan memberikan banyak instruksi yang harus diingat oleh penderita. Instruksi dokter untuk melakukan diet rendah garam ini

disalahartikan oleh lanjut usia penderita Hipertensi dengan tidak boleh menambahkan garam pada makanan.

Pengetahuan sendiri merupakan hasil dari proses mencari tahu dari yang tadinya tidak tahu menjadi tahu, dari yang tidak dapat menjadi dapat. Dalam proses mencari tahu ini, mencakup berbagai metode dan konsep-konsep, baik melalui proses pendidikan maupun melalui pengalaman. (Notoatmodjo 2018).

Studi Pendahuluan yang kami lakukan pada di Griya PMI Kota Surakarta secara berkala menunjukkan dari 30 lansia yang berada di Griya tersebut seluruhnya memiliki riwayat Hipertensi, hal ini diperkuat dengan data yang diterima peneliti dari Rekap catatan kasus angka kesakitan di Griya PMI Kota Surakarta selama tahun 2022 yang menunjukkan bahwa hipertensi merupakan penyakit dengan kasus terbanyak nomor dua setelah Infeksi saluran nafas atas seperti batuk dan flu yaitu sebesar 42%, Hipertensi sebesar 40%, diikuti dengan penyakit atau gangguan kulit serta penyakit lain dengan prosentase yang lebih sedikit, jadi Hipertensi merupakan kategori penyakit tidak menular dengan angka kasus tertinggi selama tahun 2022 yaitu dengan prosentase 40% yang tentu akan menjadi perhatian penting khususnya bagi pengelola Griya PMI Kota Surakarta. Selain itu Griya PMI Kota Surakarta dalam memenuhi kebutuhan Nutrisi tidak didukung dengan Ahli Gizi dalam merencanakan dan menyajikan kebutuhan makan dan minum kepada lansia, sehingga para lansia tidak mendapatkan kebutuhan nutrisi sesuai dengan kebutuhan diet semestinya.

Dari wawancara yang kami lakukan dengan petugas Griya PMI Kota Surakarta, Banyak Lansia yang tidak patuh terhadap diet Hipertensi, mereka suka makan makanan yang asin dan suka makanan yang diberikan oleh setiap pengunjung yang datang tanpa tahu isi kandungan makanan dan minuman tersebut.

Petugas Griya pun mengatakan bahwa lansia di Griya sebagian sudah tahu tapi hanya sekilas saja, mereka cenderung acuh tak acuh terhadap penyakitnya dan menganggap sebagai hal yang tidak berbahaya, mereka akan mengeluh ketika gejala Hipertensi sudah muncul seperti pusing, sulit tidur dan lain-lain.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk mengambil judul penelitian hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet Hipertensi di Griya PMI Kota Surakarta.

B. Rumusan masalah

Rumusan masalah berdasarkan latar belakang di atas adalah adakah hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan menjalankan diet Hipertensi di Griya PMI Kota Surakarta?

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Mengidentifikasi hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet penderita Hipertensi di Griya PMI Surakarta.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan penderita Hipertensi.
- b. Mengidentifikasi kepatuhan diet Hipertensi pada penderita Hipertensi.
- c. Mengidentifikasi hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet Hipertensi pada penderita Hipertensi.

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan memberi kemanfaatan secara teoritis untuk dunia pendidikan dan dunia kesehatan khususnya ilmu keperawatan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Responden dapat menambah ilmu pengetahuan dan kepatuhan terhadap diet Hipertensi.

b. Bagi peneliti

Peneliti dapat menambah ilmu pengetahuan dari hasil penelitian yang telah dilakukan.

c. Bagi Tempat Penelitian

1) Membantu responden untuk meningkatkan pengetahuan tentang Hipertensi.

2) Membantu responden meningkatkan kepatuhan diet Hipertensi.

d. Bagi Mahasiswa dan Perawat

Hasil penelitian diharapkan memperkaya literatur ilmu keperawatan dan mampu dijadikan referensi penelitian selanjutnya tentang Hipertensi.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan melakukan penelitian selanjutnya tentang Hipertensi dan memudahkan dalam mendapatkan informasi terkait Hipertensi.

E. Keaslian Penelitian

Table 1.1 Keaslian Penelitian

No	Penulis	Judul	Metode penelitian dan hasil	Persamaan	Perbedaan
1	Ratna (2014)	Faktor - faktor yang berhubungan dengan Pemanfaatan Puskesmas oleh Pasien Hipertensi	Desain Penelitian menggunakan rancangan <i>cross sectional</i> dan dilihat keadaan dari faktor - faktor penentu. Adapun hasil dari penelitian tersebut bahwa pasien Hipertensi yang memanfaatkan Puskesmas hampir sama jumlahnya dengan yang tidak memanfaatkan Puskesmas. Jumlah Responden pasien Hipertensi yang berumur <50 tahun lebih banyak dibandingkan yang berumur >50 tahun, dan umur tidak ada hubungan signifikan dengan pemanfaatan puskesmas	Persamaan dengan penelitian tersebut terletak subjek	Perbedaan terletak pada tempat penelitian dan variabel Penelitian yaitu Hubungan antara pengetahuan pasien tentang Hipertensi dengan kepatuhan menjalankan diet Hipertensi di Griya PMI Kota Surakarta.

2	Kurniawati dan Wiwiek, (2016)	Pengaruh Pendidikan terhadap Kepatuhan Diet Penderita Hipertensi	Jenis Penelitian yang digunakan yaitu pra-eksperimental dengan pendekatan <i>one group pre-posttest design</i> . Teknik Sampling yang digunakan yaitu sistemik simple random sampling. Analisis hasil penelitian menggunakan uji statistik Wilcoxon. Hasil Penelitian menunjukkan ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kepatuhan diet penderita Hipertensi	Persamaan dengan penelitian tersebut terletak pada Subjek dan variabel terikat yaitu kepatuhan diet	Perbedaanya terletak pada tempat penelitian dan variabel Penelitian yaitu Hubungan antara pengetahuan pasien tentang Hipertensi dengan kepatuhan menjalankan diet Hipertensi di Griya PMI Kota Surakarta.
3	Ananta, Shenny, Welinda, Rolan Rusli (2015)	Kajian Pemberian Leaflet dan Reminder pada pasien Hipertensi di Instalasi Rawat Jalan RSUD A.W Sjahranie Samarinda	Penelitian ini adalah studi eksperimental dengan teknik <i>systematic random sampling</i> . Analisis hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat perbedaan tekanan darah sistolik maupun diastolik antara subjek pada	Persamaan dengan penelitian tersebut terletak pada Subjek	Perbedaanya terletak pada tempat penelitian dan variabel penelitian yaitu hubungan antara pengetahuan pasien tentang Hipertensi dengan kepatuhan

kelompok
leaflet dan
subjek
kelompok
reminder

menjalanka
n diet
Hipertensi
di Griya
PMI Kota
Surakarta
