

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang.

Hipertensi merupakan penyakit yang tidak menular dan sering dijumpai di masyarakat yang dapat menyerang baik pria maupun wanita, tua maupun muda. Hipertensi merupakan penyebab utama gagal jantung, stroke dan gagal ginjal sehingga sering disebut sebagai “*the silent killer*” karena penderitanya seringkali tidak menunjukkan gejala atau tidak ada keluhan (Kemenkes RI 2021). Hipertensi juga dikenal sebagai penyebab penyakit kardiovaskular dengan angka kematian yang tinggi sehingga menjadi penyebab kematian terbanyak ketiga setelah tuberkulosis dan stroke (Tuloli et al., 2022).

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2019 memperkirakan terdapat 1,13 miliar orang dengan hipertensi di seluruh dunia, dua pertiga kasus berada di negara yang berpenghasilan menengah kebawah. Jumlah kasus ini akan terus meningkat setiap tahunnya dan pada tahun 2025 diperkirakan akan mencapai 1,5 miliar kasus. Angka kematian akibat hipertensi dan komplikasinya diperkirakan dapat mencapai 9,4 juta orang setiap tahunnya (Kemenkes, 2019).

Data dari Kemenkes (2018) prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah pada penduduk berusia ≥ 18 tahun adalah 34,11% atau sebanyak 658.201 penderita hipertensi. Prevalensi hipertensi di DIY adalah 11.01 %. Dengan prevalensi ini, maka DIY menempati urutan ke-4 sebagai provinsi dengan kasus hipertensi yang

tinggi. Hipertensi selalu masuk dalam 10 besar penyakit, termasuk 10 besar penyebab kematian di DIY dalam beberapa tahun terakhir. Jumlah estimasi keseluruhan penderita hipertensi yang berusia ≥ 15 tahun adalah 251.100 kasus (Profil Kesehatan DIY, 2021). Data dari Dinas Kesehatan (Dinkes) Bantul 2022 jumlah penderita hipertensi terbanyak ada pada perempuan yaitu 67,8% atau 26.479 orang dan laki-laki sebanyak 32.2% atau sebanyak 12.574 orang. Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Puskesmas Kasihan I, pada tahun 2022 Puskesmas Kasihan I merupakan puskesmas dengan jumlah penderita hipertensi terbanyak ke 3 di Kabupaten Bantul. Jumlah penderita hipertensi di Puskesmas Kasihan I sebanyak 5.016 pasien, dan yang rutin menjalani pengobatan di Puskesmas Kasihan I sebanyak 277 pasien (Dinas Kesehatan Bantul, 2022).

Terdapat dua cara untuk mengontrol tekanan darah agar tetap stabil yaitu dengan obat-obatan dan perubahan gaya hidup (Machsus et al., 2020). *American Heart Association* (AHA) menyatakan bahwa pola makan dapat menurunkan tekanan darah serta dapat menurunkan risiko penyakit jantung dan stroke. Salah satu cara untuk mencegah terjadinya komplikasi hipertensi yaitu dengan melakukan diet. Diet bagi penderita hipertensi yang direkomendasikan oleh AHA yaitu diet *Dietary Approach to Stop Hypertension* (DASH) (Belanger et al., 2022). Tujuan dari diet DASH yaitu untuk membantu menurunkan tekanan darah dan mempertahankan tekanan darah pada tingkat normal. Diet DASH dapat menurunkan tekanan darah sistolik 6-11 mmHg dan tekanan darah diastolik 3-6 (Kemenkes, 2023).

Nazari & Khairunnisa (2022) menyatakan bahwa terkait dengan diet hipertensi, maka pengetahuan menjadi faktor yang penting bagi penderita hipertensi untuk melakukan pencegahan agar tidak terjadi komplikasi. Pengetahuan akan memengaruhi pasien hipertensi agar dapat mengatasi atau melakukan pencegahan agar tidak terjadi komplikasi. Pengetahuan dengan praktik jika dihubungkan maka akan didapatkan adanya hubungan yang bersifat positif, yaitu jika tingkat pengetahuan tinggi maka tingkat kepatuhan juga tinggi (Oktaria et al., 2023). Pengetahuan yang baik tentang hipertensi akan memberikan pengaruh yang baik apabila pemahamannya tersebut dapat diterapkan pada kebiasaan makan sehari-hari yang disesuaikan dengan gizi seimbang (Wulandari., 2019). Penelitian yang dilakukan oleh (Ottu et al., 2021) didapatkan hasil bahwa responden yang memiliki tingkat pengetahuan yang buruk - cukup memiliki sikap yang tidak patuh pada program diet. Bagi responden yang memiliki pengetahuan yang baik maka memiliki kepatuhan program diet yang baik. Hasil uji analisis menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi. Penelitian yang dilakukan oleh (Mariana et al., 2022), didapatkan hasil bahwa ada hubungan antara pengetahuan diet hipertensi dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi di Pusat Kesehatan Wandulako. Perbedaan penelitian ini yaitu pada sampel, populasi yang digunakan dan kolasi penelitian.

