

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Penyakit darah tinggi atau hipertensi (*hypertension*) adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah diatas normal yang ditunjukkan oleh angka bagian atas (*systolic*) dan angka bagian bawah (*diastolic*) pada pemeriksaan tensi darah menggunakan alat pengukur tekanan darah baik yang berupa cuff air raksa (*sphygmomanometer*) ataupun alat digital lainnya (Wahdah, 2011). Penyakit darah tinggi merupakan suatu gangguan pada pembuluh darah dan jantung, yang mengakibatkan suplay oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkannya (Pudiastuti, 2011). 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 pada tahun 2025 jumlah tersebut akan meningkat menjadi 60% atau sekitar 1,56 miliar orang.

Menurut Riset Kesehatan Dasar Indonesia tahun 2007-2008, menunjukkan peningkatan yang tinggi mengenai hipertensi. Kejadian prevalensi hipertensi di Indonesia telah mencapai 31,7% dari total penduduk dewasa. Hal ini terlihat dari hasil pengukuran tekanan darah pada usia 18 tahun keatas ditemukan prevalensi hipertensi di Indonesia

sebesar 18,7 %. Dimana hanya 7,2% penduduk yang sudah mengetahui memiliki hipertensi, dan hanya 0.4% kasus yang minum obat hipertensi.

Berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2013, prevalensi hipertensi di Indonesia tahun 2013 sebesar 26,5%, di Sulawesi Selatan sebanyak 28,0% (Depkes RI, 2013). Meskipun prevalensi hipertensi menurun, jumlah ini masih sangat tinggi. Pola hidup sehat harus dikedepankan masyarakat Indonesia agar tekanan darah selalu berada di bawah 140 per 90 mmHg atau normal. Hipertensi menjadi penyakit penyebab kematian nomor tiga setelah stroke dan *tuberculosis* di Indonesia (Syamsudin, 2011).

Di Jawa Tengah penderita hipertensi mencapai 37,0% berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah dan kepatuhan terhadap minum obat hanya 7,9%. Di Yogyakarta penyakit hipertensi tergolong tinggi. Berdasarkan data kunjungan rawat jalan Puskesmas di Yogyakarta tahun 2008, hipertensi menjadi penyakit paling tinggi kedua terutama bagi keluarga miskin (Profil Kesehatan Provinsi DIY, 2012). Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Puskesmas Godean II Yogyakarta didapatkan data penderita hipertensi selama satu bulan terakhir pada tahun 2015 adalah sebanyak 86 orang (Sumber Data Primer Puskesmas Godean II Yogyakarta, 2015).

Sampai saat ini hipertensi masih menjadi masalah karena masih banyak pasien hipertensi yang belum mendapat pengobatan maupun yang sudah diobati tetapi tekanan darahnya belum mencapai target, serta adanya penyakit penyerta dan komplikasi yang dapat meningkatkan morbiditas

dan mortalitas (Sudayo, Setyohadi, et. al., 2009). Menurut Soeryoko (2010) penyakit hipertensi dapat menyebabkan komplikasi atau penyakit lanjutan seperti, stroke, serangan jantung, edema paru, gagal ginjal, kebutaan dan pendengaran menurun. Hipertensi merupakan penyakit yang tidak dapat diobati, tetapi dapat diberikan penatalaksanaan untuk mencegah agar tidak terjadi komplikasi.

Pencegahan komplikasi hipertensi dapat dilakukan dengan mengubah pola hidup. Penderita hipertensi yang mengalami obesitas dianjurkan untuk menurunkan berat badan sampai batas ideal, mengubah pola makan pada penderita hipertensi dengan kadar kolestrol darah tinggi dengan mengurangi konsumsi garam dan berhenti kebiasaan minum alkohol. Penderita hipertensi harus melakukan olah raga yang tidak terlalu berat, berhenti merokok, istirahat yang cukup, hidup dengan pola yang sehat, dan mengelola stres dengan baik (Susilo & Wulandari, 2011).

Salah satu penyebab terjadinya komplikasi hipertensi karena pola makan yang tidak sehat yang dapat mengakibatkan beberapa masalah seperti obesitas, penumpukan kolestrol, dan kadar gula darah yang tinggi. Kelebihan berat badan yang diikuti dengan kurangnya olah raga, serta mengkonsumsi makanan berlemak dan berkadar garam tinggi juga merupakan salah satu faktor penyebab komplikasi hipertensi (Palmer, 2007 cit Agrina, dkk., 2011). Oleh karena itu diperlukan pengaturan asupan makanan yang sehat untuk mengurangi risiko terjadinya

komplikasi pada hipertensi (Soeryoko, 2010), salah satunya adalah dengan pengaturan diet.

