

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Hipertensi adalah kondisi terjadinya peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang (Kemenkes RI, 2018). Berdasarkan (Risikesdas, 2018) Prevalensi hasil pengukuran pada penduduk usia 18 tahun sebesar (34,1%), hipertensi juga terdapat pada kelompok usia 31-44 tahun sebanyak (31,6%). Pada kelompok usia 45-54 tahun , prevalensi nya sebanyak (45,3%) , sedangkan untuk usia 55-64 tahun sebanyak (55,2 %). Jumlah penderita hipertensi di dunia akan mengalami peningkatan, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada sebanyak 1,5 miliar orang yang menderita hipertensi dan 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan angka komplikasi meningkat setiap tahunnya (Purwono et al., 2020).

Menurut AHA (*American heart association*) yang dimuat dalam (Kementrian RI, 2018) Hipertensi disebut “The silent killer” dikarenakan terjadinya penyakit ini tanpa adanya keluhan sebelumnya. Penderita hipertensi tidak menyadari bahwa dirinya menderita hipertensi, mereka baru mengetahui dirinya terkena hipertensi ketika dirinya sudah terkena komplikasi.

Gejala yang muncul pada setiap individu bermacam-macam dan gejalanya hampir sama diantaranya munculnya sakit kepala atau terasa kaku di bagian tengkuk, vertigo, jantung berdebar-debar, badan mudah lelah dan pandangan mata kabur. (Kemenkes RI, 2018).

Proses degeneratif pada sistem sirkulasi yang diawali dengan aterosklerosis (gangguan struktur pembuluh perifer yang mengakibatkan kekakuan pembuluh darah/arteri) merupakan proses awal terjadinya hipertensi. pembuluh darah yang kaku dan disertai penyempitan serta pembesaran *plaque* akan menghambat peredaran darah perifer. Aliran darah yang lamban menyebabkan beban jantung bertambah. Jantung akan melakukan kompensasi dengan meningkatkan pemompaan jantung. Hal ini mengakibatkan

peningkatan tekanan darah dalam sistem sirkulasi (Bustan, 2016). Peningkatan tekanan darah yang berlangsung lama dapat menyebabkan kerusakan organ tubuh seperti ginjal (gagal ginjal), jantung (penyakit jantung koroner, dan otak (menyebabkan stroke) bila tidak dideteksi secara dini dan mendapatkan pengobatan yang memadai (Yulanda & Lisiswanti, 2017).

Hipertensi yang disertai oleh penyakit penyerta merupakan faktor penyebab kematian nomor satu di dunia. Salah satu contoh penyakit penyerta yang berhubungan erat dengan hipertensi adalah diabetes melitus, karena terdapat kriteria yang sering muncul pada penderita hipertensi yaitu peningkatan glukosa darah, peningkatan tekanan darah dan obesitas. Agar tidak memperparah kondisi dan mencegah terjadinya komplikasi, Hipertensi dapat dicegah dan dikontrol dengan cara pengaturan diet yang tepat sebagai contohnya dengan cara mengurangi konsumsi makanan yang banyak mengandung garam, kolesterol dan lemak, dan menghindari konsumsi alkohol (Maria, 2018). Hipertensi juga dapat dicegah dengan mengkonsumsi makanan kaya serat, dan rajin melakukan aktivitas fisik & olahraga yang teratur serta penggunaan obat (Susanti, 2019). Untuk mempertahankan kesehatan penderita hipertensi dibutuhkan upaya yang bersifat pengobatan, perawatan, membiasakan pola hidup sehat, dan juga upaya lain seperti senam, karena senam mampu menghambat proses penuaan (Perdana & Maliya, 2017).

Hipertensi yang disertai penyakit penyerta seperti penyakit diabetes melitus, gagal ginjal dan lainnya, apabila ditambah dengan kebiasaan atau gaya hidup yang tidak sehat seperti kebiasaan mengkonsumsi makanan yang mengandung tinggi lemak dan kolesterol, kebiasaan merokok, dan disertai tingginya tingkat stress pada pasien akan meningkatkan peluang terjadinya komplikasi apabila tidak ditangani dengan baik. Saat ini masih banyak penderita hipertensi yang tidak mengerti tentang diet hipertensi. Pasien hipertensi seringkali tidak menerapkan kebiasaan makan teratur setiap hari Banyak penderita hipertensi yang masih mengonsumsi makanan tinggi akan

kandungan garam seperti gorengan, makanan yang tinggi lemak dan kolestrol.. (Dalimartha S, 2016).

