

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tekanan darah tinggi atau yang biasa disebut Hipertensi adalah salah satu masalah yang ditemukan di masyarakat Indonesia maupun negara lain, yang mengancam terjadinya berbagai komplikasi seperti penyakit jantung koroner, CKD dan stroke.

Tekanan darah tinggi atau yang biasa disebut Hipertensi merupakan salah satu masalah yang ditemukan pada masyarakat Indonesia maupun negara lain yang berpotensi menyebabkan komplikasi seperti penyakit jantung koroner, gagal ginjal dan stroke, peningkatan tekanan di pembuluh darah atau yang disebut dengan Hipertensi terjadi karena ada peningkatan kontraksi jantung yang lebih keras dalam memompa darah agar kebutuhan oksigen dan nutrisi tubuh terpenuhi. Tekanan darah tinggi menyebabkan terganggunya berbagai fungsi organ tubuh seperti ginjal dan jantung yang menderita Hipertensi dan ini dapat dilihat dari hasil pengukuran dengan sistolik lebih ≥ 140 dan diastolik ≥ 90 Riskesdas (2018)

Salah satu penyebab kematian prematur di dunia adalah Hipertensi. WHO (2019) memperkirakan 22% dari total penduduk di dunia mengalami Hipertensi, dari sebagian penderita hanya ada dari seperlima yang berusaha melakukan pengendalian terhadap Hipertensi, Penderita hipertensi tertinggi 27% berada di wilayah Afrika,

sedangkan posisi ketiga dengan sebesar 25% adalah Asia Tenggara, diperkirakan 1 dari 5 perempuan di seluruh dunia mengalami Tekanan darah tinggi, Hal ini lebih banyak timbang kelompok laki-laki yaitu satu dari 4 yang mengalami Hipertensi.

Menurut laporan dari World Health Organization tahun 2018, Hipertensi telah tercatat pada 1,13 miliar orang di seluruh dunia, yang berarti satu dari setiap tiga orang di dunia didiagnosis menderita Hipertensi. Angka ini terus meningkat dari tahun ke tahun dan diprediksi akan mencapai 1,5 miliar orang pada tahun 2025. Dampak dari Hipertensi juga sangat signifikan, di mana setiap tahun sekitar 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi yang terkait dengannya.

Menurut WHO (2018), didapatkan orang yang berita hipertensi tercatat 1,13 miliar yang artinya dari 1 dari 3 orang dunia diagnosa menderita tekanan darah tinggi, diperkirakan ada peningkatan data Hipertensi setiap tahunnya, diprediksi pada tahun 2025 orang yang terkena hipertensi diperkirakan 1,5 miliar dan ada 9,4 juta yang terkena tekanan darah tinggi meninggal akibat tekanan darah tinggi dan komplikasi.

Menurut Riskesdas (2018), dari hasil pengukuran prevalensi hipertensi Hipertensi di Indonesia dari umur lebih dari 18 tahun didapatkan 34,1%, Penderita hipertensi terbanyak berada di Kalimantan Selatan sebanyak 44,13%, yang kedua ada Jawa Barat sebanyak

39,60% dan yang ketiga ada Kalimantan Timur sebanyak 39,3% dan yang keempat ada Kalimantan Barat sebanyak 29,4%.

Menurut data Dinas Kesehatan Kota Samarinda 2021 Hipertensi menempati posisi pertama penyakit yang paling banyak diderita di Kota Samarinda yaitu sebanyak 33085 jiwa. jumlah kunjungan pasien Hipertensi di Puskesmas Bengkuring dari Januari dengan Desember 2021 didapatkan 3281 pada tahun 2021 Puskesmas Bengkuring mendapatkan posisi pertama dengan jumlah pasien hipertensi sebanyak 3281 kunjungan diikuti Puskesmas Pasundan sebanyak 2853 kunjungan dan Puskesmas Sempaja menempati posisi ketiga sebanyak 2171 kunjungan.

Faktor gaya hidup dan pola makan memainkan peran penting dalam terjadinya Hipertensi. Gaya hidup mencakup perilaku dan kebiasaan seseorang yang dapat berdampak positif atau negatif pada kesehatan. Selain itu, faktor-faktor lain yang menyebabkan Hipertensi termasuk umur, jenis kelamin, riwayat keluarga, faktor genetik (yang tidak dapat diubah), kebiasaan merokok, obesitas, kurangnya aktivitas fisik, stres, penggunaan estrogen, serta konsumsi garam yang berlebihan.

