BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi adalah keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal. Seseorang dinyatakan mengalami penyakit hipertensi bila tekanan sistolik mencapai diatas 140 mmHg dan diastolik diatas 90 mmHg (Junaidi, 2010). Hipertensi mempunyai dampak, tetapi jika dibiarkan dapat berkembang menjadi gagal jantung kronik, stroke, serta pengecilan volume otak, sehingga kemampuan fungsi kognitif dan intelektual seorang penderita hipertensi akan berkurang. Selain itu dampak dari hipertensi dalam jangka panjang juga dapat menyebabkan kematian mendadak (Sustrani & Handibroto, 2006).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, prevalensi hipertensi di Indonesia adalah 26,5 %. Angka ini lebih rendah dari hasil Riskesdas tahun 2007, yaitu 28,5 % (Kemenkes RI, 2013). Walaupun angka di tahun 2013 lebih rendah dari tahun 2007, tetapi hipertensi tetap menjadi sebuah penyakit yang banyak di derita oleh masyarakat dari tahun ke tahun, sehingga membutuhkan pencegahan dan penanganan yang tepat.

Hipertensi merupakan penyakit yang sangat berbahaya, karena tidak ada tanda gejala atau tanda khas untuk peringatan dini. Pemerintah Indonesia telah memberikan perhatian serius dalam pencegahan dan penanggulangan penyakit tidak menular termasuk hipertensi (Hermawati, 2014). Hal ini dapat dilihat dengan dibentuknya Direktorat Menteri Kesehatan No. 1575 Tahun 2005 dalam melaksanakan pencegahan dan penanggulangan penyakit tidak menular yaitu jantung dan pembuluh darah termasuk hipertensi (Robert, 2010). Hipertensi

PERPUSTAKAAN STIKES JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA

berdasarkan etiologinya dibagi menjadi dua yaitu hipertensi primer atau esensial dan hipertensi sekunder. Sekitar 95% hipertensi yang diderita oleh pasien merupakan hipertensi esensial (primer). Penyebab hipertensi esensial ini masih belum diketahui, tetapi faktor genetik dan lingkungan diyakini memegang peranan dalam menyebabkan hipertensi esensial (Robert, 2010). Sedangkan hipertensi sekunder merupakan penyakit yang diderita pasien lebih rendah sekitar 5%, dibandingkan dengan hipertensi primer.

Hipertensi sekunder disebabkan oleh adanya penyakit komorbid atau penggunaan obat-obat tertentu yang dapat meningkatkan tekanan darah. Obat-obat tertentu, baik secara langsung ataupun tidak, dapat menyebabkan hipertensi atau memperberat hipertensi (Robert, 2010).

Hipertensi dan komplikasinya dapat diatasi dan dicegah dengan menjaga gaya hidup. Gaya hidup pada pasien hipertensi yaitu kepatuhan menjalankan diet, menurunkan kegemukan, rajin olahraga, mengurangi konsumsi garam, diet rendah lemak, rendah kolesterol, tidak merokok, tidak mengkonsumsi alkohol, kurangi makan yang mengandung kalium tinggi, batasi kafein, hindari stress dan kontrol tekanan darah secara teratur (Musayaroh, 2011).

Diet merupakan salah satu cara untuk menurunkan hipertensi. Faktor makanan (kepatuhan diet) merupakan hal yang penting untuk diperhatikan pada penderita hipertensi. Penderita hipertensi sebaiknya patuh menjalankan diet hipertensi agar dapat mencegah terjadinya komplikasi yang lebih lanjut. Penderita hipertensi harus tetap menjalankan diet hipertensi setiap hari dengan ada atau tidaknya sakit dan gejala yang timbul. Hal ini dimaksudkan agar keadaan tekanan

PERPUSTAKAAN STIKES JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA

darah penderita hipertensi tetap stabil sehingga dapat terhindar dari penyakit hipertensi dan komplikasinya (Agrina 2011). Hasil penelitian Agrina, Rini, dan Hairitama (2011) kepatuhan diet penderita hipertensi didapatkan responden pada kategori tidak patuh diet yaitu sebanyak 34 orang (56,7%) dan responden yang patuh diet yaitu sebanyak 26 orang (43,3%).

Diet hipertensi bertujuan untuk membantu menurunkan tekanan darah dan mempertahankannya menuju normal. Disamping itu, diet juga ditujukan untuk menurunkan faktor risiko lain seperti berat badan yang berlebih, tingginya kadar lemak kolesterol dan asam urat dalam darah. Mengatur menu makanan sangat dianjurkan bagi penderita hipertensi untuk menghindari dan membatasi makanan yang dapat meningkatkan kadar kolesterol darah serta meningkatkan tekanan darah (Musayaroh, 2011). Usaha yang keras diperlukan pada penderita hipertensi yaitu dalam menjaga diet, gaya hidup, aktifitas fisik, serta keteraturan minum obat yang diresepkan.

Penelitian mengenai kepatuhan diet dengan tekanan darah sudah banyak dilakukan oleh peneliti sebelumnya. Namun, hipertensi masih tetap menjadi fenomena saat ini dan penelitian mengenai hubungan kepatuhan diet dengan tekanan darah pada pasien hipertensi yang akan dilakukan di puskesmas pandak 1 Bantul Yogyakarta belum dilakukan ditempat ini. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 10 orang penderita hipertensi di Puskesmas Pandak 1 Bantul yang dilakukan pada Hari Sabtu tanggal 26 Maret tahun 2016 jam 08.45 WIB. Hasil wawancara dari konsumsi makanan penderita hipertensi, tekanan darah saat terdiagnosa hipertensi, dan pengukuran yang didapatkan yaitu dengan hasil

PERPUSTAKAAN STIKES JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA

prosentase 80% masuk dalam kategori hipertensi *stage* I, dan 20% tekanan darah masuk dalam kategori *stage* II. Sedangkan konsumsi makanan dari tiap-tiap responden tersebut berbeda-beda yaitu sebanyak 90% responden sering mengonsumsi makanan yang berminyak seperti tahu goreng, tempe goreng, ikan, ayam goreng, dan makanan yang mengandung garam berlebih, serta 10% responden sering makan makanan yang bersantan misalnya sayur yang disantan. Dengan demikian maka peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan kepatuhan diet terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pandak 1 Bantul.

