

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi dianggap sebagai *The Silent Disease* karena dapat menyebabkan gagal jantung, stroke dan gagal ginjal kronis. Meskipun penyakit hipertensi tidak dapat disembuhkan, namun penyakit ini dapat dikontrol salah satunya adalah meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi dan menjaga pola makan yang sehat (Black, Joyce M & Hawks, 2014).

Penyakit tekanan darah tinggi, juga dikenal sebagai hipertensi adalah kondisi di mana tekanan darah seseorang lebih tinggi dari normal, yang ditunjukkan oleh angka sistolik dan diastolic saat melakukan pemeriksaan tensi darah menggunakan alat pengukur tekanan darah digital atau cuff air raksa (Pudiastuti, 2018).

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang serius di dunia karena angka prevalensi dan tingkat keganasan yang tinggi yaitu berupa kecacatan maupun kematian. Menurut *World Health Organization*, (2019), 22% populasi dunia saat ini menderita hipertensi. Hanya kurang dari seperlima dari penderita ini berupaya untuk mengontrol tekanan darah yang dimiliki. Afrika menjadi wilayah dengan prevalensi tertinggi penderita hipertensi sebesar 27%. Sementara Asia Tenggara memiliki posisi tertinggi ketiga dengan prevalensi 25% dari total penduduk.

Menurut *World Health Organization* (2018), tercatat 1,13 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi, yang berarti bahwa setiap 1 dari 3 orang di dunia menderita hipertensi. Setiap tahun jumlah penderita hipertensi terus meningkat di seluruh dunia. Pada tahun 2025, diperkirakan bahwa 1,5 miliar orang akan menderita hipertensi, dan 9,4 juta dari kematian tersebut disebabkan karena hipertensi dan komplikasinya.

Menurut Kementerian kesehatan RI (2019) prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat melalui pengukuran pada usia lebih dari 18 tahun sebesar 34,11% prevalensi tertinggi di Kalimantan Selatan sebesar 44,13% diikuti Jawa Barat sebesar 39,60% Kalimantan Timur sebesar 39,30% dan Kalimantan Barat sebesar 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. Dari bulan Januari hingga Desember 2021, Puskesmas Bengkuring menerima 3281 pasien hipertensi. Pada tahun 2021, puskesmas Bengkuring menempati posisi pertama sebanyak 3281 kunjungan diikuti Puskesmas Pasundan sebanyak 2853 kunjungan dan Puskesmas Sempaja menempati posisi ketiga sebanyak 2171 kunjungan.

Berdasarkan hasil wawancara dengan penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Bengkuring pada tanggal 4 Maret 2022, bahwa 6 dari 10 pasien hipertensi tidak mematuhi diet hipertensi karena

masih kurangnya pengetahuan tentang hipertensi dan merasa bosan menjalankan diet hipertensi. Masyarakat yang memiliki pengetahuan tentang pentingnya menjaga kesehatan memiliki pengaruh terhadap kepatuhan dalam penerapan pola hidup sehat. Penerapan pola hidup sehat dapat mendukung keberhasilan non farmakologi berupa program diet hipertensi.

Hipertensi sangat erat hubungannya dengan faktor gaya hidup dan pola makan. Gaya hidup sangat berpengaruh pada bentuk perilaku atau kebiasaan seseorang yang mempunyai pengaruh positif maupun negatif pada kesehatan.

Gaya hidup dan faktor nutrisi berkaitan erat dengan dengan hipertensi. Perilaku atau kebiasaan seseorang yang memiliki dampak positif atau negatif pada kesehatan mereka sangat dipengaruhi oleh gaya hidup penderita hipertensi. Salah satu cara untuk mengobati hipertensi adalah dengan menjalankan diet yang sehat, menurunkan kegemukan, berolahraga, mengurangi konsumsi garam, mengikuti diet yang rendah lemak dan kolesterol, tidak merokok dan tidak mengkonsumsi alkohol, mengurangi konsumsi kalium tinggi, mengurangi kafein, menghindari stres, dan mengontrol tekanan darah secara teratur (Nugraha, 2018).

Diet merupakan salah satu cara untuk mencegah hipertensi. Untuk mencegah komplikasi yang lebih lanjut, penderita hipertensi harus mematuhi protokol diet hipertensi. Penderita hipertensi harus tetap

menjalankan diet hipertensi setiap hari, tidak peduli apakah mereka mengalami sakit atau tidak. Ini dilakukan untuk menjaga tekanan darah penderita hipertensi stabil, yang membantu mencegah penyakit dan komplikasinya. (Putri & Supartayana, 2020).

Karena hipertensi adalah penyakit yang harus ditangani secara mandiri, pasien sangat penting dalam pengobatan diet hipertensi. Untuk dapat menyesuaikan penatalaksanaan hipertensi dalam kehidupan sehari-hari, pasien harus memiliki pengetahuan dan kepatuhan. Mengingat betapa pentingnya menjalankan diet, kepatuhan jangka panjang terhadap diet adalah salah satu komponen utama dalam pengendalian hipertensi (Nugraha, 2018).

Pengetahuan dan kepatuhan sangat penting untuk mencegah hipertensi berkembang menjadi komplikasi yang lebih parah. Pengetahuan penderita sangat memengaruhi kepatuhan sendiri. Hal ini sesuai dengan gagasan Hayani et al., (2021) bahwa banyak hal mempengaruhi kepatuhan seseorang, salah satunya adalah pengetahuan. Orang yang memiliki lebih banyak pengetahuan akan lebih cenderung patuh dalam menjalankan diet hipertensi, sedangkan orang yang memiliki lebih sedikit pengetahuan cenderung tidak patuh. Akibatnya, perilaku yang didasarkan pada pengetahuan akan bertahan lebih lama daripada perilaku yang tidak didasarkan pada pengetahuan.