Ada beberapa jenis makanan dan minuman yang juga dapat menjadi penyebab Hipertensi, seperti makanan asin, kafein, dan Mono Sodium Glutamat (MSG) yang sering ditemukan pada makanan seperti vetsin, kecap, dan pasta udang. Gaya hidup dan juga pola makan hal ini

memiliki kaitan erat dengan Tekanan darah tinggi. Adanya perilaku positif maupun negatif pada kesehatan seseorang itu bisa dipengaruhi oleh gaya hidup dan juga kebiasaan maupun perilaku seseorang, jenis kelamin, riwayat penyakit keluarga, perilaku merokok, kurangnya aktivitas fisik stres yang dialami, konsumsi garam yang berlebih, minuman berkafein, adalah faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya tekanan darah tinggi

Untuk mencegah komplikasi dari penyakit hipertensi salah satunya adalah dengan melakukan diet hipertensi dan ini harus dilakukan setiap hari agar keadaan tekanan darah penderita ini tetap terjaga sehingga dapat terhindar dari komplikasinya (Agrina, 2011).

Penderita Hipertensi punya andil penting dalam pelaksanaan diet hipertensi Hal ini dikarenakan tekanan darah tinggi adalah penyakit yang perlu ditangani secara mandiri. hal-hal yang penting dibutuhkan dalam hal ini seperti kepatuhan dalam diet Hipertensi dan pengetahuan tentang Hipertensi mengingat pentingnya program diet maka diperlukan kepatuhan dalam jangka panjang terhadap diet Hipertensi karena diet salah satu dari faktor utama dalam pengelolaan penyakit hipertensi (Nugraha, 2018)

Salah satu faktor yang berpengaruh dalam program kepatuhan diet adalah sikap Penderita hipertensi. Apabila seseorang yang memiliki sikap ingin sembuh serta menjaga kesehatan akan sangat mempengaruhi dalam pengelolaan kontrol diri dalam berperilaku sehat.

Hasil penelitian Mapagerang dkk, (2018) didapatkan kepatuhan bisa dipengaruhi oleh sikap seseorang baik yang positif maupun yang negatif jika positif maka kepatuhannya juga semakin baik dan negatif sebaliknya.

Tekanan darah tinggi tidak akan mengalami komplikasi yang parah apabila disertai dengan gaya hidup yang sehat, pengetahuan yang baik, serta sikap dan disiplin kepatuhan diet hipertensi yang dilakukan. Menurut Notoatmodjo (2012) faktor predisposisi seperti sikap dan juga pengetahuan tentang diet hipertensi mempengaruhi terjadinya perubahan perilaku kesehatan.

Berdasarkan studi pendahuluan wawancara yang dilakukan peneliti didapatkan 6 dari 10 pasien Hipertensi tidak mematuhi diet Hipertensi, adapun sikap seorang penderita Hipertensi juga dapat mempengaruhi dalam penerapan pola hidup yang sehat sehingga hal ini bisa mempengaruhi program diet hipertensi.

Berdasarkan studi yang dilakukan oleh peneliti dengan wawancara didapatkan 6 dari 10 pasien Hipertensi tidak mematuhi diet hipertensi. Adapun sikap Hipertensi juga dapat mempengaruhi dalam penerapan perilaku hidup sehat sehingga mempengaruhi program diet Hipertensi.

Berdasarkan fenomena yang telah disebutkan, saya memiliki ketertarikan untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara sikap penderita Hipertensi dengan tingkat kepatuhan mereka dalam

menjalankan diet yang sesuai dengan kebutuhan Hipertensi di Puskesmas Bengkuring Samarinda

B. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam peneliiian ini adalah “Apakah ada Hubungan Sikap Penderita Hipertensi dengan Kepatuhan Diet Hipertensi?”.

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan umum

Yaitu untuk mengetahui apakah ada hubungan sikap Penderita hipertensi dengan kepatuhan diet hipertensi di Puskesmas Bengkuring

2. Tujuan khusus

- a. Melakukan identifikasi dari karakteristik responden
- b. Melakukan identifikasi sikap penderita Hipertensi tentang diet Hipertensi
- c. Mengidentifikasi kepatuhan diet Hipertensi
- d. Menganalisis hubungan sikap penderita Hipertensi dengan kepatuhan diet Hipertensi.

D. Manfaat penelitian

1. Bagi Institusi

Sebagai peningkatan mutu dan pelayanan

2. Bagi Ilmu Keperawatan

Penelitian ini dapat memberikan kontribusi pada pengembangan ilmu keperawatan, terutama dalam bidang keperawatan medikal bedah. Hasil penelitian ini dapat menjadi literatur yang berharga untuk memperkaya pengetahuan dan pemahaman mengenai pengelolaan Hipertensi melalui aspek diet dan kaitannya dengan sikap penderita Hipertensi. Hal ini dapat membantu perawat untuk memberikan perawatan yang lebih efektif dan efisien bagi pasien Hipertensi serta membuka jalan untuk penelitian lebih lanjut di masa depan.

3. Bagi Peneliti

Bisa meningkatkan pemahaman wawasan tentang sikap serta kepatuhan diet pada penderita Hipertensi

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dan sumber informasi tambahan bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian tentang topik yang sama atau sejenis. Dengan memperoleh hasil penelitian yang dapat dipercaya dan berkualitas, peneliti selanjutnya dapat menggunakannya sebagai dasar untuk mengembangkan penelitian yang lebih lanjut dalam bidang keperawatan, terutama dalam pengelolaan Hipertensi melalui aspek diet dan sikap penderita Hipertensi. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar untuk

memperkuat kebijakan kesehatan dan pencegahan Hipertensi di masa yang akan datang

5. Bagi pasien

Melalui penelitian ini, diharapkan pasien Hipertensi dapat mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi pola kepatuhan diet mereka. Dengan mengetahui faktor-faktor ini, pasien Hipertensi dapat memperbaiki pola makan dan perilaku mereka sehingga dapat meningkatkan kepatuhan terhadap diet yang sesuai dengan kebutuhan Hipertensi. Selain itu, pasien Hipertensi juga diharapkan dapat meningkatkan kesadaran mereka tentang betapa pentingnya menjaga pola makan yang sehat dan menjalankan diet yang sesuai dengan kebutuhan Hipertensi untuk mengontrol tekanan darah mereka dan mencegah komplikasi yang dapat membahayakan kesehatan mereka. Dengan demikian, hasil penelitian ini dapat membantu pasien Hipertensi untuk menjaga kesehatan mereka dengan lebih baik.

6. Bagi masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi masyarakat umum sebagai informasi tentang pentingnya sikap terhadap kepatuhan diet Hipertensi. Dengan mengetahui hubungan antara sikap dan kepatuhan diet Hipertensi, masyarakat dapat lebih memahami bahwa mengubah pola

makan dan perilaku yang kurang sehat sangat penting untuk mengontrol tekanan darah dan mencegah komplikasi yang mungkin terjadi. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi motivasi bagi masyarakat untuk mengadopsi pola makan yang sehat dan berperilaku secara lebih disiplin dalam menjalankan diet yang sesuai dengan kebutuhan Hipertensi. Dengan demikian, hasil penelitian ini dapat berkontribusi pada peningkatan kesehatan masyarakat dan pengurangan prevalensi Hipertensi di masyarakat.

E. Keaslian penelitian

1. Penelitian dari Temanggung Imran dan Andi Herlina, (2017) dengan judul Penelitian Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi di RSUD Dr m.m. Dunda Limboto Kabupaten Gorontalo, menggunakan metode penelitian survei analitik dengan desain potong Lintang, hal yang sama dari penelitian Imran dan ade Herlina dengan penelitian diatas adalah variabel kepatuhan diet Hipertensi sedangkan perbedaannya penelitian ini dengan di atas yaitu pada penelitian ini menggunakan desain non eksperimen dengan studi korelasional dengan menggunakan pendekatan *Cross sectional*
2. Penelitian dari Mapagerang, Garam Rostini dkk. (2018). Dengan judul penelitian Hubungan Pengetahuan dan Sikap

pada Penderita Hipertensi dengan Kontrol Diet Rendah Garam. Hal yang sama penelitian ini dengan penelitian diatas yaitu meneliti variabel sikap. menggunakan metode deskriptif analitik menggunakan pendekatan *Cross Sectional Study*. bedanya penelitian ini dengan diatas yaitu pada penelitian ini menggunakan desain non eksperimen dengan studi korelasional, menggunakan pendekatan *Cross Sectional*

3. Penelitian dari Putri, Desak made firsia sastra dan supartayana, komang dodik. (2020) dengan judul penelitian Hubungan tingkat pengetahuan lansia tentang Hipertensi dengan kepatuhan diet Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werda Jara Mara Pati Buleleng. Hal yang sama dari penelitian ini dengan penelitian diatas yaitu meneliti variabel kepatuhan diet Hipertensi. menggunakan metode deskriptif analitik menggunakan pendekatan *Cross Sectional Study*. Bedanya penelitian ini dengan diatas yaitu pada penelitian ini menggunakan desain non eksperimen dengan studi korelasional, menggunakan pendekatan *Cross Sectional*