

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi disebut sebagai *silent killer* karena merupakan penyakit fatal yang mungkin tidak menunjukkan gejala apa pun (Vitahealth, 2006). Hipertensi adalah kondisi di mana tekanan darah meningkat di atas normal, berpotensi meningkatkan angka kesakitan dan kematian. Tekanan darah sistolik sebesar 140 mmHg mewakili fase di mana jantung memompa darah, dan tekanan darah diastolik sebesar 90 mmHg mewakili fase di mana darah kembali ke jantung (Tryanto, 2014).

Mengikuti diet yang sehat (mengurangi konsumsi garam, lemak, dan kolesterol serta mengonsumsi makanan yang kaya serat), berolahraga secara konsisten, menjauhi minuman keras, menjauhi stress berat, dan minum obat hipertensi sesuai kebutuhan adalah cara untuk mencegah dan mengontrol hipertensi. (Martini *et al.*, 2019)

Menurut World Health Organization (WHO), hipertensi mengacu pada suatu kondisi di mana tekanan darah sistolik seseorang sama atau lebih tinggi dari 160 mmHg dan tekanan darah diastolik sama atau lebih tinggi dari 80 mmHg untuk jangka waktu tertentu. Berdasarkan data yang diperoleh dari WHO tahun 2020 jumlah penderita hipertensi didunia 1,13 Milliyar jiwa (28,79%) artinya 1 dari 3 orang didunia menderita hipertensi. Angka penderita hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 terdapat 1,5 milliyar penderita hipertensi dan

diperkirakan 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya setiap tahunnya. Di ASEAN pada tahun 2020, Vietnam berada di urutan pertama untuk hipertensi (43,5%) dan Indonesia di urutan kedua untuk hipertensi (31,7%) (WHO, 2020).

Jawa Barat merupakan Provinsi yang berada di urutan kedua tertinggi setelah Kalimantan Selatan, menurut Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat tahun 2019. Hasil pengukuran tekanan darah di Provinsi Jawa Barat pada tahun 2019 sebesar 41,6%, meningkat dari hasil Riskesdas tahun 2018 sebesar 39,6%, yang merupakan peningkatan dari hasil Riskesdas tahun 2013 yaitu 29,4 %. Menurut data prevalensi hipertensi di Provinsi Jawa Barat (Dinas Kesehatan Jawa Barat, 2020), penduduk usia 18 tahun ke atas adalah 39,6%.

Dinas Kesehatan Kabupaten Tasikmalaya (2022) menyatakan bahwa jumlah penderita hipertensi pada semua kelompok umur dan jenis kelamin sebanyak 153.474 orang dengan presentase tertinggi yaitu Puskesmas Karangnunggal sebanyak 7,097 dan Puskesmas Cisayong termasuk deretan dengan populasi tinggi ke – 9 dengan penderita hipertensi sebanyak 5,027.

Pengetahuan adalah salah satu faktor yang mengarah pada terbentuknya perilaku. Yang perlu diketahui oleh penderita darah tinggi antara lain apa itu tekanan darah tinggi, apa penyebab darah tinggi, gejala darah tinggi, pentingnya pencegahan pola makan, dan risiko komplikasi akibat tekanan darah tinggi. Pengetahuan tentang hipertensi dapat diperoleh

melalui pelayanan medis, televisi, radio, internet, surat kabar, dan lain-lain. (Pramestutie *et al.*, 2016).

Hasil penelitian Diyono (2013) menunjukkan bahwa semakin banyak pasien mengetahui tentang hipertensi, maka semakin baik pula perilakunya dalam mengontrol tekanan darah. Sebaliknya jika pasien memiliki pengetahuan yang rendah tentang hipertensi maka perilaku pengendalian tekanan darahnya pun akan buruk.

Peningkatan tekanan darah dipengaruhi oleh berbagai faktor risiko, antara lain usia, jenis kelamin, riwayat keluarga, genetika (faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi/dikendalikan), dan gaya hidup, seperti kebiasaan merokok, asupan garam, asupan lemak jenuh, penggunaan minyak goreng, dan kebiasaan minum. Penggunaan alkohol, obesitas, kurangnya aktivitas fisik, stres, penggunaan estrogen. (Kemenkes RI, 2014).