PERPUSTAKAAN STIKES JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Adakah hubungan kepatuhan diet dengan tekanan darah pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pandak I Bantul?".

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahuinya hubungan antara kepatuhan diet dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pandak I Bantul.

2. Tujuan Khusus

a. Diketahui gambaran kepatuhan diet pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pandak I Bantul.

b. Diketahui gambaran hubungan antara kepatuhan diet dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pandak I Bantul.

c. Diketahui keeratan hubungan antara kepatuhan diet dengan tekanan darah pada hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pandak I Bantul.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Secara Teoritis

Secara teoris hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan atau sebagai dasar dan perbandingan bagi penelitian selanjutnya untuk pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi serta untuk menambah referensi khususnya tentang kepatuhan diet dengan tekanan darah pada pasien hipertensi.

2. Manfaat Secara Praktis

a. Bagi Stikes A. Yani Yogyakarta

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi ilmiah yang bermanfaat dalam pengembangan pembelajaran yang berhubungan dengan hubungan kepatuhan diet dengan tekanan darah pada pasien hipertensi dalam keperawatan medikal bedah.

b. Bagi Puskesmas Pandak 1 Bantul

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi tenaga kesehatan dalam meningkatkan pelayanan kesehatan melalui data yang diperoleh peneliti dalam membuat program-program kesehatan sehingga

PERPUSTAKAAN STIKES JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA

dapat mengurangi risiko terjadinya penyakit hipertensi dengan mengatur dietnya dengan baik.

c. Bagi Responden

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi kesehatan yang terkait dengan kepatuhan diet penderita hipertensi, sebagai bentuk pengupayaan untuk mengurangi risiko penyakit hipertensi serta dapat menerapkan gaya hidup yang baik.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian tentang faktor lain bagi penderita hipertensi.

PERPUSTAKAAN STIKES JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA

E. Keaslian Penelitian

1. Pujianta, dkk (2015) dengan judul "Hubungan Pola Makan dengan Tingkat Hipertensi Lanjut Usia di Posyandu Pucanganom Rongkop Gunungkidul Yogyakarta". Hasil penelitian yang dilakukan menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian deskriptif korelatif dengan pendekatan *cross sectional*. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan pola makan dengan tingkat hipertensi di Posyandu Lanjut usia Pucanganom Rongkop Gunungkidul Yogyakarta. Populasi sampel pada penelitian ini adalah lansia laki-laki dan perempuan dengan menggunakan *Non-probability* dengan teknik *consecutive sampling.* Uji statistik korelasi Kendal Tau sig dengan hasil penelitian ada hubungan antara pola makan dan tingkat hipertensi

di Posyandu Lanjut Usia Pucanganom Rongkop Gunungkidul Yogyakarta (p > 0,05).

Persamaan dengan penelitian yang dilakukan yaitu variabel variabel terikat yaitu tingkat hipertensi, serta rancangan penelitian cross sectional. Perbedaannya yaitu lokasi peneliti sebelumnya di Posyandu Lanjut Usia Pucanganom Rongkop Gunungkidul Yogyakarta, sedangkan lokasi penelitian yang saya lakukan di wilayah kerja Puskesmas Pandak 1 Bantul Yogyakarta. Populasi dalam penelitian ini yaitu lansia perempuan dan laki-laki, sedangkan populasi dalam penelitian yang saya lakukan yaitu pasien yang mengalami hipertensi dengan jenis kelamin perempuan.

2. Saputro (2009), "Hubungan Tingkat Pengetahuan Pasien tentang Hipertensi dengan Sikap Kepatuhan dalam Menjalankan Diit di Wilayah Puskesmas Andong Kabupaten Boyolali". Hasil distribusi tingkat pengetahuan menunjukkan bahwa sebagian besar responden diketahui bahwa 24 responden mempunyai tingkat pengetahuan kategori baik atau 52% dari seluruh responden penelitian, sementara 22 responden mempunyai tingkat pengetahuan kategori kurang baik atau 48% dari seluruh responden penelitian. Hasil distribusi tingkat sikap kepatuhan menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai tingkat kepatuhan kategori baik sebesar 33 orang atau 72% dari seluruh responden penelitian, sementara responden mempunyai tingkat kepatuhan kategori cukup sebesar 13 orang responden atau 28% dari seluruh responden penelitian.

PERPUSTAKAAN STIKES JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA

Dalam penelitian ini peneliti sama-sama ingin mengetahui tentang kepatuhan dalam menjalankan diet hipertensi, tetapi peneliti diatas lebih mengkhususkan tingkat pengetahuannya. Perbedaan dalam penelitian ini yaitu terletak pada metode penelitian yaitu peneliti sebelumnya menggunakan design *non experiment*, sedangkan peneliti menggunakan metode cross sectional, lokasi penelitian peneliti sebelumnya yaitu wilayah Puskesmas Andong Boyolali, sedangkan peneliti melakukan penelitian di wilayah kerja Puskesmas Pandak 1 Bantul Yogyakarta, dan variabel penelitian.

PERPUSTAKAAN
STIKES JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA