

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi masih merupakan tantangan besar di Indonesia. hipertensi merupakan kondisi yang sering ditemukan pada pelayanan kesehatan primer. Hal itu merupakan masalah kesehatan dengan prevalensi yang tinggi untuk jenis penyakit tidak menular, yaitu sebesar 25,8%, sesuai dengan data Riskesdas 2013. Di samping itu, pengontrolan hipertensi belum adekuat meskipun obat-obatan yang efektif banyak tersedia.

Menurut *World Health Organization* (WHO, 2013) pada tahun 2008, di seluruh dunia sekitar 40% dari total orang dewasa yang berusia 25 tahun ke atas telah didiagnosis hipertensi, dan diperkirakan jumlah tersebut akan meningkat menjadi 60% atau sekitar 1,56 miliar orang pada tahun 2025.

Hipertensi bukan penyakit baru. Berdasarkan data SKRT (Survey Kesehatan Rumah Tangga) tahun 2010, prevalensi hipertensi mencapai 17-21 persen dari jumlah penduduk di Indonesia. Setiap tahun, jumlah penderitanya semakin meningkat. (Depkes, 2010).

Hipertensi atau yang lebih dikenal dengan sebutan penyakit darah tinggi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah seseorang berada diatas normal atau optimal. Batasan normal tekanan darah adalah 120/80 mmhg, sedangkan seseorang dinyatakan mengidap hipertensi bila tekanan darahnya >140/90 mmHg (Udjiyanti, 2010 ; 107). Penyakit ini dikategorikan sebagai *the silent*

disease karena penderita tidak mengetahui dirinya mengidap hipertensi sebelum memeriksakan tekanan darahnya. Hipertensi yang terjadi dalam jangka waktu lama dan terus menerus bisa memicu stroke, serangan jantung, gagal jantung dan merupakan penyebab utama gagal ginjal kronik (Purnomo, 2009).

Hipertensi dapat dicegah dan diatasi dengan menggunakan dua macam terapi, yaitu terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Terapi farmakologi merupakan terapi yang bertujuan untuk menurunkan tekanan darah dengan menggunakan obat-obatan anti hipertensi. Sementara itu, terapi non farmakologi merupakan terapi yang bertujuan untuk menurunkan tekanan darah dengan memodifikasi gaya hidup (*National Institute for Health and Clinical Excellence*, 2011)

Memodifikasi gaya hidup dapat dilakukan dengan berbagai cara salah satunya mencakup tentang diet hipertensi. Diet hipertensi adalah salah satu cara untuk mengatasi hipertensi tanpa efek samping yang serius, karena metode pengendaliaannya yang alami. Beberapa penderita hipertensi beranggapan diet hipertensi sebagai suatu yang merepotkan dan tidak menyenangkan. Selama ini, penderita cenderung hanya menggunakan obat-obatan untuk menurunkan tekanan darah, padahal modifikasi gaya hidup juga sangat membantu dalam manajemen hipertensi. Prinsip modifikasi gaya hidup yang direkomendasikan oleh DASH (*Dietary Approach to Stop Hypertension*) untuk penderita hipertensi adalah diet rendah garam, diet rendah kolestrol dan lemak jenuh, diet rendah kalori, meningkatkan makanan yang mengandung serat dan tinggi kalium,

mengurangi berat badan jika obesitas, tidak merokok, mengurangi minuman yang mengandung alkohol, dan melakukan aktifitas fisik (Pender, N.J, 2011)

Pengaturan makanan bagi penderita hipertensi atau kepatuhan diet yang merupakan aturan perilaku, sangat dianjurkan dan bertujuan untuk menghindari atau membatasi makanan yang dapat meningkatkan kadar kolesterol darah serta meningkatkan tekanan darah sehingga penderita tidak mengalami komplikasi penyakit degeneratif lainnya.

Kepatuhan diet sangat dibutuhkan oleh penderita hipertensi sebab banyak penderita tidak menjalankan dietnya karena mempunyai alasan tekanan darahnya sudah mendekati normal maka tidak perlu melakukan diet. Kepatuhan diet disini tidak hanya bertujuan untuk menghindari meningkatnya tekanan darah namun juga perlu ditekankan bahwa tujuan kepatuhan diet adalah pada pengendalian dan terkontrolnya tekanan darah.

Jumlah kasus hipertensi dalam tiga tahun terakhir (2011 -2013) di Surakarta mencapai 143.365 dan untuk prevalensi hipertensi di Surakarta tahun 2012 adalah sebesar 14,9%. Hipertensi merupakan jumlah kasus tertinggi dibandingkan dengan kasus penyakit tidak menular (PTM) lainnya di Surakarta (DKK Surakarta, 2014).

Berdasarkan studi pendahuluan Pada tanggal 4 Juli 2015, didapatkan data penderita hipertensi pada bulan April - Juni 2015 sebanyak 78 pasien. Data yang didapat dari rekam medik Puskesmas terdapat sejumlah 2 kasus terjadi komplikasi jantung, dan 1 kasus terjadi stroke. Puskesmas Manahan sudah menerapkan pendidikan kesehatan pada penderita hipertensi tetapi hasilnya

belum optimal, petugas kesehatan juga telah memberikan konseling terhadap penderita hipertensi dalam setiap kunjungan.

Kepatuhan diet hipertensi memberikan alternatif pilihan untuk membantu mengubah tekanan darah menjadi lebih baik dan mencegah timbulnya komplikasi pada pasien hipertensi yang ada di wilayah kerja Puskesmas Manahan.

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan Kepatuhan Menjalankan Diet Dengan Penyakit Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Manahan".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah adalah "Adakah hubungan kepatuhan menjalankan diet dengan penyakit hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Manahan?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan kepatuhan menjalankan diet dengan penyakit hipertensi di wilayah kerja puskesmas Manahan.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengidentifikasi kepatuhan menjalankan diet penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Manahan.
- b. Untuk mengidentifikasi penyakit hipertensi pada penderita di wilayah kerja Puskesmas Manahan.

- c. Untuk menganalisis hubungan kepatuhan menjalankan diet dengan penyakit hipertensi di wilayah kerja puskesmas Manahan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Penulis

Dapat mengembangkan ilmu pengetahuan dan memperluas pemahaman tentang pengaruh kepatuhan diet terhadap penyakit hipertensi.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan kajian ilmiah selanjutnya bagi para peneliti yang akan melakukan penelitian yang sejenis.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Puskesmas

Memberikan masukan bagi puskesmas untuk meningkatkan penyuluhan terhadap pasien penderita hipertensi tentang pemahaman pentingnya kepatuhan diet.

b. Bagi Penderita Hipertensi

Diharapkan penderita hipertensi dapat menjalankan kepatuhan diet dengan baik dan benar secara teratur, sehingga tekanan darah dalam kisaran normal.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai bahan masukan dalam proses belajar pada program penelitian, pengembangan maupun evaluasi proses pembelajaran, baik dalam isi

maupun metode yang di gunakan dalam penelitian yang dapat dimanfaatkan meninjau dan memodifikasi kurikulum pendidikan serta komponen program pendidikan lainnya.

d. Bagi Tenaga Kesehatan Khususnya Perawat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kinerja perawat dalam memberikan perawatan kepada pasien penderita hipertensi.

e. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan masyarakat akan pentingnya menjaga kesehatan.

E. Keaslian Penelitian

Sebagai upaya untuk menghindari kesamaan terhadap penelitian yang telah ada sebelumnya, maka peneliti mengadakan penelusuran terhadap penelitian-penelitian terdahulu. Berikut beberapa penelitian skripsi yang relevan terhadap tema penelitian yang peneliti angkat, diantaranya :

1. Andri Pujiyanto (2008) dengan judul “Pengaruh Pengetahuan terhadap Tingkat Kepatuhan Diet pada Pasien Hipertensi di RS Panti Rahayu Purwodadi”. Jenis penelitian *Quasi Experiment*. Sampel penelitian pada RS Panti Rahayu yaitu sebanyak 32 responden. Hasilnya terdapat pengaruh pengetahuan terhadap tingkat kepatuhan diet pada pasien hipertensi di RS Panti Rahayu Purwodadi.

Perbedaan penelitian ini adalah menggunakan penelitian *Quasi Experiment* dan pada variabel bebas tentang pengetahuan. Persamaan penelitian ini adalah pada variabel terikat tentang kepatuhan diet.

2. Sutrisno (2009) dengan judul “Pengaruh Pola Makan dan Kebiasaan Hidup Terhadap Penyakit Hipertensi di Puskesmas Sine Kab. Ngawi”. Jenis penelitian korelasional. Sampel penelitian pada Puskesmas Sine yaitu sebanyak 60 responden. Hasilnya terdapat pengaruh pola makan dan kebiasaan hidup terhadap penyakit hipertensi di Puskesmas Sine Kab. Ngawi.

Persamaan penelitian ini adalah menggunakan penelitian korelasional dan pada variable terikat tentang penyakit hipertensi. Perbedaan penelitian ini ada pada variable bebas tentang pola makan dan kebiasaan hidup, subjek, populasi, waktu dan sampel.

3. Teguh Santoso (2014) dengan judul “Pengaruh Pemanfaatan Teknologi Informasi Blog Edukatif Tentang Diet Hipertensi Terhadap Kejadian Hipertensi”. Jenis penelitian *quasi experiment* dengan menggunakan *one group pre-post test design*. Responden sebagai kelompok eksperimen dalam penelitian ini berjumlah 21 orang yang berada di wilayah kerja Puskesmas Wirobrajan Yogyakarta. Hasilnya terdapat pengaruh pemanfaatan teknologi informasi blog edukatif tentang diet hipertensi terhadap kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wirobrajan Yogyakarta.

Perbedaan pada penelitian ini terdapat pada metode penelitian yang menggunakan *quasi experiment one group pre-post test design* dan variabel bebas tentang pemanfaatan teknologi informasi blog edukatif tentang diet hipertensi. Persamaan pada variabel terikat yaitu kejadian hipertensi.