Diet adalah mengkonsumsi makanan dan minuman dengan takaran tertentu, dalam waktu tertentu, dan jenis makanan tertentu. Diet sangat membantu dalam mengontrol tekanan darah dan penyakit akibat gangguan metabolisme seperti diabetes, asam urat, dan kolestrol. Manfaat yang diperoleh dari diet adalah kolestrol selalu normal dan tidak terjadi obesitas. Diet merupakan bentuk perilaku hidup sehat, diet hipertensi sangat bermanfaat bagi penderita hipertensi. Namun, banyak penderita hipertensi yang masih mempunyai perilaku diet hipertensi yang tidak baik (Soeryoko, 2010).

Diet hipertensi dapat dilakukan dengan mengurangi asupan garam ke dalam tubuh dengan menggunakan ukuran sekitar satu sendok teh garam per hari, dan memperbanyak konsumsi serat, karena serat dapat memperlancar buang air besar dan mengurangi asupan natrium. Diet juga dilakukan dengan menghentikan kebiasaan buruk seperti minum alkohol dan kopi yang dapat memacu peningkatan detak jantung. Selain itu, penderita hipertensi juga harus memperbanyak asupan kalium, karena kalium dapat membantu mengatasi kelebihan natrium, diet merupakan salah satu perilaku yang digunakan dalam manajemen hipertensi (Susilo & Wulandari, 2011).

Diet merupakan salah satu perilaku yang digunakan dalam manajemen hipertensi (Ridwan, 2012). Berdasarkan penelitian Yusuf

(2013) menunjukkan bahwa sebanyak 60,4% penderita hipertensi memiliki perilaku yang kurang baik terhadap diet hipertensi. Hal ini disebabkan salah satunya adalah masih rendahnya tingkat pengetahuan penderita hipertensi tentang diet yang benar. Agar dapat menjalankan perilaku diet yang baik, penderita hipertensi memerlukan pengetahuan dan perilaku yang sesuai (Gowda & Nayak, 2013). Berdasarkan penelitian Dewi (2013) menunjukkan bahwa sebanyak 50% penderita hipertensi memiliki tingkat pengetahuan yang kurang tentang hipertensi.

Berdasarkan data yang didapatkan jumlah penderita hipertensi di Puskesmas Godean II Yogyakarta satu bulan terakhir adalah 86 orang sedangkan data yang di dapatkan di Puskesmas Godean I pasien hipertensi berjumlah 49 orang. Berdasarkan hasil survei dan *interview* kepada responden di Puskesmas Godean II Yogyakarta diperoleh data 7 dari 10 responden mengatakan bahwa belum mengetahui manfaat diet hipertensi dan perilaku diet hipertensi yang masih minim dipraktikkan dalam kehidupan sehari-hari, misalnya, responden masih sering mengonsumsi makanan yang asin-asin dan berlemak. Oleh karena itu, peneliti ingin melakukan penelitian lebih lanjut terkait persepsi manfaat diet hipertensi dengan perilaku diet pada pasien hipertensi di Puskesmas Godean II Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah yaitu “Adakah hubungan persepsi manfaat diet hipertensi dengan perilaku diet pada pasien hipertensi di Puskesmas Godean II Yogyakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan persepsi manfaat diet hipertensi dengan perilaku diet pada pasien hipertensi di Puskesmas Godean II Sleman Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini adalah :

- a. Untuk mengetahui karakteristik demografi pasien hipertensi
- b. Untuk mengetahui persepsi manfaat diet hipertensi pada pasien hipertensi
- c. Untuk mengetahui perilaku diet hipertensi pada pasien hipertensi

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Puskesmas

Bagi puskesmas, manfaat penelitian ini adalah untuk mengetahui persepsi manfaat diet hipertensi pada pasien hipertensi sehingga bisa membuat program atau kebijakan untuk meningkatkan perilaku diet hipertensi.

2. Bagi Pasien

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai stimulus bagi pasien sehingga pasien akan tergerak untuk memahami manfaat diet bagi penderita hipertensi dan meningkatkan perilaku dietnya.

3. Bagi Perawat

Hasil penelitian ini sebagai bahan masukan untuk perkembangan ilmu keperawatan khususnya untuk meningkatkan pengetahuan pasien tentang diet hipertensi sehingga pasien memahami manfaat diet dan dapat meningkatkan perilaku dietnya.

4. Bagi penelitian selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi, pengetahuan dan data dasar untuk mengembangkan penelitian berikutnya terutama yang berhubungan dengan manfaat diet dan perilaku diet pada pasien hipertensi.

E. Penelitian Terkait

1. Triyanto (2013) dengan judul penelitian “Hubungan peran keluarga terhadap perilaku diet hipertensi pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pengasih I Kabupaten Kulonprogo Yogyakarta”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan peran keluarga terhadap perilaku diet hipertensi pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Pengasih I Kabupaten Kulonprogo. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah non eksperimen dengan pendekatan *cross sectional*. Responden dalam

penelitian ini sebanyak 40 lansia dan keluarganya yang berada di wilayah kerja Puskesmas Pengasih I dipilih dengan metode *simple random sampling*. Analisa data yang digunakan yaitu statistik non parametris dengan uji Spearman Rho.