Faktor makanan (kepatuhan diet) merupakan hal yang penting untuk diperhatikan pada penderita hipertensi (Wisnu Widyantoro, 2019). Menurut Agrina (2011) diet merupakan salah satu cara untuk mengatur asupan makanan bagi penderita hipertensi. Untuk mencegah komplikasi yang lebih lanjut, penderita hipertensi harus mematuhi diet hipertensi setiap hari. Untuk mencegah komplikasi hipertensi dan tekanan darah tinggi, langkah ini dilakukan untuk menjaga tekanan darah pasien stabil. (Oktaria *et al.*, 2023)

Kepatuhan dapat terlaksana secara baik apabila seseorang tahu akan manfaat dari diet yang sedang dijalani dan didukung dengan pemahaman yang baik. Tingkat pemahaman yang rendah akan kepatuhan diet membuat menurunnya kesadaran akan pentingnya menjalani kepatuhan diet hipertensi dan akan berdampak pada cara melakukan diet hipertensi, sehingga menimbulkan komplikasi yang berkelanjutan. Kepatuhan terhadap diet hipertensi akan baik jika pasien mampu mematuhi diet yang dianjurkan oleh penyedia layanan kesehatan (W. T. Wahyudi et al., 2020)

Dari studi pendahuluan yang dilakukan tanggal 05 April 2023 kepada petugas Puskesmas Cisayong, didapatkan data jumlah penderita hipertensi pada tahun 2021 & 2022 di Kecamatan Cisayong. Didapatkan data bahwa pada tahun 2021 penderita hipertensi di Desa Santanamekar sebanyak 138 orang, data terbaru pada tahun 2022 penderita hipertensi di Desa Santanamekar mengalami kenaikan menjadi 144 orang sehingga Desa Santanamekar sebagai desa yang paling banyak penderita hipertensi pada tahun 2022 di Kecamatan Cisayong.

Hasil wawancara pada 10 penderita hipertensi di Desa Santanamekar mereka mengatakan masih kurang mengetahui hipertensi dan juga diet hipertensi, dalam kepatuhan nya mereka juga masing kurang, 7 dari 10 penderita hipertensi yang di wawancarai mereka masih sering mengkonsumsi makanan yang asin – asin seperti ikan asin, ikan teri dan telur asin. Hasil studi pendahuluan tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kepatuhan

Diet Pada Penderita Hipertensi Di Desa Santanamekar Kecamatan Cisayong Kabupaten Tasikmalaya “

Dalam agama islam, segala sesuatu yang berlebih – lebihan adalah perbuatan yang tercela dan dilarang. Hal ini termasuk juga dalam hal makanan dan minuman, seperti yang termaktub dalam fiman Allah yang berbunyi :

وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ

“Makan dan minumlah, dan janganlah berlebih – lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang – orang yang berlebih – lebihan.” (Al quran:surah Al - A”raf, ayat 31)

B. Rumusan Masalah

Jumlah penderita hipertensi terus meningkat di masyarakat, dan kepatuhan jangka panjang merupakan salah satu faktor utama dalam pengendalian hipertensi. Untuk mampu mengubah perilaku pengelolaan diet penderita hipertensi memerlukan dukungan semua pihak dan keinginan yang cukup kuat.

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, peneliti menetapkan rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “apakah ada hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi di Desa Santanamekar Kecamatan Cisayong Kabupaten Tasikmalaya?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi di Desa Santanamekar Kecamatan Cisayong Kabupaten Tasikmalaya

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat pengetahuan tentang hipertensi di Desa Santanamekar Kecamatan Cisayong Kabupaten Tasikmalaya
- b. Mengetahui tingkat kepatuhan diet pada penderita hipertensi di Desa Santanamekar Kecamatan Cisayong Kabupaten Tasikmalaya

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi peneliti

Dapat meningkatkan kemampuan dan keterampilan dalam melakukan penelitian serta meningkatkan pemahaman tentang perilaku diet pada pasien hipertensi.

2. Manfaat bagi lembaga dan Istansi pendidikan keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah literatur dan referensi Program Studi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya sehingga dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya.

3. Manfaat bagi masyarakat atau responden

Hasil penelitian ini diharapkan masyarakat atau reponden dapat mengaplikasikan terapi nonfarmakologi berupa diet hipertensi dalam kehidupan sehari-hari.

4. Manfaat Profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pemahaman mahasiswa mengenai diet nonfarmakologis terhadap hipertensi sehingga dapat diterapkan di masyarakat saat memasuki dunia kerja.