Faktor lain yang dapat memengaruhi kepatuhan yaitu motivasi dalam diri (Handayani & Nora, 2019). Upaya pencegahan dan pengendalian

hipertensi harus dimulai dari individu yang menderita hipertensi, sehingga memerlukan kesadaran dan motivasi diri dalam melaksanakan program terapi (Setyaningsih & Ningsih, 2019). Motivasi terbentuk karena adanya hubungan antara dorongan, tujuan dan kebutuhan untuk sembuh. Dengan adanya kebutuhan untuk sembuh, maka pasien hipertensi akan terdorong untuk patuh (Prihatin et al., 2020). Motivasi akan terlaksana ketika seseorang mengetahui manfaat yang dapat diambil dengan didukung oleh pengetahuan yang memadai tentang hipertensi (Setyaningsih & Ningsih., 2019). Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Handayani & Nora., 2019), menunjukkan hasil penelitian bahwa 60,3% responden tidak mematuhi diet hipertensi, dan sebanyak 56,9% responden memiliki motivasi rendah. Hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara motivasi dengan kepatuhan menjalani diet hipertensi $p=0,002$ ($p<0,05$). Perbedaan antara penelitian ini yaitu pada sampel, populasi yang digunakan dan lokasi penelitian.

Quran Surah Al-A'raf ayat 31 berbunyi:

يُحِبُّ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ ۖ تَسْرِفُونَ وَلَا تَأْكُلُوا مِمَّا حُرِّمَ عَلَيْكُمْ وَارْتَبُوا بِرِجَالِكُمْ لَا تَرَوُوهَا يُحِبُّ وَلَا يُحِبُّ ۗ وَالْأَسْرَافُ سَاءٌ مَّا كَانُوا يَفْعَلُونَ
 الْمُسْرِفِينَ

Artinya: Hai anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah di setiap (memasuki) mesjid, makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan. (QS Al-A'raf : 31). (AL-QURAN)

Dalam ayat ini diterangkan bahwa memakai pakaian yang bagus, makan makanan yang baik dan minum minuman yang bermanfaat adalah dalam rangka mengatur dan memelihara kesehatan untuk dapat beribadah kepada Allah dengan baik. Karena kesehatan badan banyak hubungannya dengan makanan dan minuman. Makanan dan minuman yang berlebihan berakibat terganggunya kesehatan. Karena itu, Allah melarang berlebihan dalam makan dan minum. Jangan berlebihan dalam porsi makan dan minum itu sendiri. Sebab, makan dan minum dengan porsi yang berlebihan dan melampaui batas akan mendatangkan penyakit. Makan kalau sudah merasa lapar, dan kalau sudah makan, janganlah sampai terlalu kenyang. Begitu juga dengan minuman, minumlah kalau merasa haus dan bila rasa haus hilang, berhentilah minum.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan dan Motivasi Diri Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Hipertensi. Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat dilakukan upaya tindak lanjut untuk mengetahui faktor dominan yang berkaitan dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi.

B. Rumusan Masalah.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

“Apakah terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dan motivasi diri dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi?”

C. Tujuan Penelitian.

1. Tujuan Umum.

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dan motivasi diri dengan kepatuhan diet hipertensi.

2. Tujuan Khusus.

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah

- a. Untuk mengetahui data demografi pada penderita hipertensi
- b. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang diet hipertensi pada penderita hipertensi
- c. Untuk mengetahui tingkat motivasi diri penderita hipertensi
- d. Untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi dan keeratan hubungan
- e. Untuk mengetahui hubungan motivasi dengan kepatuhan diet hipertensi dan keeratan hubungan

D. Manfaat Penelitian.

1. Bagi Mahasiswa.

Berkaitan dengan aspek pengembangan ilmu, penelitian ini berguna untuk menambah wawasan ilmu pengetahuan mahasiswa ilmu keperawatan tentang hubungan antara tingkat pengetahuan dan motivasi diri dengan kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi.

2. Bagi Pasien dan Masyarakat.

Dapat memberikan informasi kepada pasien khususnya penderita hipertensi dalam usaha untuk meningkatkan pengetahuan tentang diet hipertensi dan motivasi diri terhadap kepatuhan diet hipertensi

3. Bagi Peneliti.

- a. Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh mahasiswa sebagai referensi dalam penatalaksanaan hipertensi.
- b. Peneliti dapat menambah ilmu pengetahuan dan penelitian ini dapat menjadi sarana untuk belajar, berpikir kritis dan mengaplikasikan ilmu yang didapat dari perkuliahan.

E. Penelitian Terkait.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Darmarani et al (2020) dengan judul “Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Yang Menderita Hipertensi Di Desa Buntu Buda Kecamatan Mamasa”. Penelitian ini menggunakan metode penelitian *deskriptif corelation* dengan pendekatan *cross sectional study* dan dilaksanakan di Desa Buntu Buda, Kecamatan Mamasa, Kabupaten Mamasa pada bulan Januari 2019. Populasi adalah lansia yang berumur 60-79 tahun di Desa Buntu Buda, yakni sebanyak 97 lansia. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling dengan jumlah sampel sebanyak 30 lansia. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden yang pengetahuannya baik berjumlah 14 responden, dimana terdapat 12 responden (85,7%) yang patuh menjalani diet dan 2 responden (14,3%) yang tidak patuh

menjalani diet. Sedangkan responden yang pengetahuannya kurang berjumlah 16 responden, dimana terdapat 6 responden (37,5%) yang patuh menjalani diet dan 10 responden (62,5%) yang tidak patuh menjalani diet ($p=0,011$). Kesimpulan penelitian ini adalah ada hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet pada lansia yang menderita hipertensi di Desa Buntu Buda Kecamatan Mamasa.

Persamaan penelitian ini yaitu variabel independent tingkat pengetahuan, variabel dependen kepatuhan diet dan menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain *descriptif coreational*. Sedangkan perbedaan pada penelitian ini yaitu populasi, lokasi yang digunakan, dan variabel independen motivasi.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Hikmawati et al (2022) dengan judul “Tingkat Pengetahuan Mempengaruhi kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia”. Metode penelitian yang digunakan adalah metode analitik dengan pendekatan *cross sectional* dengan jumlah sampel sebanyak 40 responden penderita hipertensi. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik total sampling. Instrument pengumpulan data menggunakan kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan tinggi (67,5%), dan patuh menjalankan diet hipertensi (62,5%). Hasil uji statistik diperoleh nilai p sebesar 0.006 dan nilai p value < 0.05, yang berarti ada hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia. Tingkat pengetahuan responden

berhubungan secara signifikan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia dengan hipertensi di Desa Waimital Kecamatan Kairatu.

Persamaan penelitian ini yaitu variabel independent tingkat pengetahuan, variabel dependen kepatuhan diet dan menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan studi *cross-sectional*. Sedangkan perbedaan pada penelitian ini yaitu populasi, lokasi yang digunakan, dan variabel independen motivasi.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Muharani Syaftriani et al (2023) dengan judul “The Relationship between Self-Motivation and Diet Compliance in Hypertension Patients at Mitra Medika General Hospital in Medan”. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bersifat survey analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi yang berada di ruangan Poli Rumah Sakit Umum Mitra Medika Medan sebanyak 308 orang. Sampel pada penelitian ini berjumlah 75 orang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah purposive sampling dengan kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah pasien hipertensi yang melakukan rawat jalan di RS Mitra Medika Medan dan bersedia menjadi responden. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini analisis univariat dan bivariat. Berdasarkan hasil uji chi-square menunjukkan nilai p-value ($0,000 < \alpha (0,05)$), hal ini membuktikan bahwa ada hubungan antara motivasi diri dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Mitra Medika Medan. Penelitian ini

menyimpulkan bahwa adanya hubungan antara motivasi diri dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Umum Mitra Medika Medan. Disarankan kepada pasien hipertensi untuk memperbaiki serta meningkatkan kepatuhan diet demi menjaga kadar tekanan darah pasien.

Persamaan penelitian ini yaitu variabel independent motivasi diri, variabel dependen kepatuhan diet dan menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan studi *cross-sectional*. Sedangkan perbedaan pada penelitian ini yaitu populasi, lokasi yang digunakan, dan variabel independen tingkat pengetahuan.

4. Penelitian yang dilakukan oleh (Handayani & Nora, 2019) dengan judul “Hubungan Motivasi Pasien Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi di Puskesmas Andalas Padang”. Penelitian dan pengumpulan data dilakukan di Puskesmas Andalas Padang dari bulan Februari sampai Agustus 2018, dengan jumlah populasi 138 responden dan sampel 58 responden, teknik pengambilan sampel menggunakan *Accidental Sampling*. Data yang diperoleh dianalisa secara univariat dengan distribusi frekuensi dan bivariat dengan uji statistik Chi Square. Hasil penelitian didapatkan sebanyak 60,3% responden tidak patuh diet hipertensi, dan sebanyak 56,9 % responden memiliki motivasi rendah. Hasil uji statistik terdapat hubungan yang bermakna antara motivasi dengan kepatuhan diet hipertensi $p=0,002$ ($p<0,05$).

Persamaan penelitian ini yaitu variabel independent motivasi diri, variabel dependen kepatuhan diet. Sedangkan perbedaan pada penelitian ini yaitu teknik pengambilan sampel menggunakan pendekatan studi *cross-sectional*, populasi, lokasi yang digunakan, dan variabel independen tingkat pengetahuan.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Maulidini (2022) dengan judul “Perbedaan Tingkat Pengetahuan Mengenai Hipertensi dan Diabetes Melitus Pada Peserta Prolanis dan Non-Prolanis di Puskesmas Kecamatan Kembangan Tahun 2022”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif analitik dengan desain *cross sectional* dan teknik sampling menggunakan *accidental sampling*, dengan jumlah sampel sebanyak 178. Kuesioner HK-LS dan DKQ-24 menjadi instrument pada penelitian ini. Analisis data yang digunakan yaitu analisis regresi logistic model faktor risiko. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa pada alfa 1% terdapat perbedaan tingkat pengetahuan mengenai hipertensi dan DM pada peserta rolanis dan non-prolanis, setelah dikontrol oleh variabel tingkat pendidikan dan pekerjaan dengan OR 29,648 (CI 95% = 7,450 – 117,995). Oleh sebab itu, saran kepada Puskesmas Kecamatan Kembangan untuk bekerja sama dengan berbagai pihak dalam menyelenggarakan kegiatan penyuluhan atau edukasi terutama untuk yang belum bergabung ke dalam Prolanis, serta mengajak penderita Hipertensi ataupun DM Tipe 2 untuk bergabung ke dalam prolanis.

Persamaan penelitian ini yaitu variabel independent tingkat pengetahuan, variabel dependen kepatuhan diet dan menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan studi *cross-sectional*. Sedangkan perbedaan pada penelitian ini yaitu populasi hipertensi, lokasi yang digunakan, dan variabel independen motivasi.

6. Penelitian yang dilakukan oleh Cahyaningtyas (2019) dengan judul “Hubungan Antara Motivasi Pengendalian Tekanan Darah Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Hipertensi”. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *crosssectional* study. Pemberian kuisisioner Modified TSRQ (*Treatment Self-Regulation Questionnaire*) untuk mengetahui tingkat motivasi pengendalian tekanan darah SF-36 untuk mengetahui kualitas hidup. Sampel penelitian ini diambil menggunakan teknik *consecutive sampling* selama 1 bulan (Mei 2019) dengan jumlah 52 pasien hipertensi yang datang ke Puskesmas Kendalsari. Hasil penelitian menunjukkan 34 responden (65%) memiliki motivasi pengendalian tekanan darah baik dengan kualitas hidup baik. Hasil uji statistic menggunakan Pearson correlation mempunyai nilai p-value 0,031 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi pengendalian tekanan darah dengan kualitas hidup pasien hipertensi. Nilai *Pearson correlation* sebesar 0,299. Nilai koefisien korelasi tersebut bermakna adanya hubungan antara motivasi pengendalian tekanan darah dengan kualitas hidup pada pasien hipertensi. Nilai positif pada koefisien korelasi Pearson menunjukkan hubungan searah yang

berarti semakin baik motivasi pengendalian tekanan darah pasien hipertensi maka semakin baik pula kualitas hidupnya. Penelitian selanjutnya dapat meneliti faktor lain yang lebih berpengaruh pada motivasi pengendalian tekanan darah dan kualitas hidup pasien hipertensi.

Persamaan penelitian ini yaitu variabel independent motivasi, dan menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan studi *cross-sectional*. Sedangkan perbedaan pada penelitian ini yaitu variabel dependen kepatuhan diet, populasi hipertensi, lokasi yang digunakan, dan variabel tingkat pengetahuan.