Penelitian Tumenggung & Herlina, (2017) juga menemukan hubungan antara pengetahuan dan kepatuhan pasien hipertensi terhadap diet mereka. Pengetahuan responden tentang hipertensi rata-rata baik dan kepatuhan juga baik..

Tingkat pengetahuan yang baik tidak menjamin seseorang berperilaku patuh. Ada beberapa hal yang menyebabkan pasien yang memiliki pengetahuan baik namun tidak mematuhi anjuran dari tenaga kesehatan. Menurut penelitian yang dilakukan Purnomo, (2016) menyebutkan bahwa kurangnya motivasi atau lingkungan tempat tinggal pasien yang tidak mendukung, dukungan dari petugas kesehatan atau keluarga yang biasanya tidak peduli, dan pekerjaan pasien yang biasanya menghasilkan gaji yang kurang atau tidak cukup sehingga pasien merasa tidak mampu memenuhi kebutuhan nutrisi mereka menjadi penyebab kurangnya kepatuhan pasien terhadap diet hipertensi. Pengalaman ikut berperan dalam mengatur pola diet pada pasien hipertensi. Orang yang memiliki riwayat hipertensi sebelumnya cenderung lebih memahami hipertensi. Pengalaman ini dapat membantu seseorang mengontrol tekanan darah dan dietnya.

Perawat dapat membantu penderita hipertensi mengubah perilakunya untuk menghindari penyakit atau mengurangi resikonya. Peran perawat yaitu memberikan informasi pada pasien tentang hipertensi dan membangun sikap positif sehingga pasien dapat

merawat diri mereka sendiri untuk mencegah komplikasi (Damayantie et al., 2018).

Berdasarkan fenomena diatas maka peneliti tertarik..untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan Tingkat Pengetahuan Penderita Hipertensi dengan Kepatuhan Diet Hipertensi di Puskesmas Bengkuring Samarinda.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada Hubungan Tingkat Pengetahuan Penderita Hipertensi dengan Kepatuhan Diet Hipertensi di Puskesmas Bengkuring Samarinda ?”.

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui apakah ada hubungan tingkat pengetahuan penderita Hipertensi dengan kepatuhan diet Hipertensi di Puskesmas Bengkuring Samarinda.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan dan status pernikahan di Puskesmas Bengkuring Samarinda.
- b. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan penderita Hipertensi tentang Hipertensi di Puskesmas Bengkuring Samarinda.

- c. Mengidentifikasi kepatuhan penderita dalam menjalankan diet Hipertensi di Puskesmas Bengkuring Samarinda.
- d. Menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan penderita Hipertensi terhadap kepatuhan dalam menjalankan diet Hipertensi di Puskesmas Bengkuring Samarinda.

D. Manfaat penelitian

1. Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan tambahan ilmu yang bermanfaat bagi akademik dan sebagai bahan referensi di perpustakaan khususnya bagi Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan

2. Bagi Puskesmas Bengkuring Samarinda

Penelitian ini diharapkan dapat melengkapi sumber data yang dapat dijadikan acuan dasar dalam perencanaan program terkait hipertensi.

3. Bagi Pendidikan Keperawatan

Penelitian ini menguatkan pelaksanaan kurikulum bagi peserta didiknya untuk mengaplikasikan pentingnya kebutuhan pendidikan kesehatan terkait tentang hipertensi pada masyarakat.

4. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman, wawasan dan ilmu pengetahuan tentang pengetahuan dan kepatuhan diet pada penderita Hipertensi.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dan informasi tambahan bagi peneliti selanjutnya untuk me-ngembangkan penelitian yang terkait Hipertensi.

6. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat tentang pentingnya pengaruh pengetahuan terhadap kepatuhan diet Hipertensi.

E. Keaslian Penelitian

1. Penelitian dari Martini et.al, (2019), Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet Hipertensi di Puskesmas Astambul. Persamaan penelitian ini dengan penelitian diatas yaitu sama – sama meneliti variabel pengetahuan dan kepatuhan diet Hipertensi. Perbedaan penelitian ini dengan dengan penelitian di bawah adalah metode pada penelitian ini yaitu metode deskriptif dengan desain penelitian korelasi dengan teknik *purposive sampling* sedangkan penelitian di bawah menggunakan metode *Literature Review*.
2. Penelitian dari Tumenggung & Herlina, (2017) dengan judul penelitian Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi di RSUD M.M. Dunda Limboto Kabupaten Gorontalo. Persamaan penelitian ini dengan penelitian diatas yaitu sama – sama meneliti variabel pengetahuan dan kepatuhan diet

Hipertensi. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian diatas adalah metode pada penelitian ini menggunakan *Literature Review* sedangkan penelitian di atas menggunakan metode penelitian *Deskriptif* dengan desain desain penelitian korelasi dengan teknik *purposive sampling*

3. Penelitian dari Putri & Supartayana, (2020) dengan judul penelitian Hubungan tingkat pengetahuan lansia tentang Hipertensi dengan kepatuhan diet Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati Buleleng. Penelitian ini dan penelitian sebelumnya sama-sama meneliti variabel pengetahuan dan kepatuhan diet yang berkaitan dengan hipertensi. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif korelasi bersama dengan pendekatan cross-sectional, sementara penelitian sebelumnya menggunakan metode *literature review*.