Hasil penelitian ini menunjukkan hubungan yang signifikan antara peran keluarga terhadap perilaku diet hipertensi pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas I ($p\text{-value}=0,007$) dengan keeratan hubungan sedang ($r=0,417$). Mayoritas peran keluarga adalah cukup (55%) dan mayoritas perilaku diet hipertensi adalah baik (50%).

Perbedaan dengan penelitian ini yaitu dalam hal lokasi penelitian, jumlah responden, dan variabel yang diteliti. Untuk lokasi penelitian, penelitian tersebut dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Kasihan II Bantul, sedangkan penelitian yang akan dilakukan saat ini berlokasi di wilayah kerja Puskesmas Godean II. Pengambilan sample dalam penelitian tersebut menggunakan *simple random sampling* sedangkan penelitian yang akan dilakukan saat ini menggunakan *purposive sampling*. Variabel dalam penelitian tersebut yaitu peran keluarga dan perilaku diet hipertensi, sedangkan variabel penelitian yang akan dilakukan saat ini yaitu persepsi manfaat diet hipertensi dan perilaku diet pada pasien hipertensi.

2. Santoso (2014) dengan judul penelitian “Pengaruh Pemanfaatan Teknologi Informasi Blog Edukatif Tentang Hipertensi Dan Terhadap

Perilaku Diet Hipertensi Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Wirobrajan Yogyakarta". Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemanfaatan teknologi informasi blog edukatif tentang hipertensi dan telepon terhadap perilaku diet hipertensi pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wirobrajan Yogyakarta. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi experiment* dengan menggunakan *one group pre-post test design*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Responden sebagai kelompok eksperimen dalam penelitian ini berjumlah 21 orang yang berada di wilayah kerja Puskesmas Wirobrajan Yogyakarta. Analisis data menggunakan *paired sample t test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan pada perilaku diet hipertensi setelah memanfaatkan teknologi informasi blog edukatif tentang hipertensi dan telepon ($t = -6,185$, $p = 0,00$). Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh pemanfaatan teknologi informasi blog edukatif tentang hipertensi dan telepon terhadap perilaku diet hipertensi pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Wirobrajan Yogyakarta.

Perbedaan dengan penelitian ini yaitu dalam hal lokasi penelitian, jumlah responden, dan variabel yang diteliti. Untuk lokasi penelitian, penelitian tersebut dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Wirobrajan Yogyakarta, sedangkan penelitian yang akan dilakukan saat ini

berlokasi di wilayah kerja Puskesmas Godean II Yogyakarta. Variabel dalam penelitian tersebut yaitu pemanfaatan teknologi informasi blog edukatif tentang hipertensi dan telepon, dan perilaku diet hipertensi. Sedangkan variabel penelitian yang akan dilakukan saat ini yaitu persepsi manfaat diet hipertensi dan perilaku diet hipertensi.

3. Nugraheny (2012) dengan judul penelitian “Pengaruh Penyuluhan Tentang Diet Hipertensi Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kasihan I Bantul Yogyakarta”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penyuluhan tentang diet hipertensi terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kasihan I Bantul Yogyakarta. Metode yang digunakan dalam penelitian adalah *quasy eksperiment* dengan rancangan *pre-post test with control group*. Penelitian ini dilakukan di perumahan Karang Jati Indah II sebagai kelompok eksperimen, dengan jumlah responden 27 orang dan di Ngabel sebagai kelompok kontrol, jumlah responden 20 orang. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *purposive sampling*. Analisa data menggunakan uji *Paired Samples Test* untuk data yang berdistribusi normal sedangkan yang tidak berdistribusi normal menggunakan menggunakan uji *Wilcoxon* dan *Mann-Whiney*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan pada tekanan darah sistolik antara kelompok eksperimen dan kontrol dengan nilai $p=0.002$, tekanan darah diatolik di dapatkan nilai

$p=0.025$. kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh penyuluhan tentang diet hipertensi terhadap perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kasihan Bantul I Yogyakarta. Saran ditunjukkan kepada pihak Puskesmas agar melakukan penanggulangan yang lebih serius terhadap penyakit-penyakit yang tidak menular (PTM).

Perbedaan dalam penelitian yaitu dalam hal lokasi penelitian, jumlah responden, dan variabel yang diteliti. Untuk lokasi penelitian, penelitian tersebut dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Kasihan Bantul I, sedangkan penelitian yang akan dilakukan saat ini berlokasi di wilayah kerja Puskesmas Godean II. Variabel dalam penelitian tersebut yaitu pengaruh penyuluhan tentang diet hipertensi dan perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi, sedangkan variabel penelitian yang akan dilakukan saat ini yaitu persepsi manfaat diet hipertensi dan perilaku diet pada pasien hipertensi.