Berdasarkan (Liu et al., 2019) diperlukan adanya sikap yang tegas dalam melaksanakan kepatuhan diet untuk penderita hipertensi. Diet yang tepat mampu menurunkan kadar kolestrol dalam darah yang akan berdampak dengan turunnya tekanan darah, sehingga besar kemungkinan tidak muncul komplikasi dan memperburuk kondisi pasien yang telah memiliki penyakit penyerta. Selain kepatuhan diet, strategi yang baik diperlukan untuk mengurangi angka penderita hipertensi. Peningkatan tekanan darah berkorelasi dengan dengan banyaknya jumlah kematian. Hipertensi dengan penyakit penyerta, secara signifikan menurunkan kualitas hidup pasien. Kualitas hidup pasien merupakan hal sangat esensi bagi pasien. Kualitas hidup pasien hipertensi meliputi delapan domain yang meliputi fungsi fisik, peranan fisik, rasa nyeri, kesehatan umum, vitalitas, fungsi sosial, peranan emosi dan kesehatan mental, maka dari itu diperlukan adanya sikap kepatuhan diet bagi penderita hipertensi, karena mampu memberikan pengaruh yang besar terhadap berkurangnya kemungkinan terjadi komplikasi yang berdampak pada meningkatnya kualitas hidup pasien hipertensi (Snarska et al., 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan di Puskesmas Baki, Sukoharjo, pada Bulan Januari - September Tahun 2021, didapatkan hasil sebanyak 891 pasien menderita hipertensi, sebanyak 209 pasien menderita hipertensi tanpa penyakit penyerta, dan terdapat sebanyak 682 pasien menderita penyakit hipertensi dengan penyakit penyerta. Prevalensi penderita hipertensi tanpa penyakit penyerta adalah sebanyak 23%, dan prevalensi penderita hipertensi dengan penyakit penyerta sebanyak 77 %. Peneliti melakukan wawancara kepada 10 responden yang menderita hipertensi dengan penyakit penyerta, hasil yang didapatkan adalah sebanyak 3 orang (30%) patuh terhadap diet hipertensi dan memiliki kualitas hidup yang baik, dan sebanyak 7 orang (70%) tidak patuh terhadap diet dan memiliki kualitas hidup yang kurang baik.

Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kualitas Hidup Pasien Hipertensi dengan penyakit penyerta di Puskesmas Baki Sukoharjo”

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka permasalahan yang diangkat dalam penelitian adalah apakah terdapat hubungan antara kepatuhan diet dengan kualitas hidup pasien hipertensi dengan penyakit penyerta

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara kepatuhan diet dengan kualitas hidup pasien hipertensi dengan penyakit penyerta

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden pasien hipertensi
- b. Mengetahui kepatuhan diet pada pasien hipertensi dengan penyakit penyerta
- c. Mengetahui kualitas hidup pasien hipertensi dengan penyakit penyerta
- d. Menganalisis hubungan kepatuhan diet dengan kualitas hidup pasien hipertensi dengan penyakit penyerta

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Bagi Masyarakat

- a. Sebagai sarana informasi dan edukasi kepada masyarakat tentang adanya hubungan antara kepatuhan diet dengan kualitas hidup pasien hipertensi dengan penyakit penyerta
- b. Memberikan pengetahuan dan informasi kepada masyarakat tentang usaha kepatuhan diet untuk meningkatkan kualitas hidup para penderita hipertensi dengan penyakit penyerta.
- c. Memberikan informasi dan edukasi untuk meningkatkan kualitas hidup pasien hipertensi dengan melakukan kepatuhan diet.

## 2. Bagi Peneliti

- a. Merupakan ilmu baru bagi peneliti agar mampu memahami kepatuhan diet penderita hipertensi, penyakit penyerta pada hipertensi dan kualitas hidup pasien hipertensi.
- b. Meningkatkan kemampuan dan pengalaman dalam penelitian.
- c. Sebagai sarana/wadah untuk memberikan edukasi yang bermanfaat kepada semua orang yang ditulis berdasarkan literatur dan research yang dapat dipertanggungjawabkan.

## 3. Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan dan Prodi Keperawatan

- a. Merupakan salah satu wujud Tridarma Perguruan Tinggi dalam melaksanakan tugas perguruan tinggi sebagai lembaga yang menyelenggarakan pendidikan, penelitian, dan pengabdian masyarakat.
- b. Menghasilkan generasi yang berkualitas
- c. Menerbitkan literatur yang bermanfaat bagi semua orang.

### **E. Keaslian Penelitian**

Berikut ini adalah penelitian terdahulu berkaitan dengan penelitian yang akan dilakukan :

1. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Alfian et al., 2017) dengan judul “Kualitas Hidup Pasien Hipertensi Dengan Penyakit Penyerta di RSUD Ratu Zalecha Martapura “ , menggunakan metode deskriptif, pengumpulan data dengan melakukan wawancara menggunakan kuesioner short form (SF 36), Hasil penelitian di poli jantung RSUD Ratu Zalecha Martapura dapat disimpulkan bahwa mayoritas pasien hipertensi dengan penyakit penyerta gagal jantung memiliki kualitas hidup yang kurang baik, sedangkan pasien hipertensi dengan penyakit penyerta diabetes melitas mayoritas memiliki kualitas hidup yang baik.
2. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Ramli & Najihah, 2019) dengan judul “Kualitas Hidup Lansia Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Karangmalang Sragen”, menggunakan metode

wawancara dengan tehnik *accidental sampling*, penelitian bersifat kualitatif dengan desain fenomenologi. hasilnya menunjukkan bahwa kualitas hidup lansia apabila ditinjau dari kondisi fisik lansia di wilayah kerja Puskesmas Karangmalang Sragen, sebagian besar memiliki kondisi fisik yang baik : sudah tidak merasa pusing setelah melakukan pengobatan, sebagian besar lansia memiliki kondisi psikologis yang kurang baik : mencemaskan kondisinya. Sebagian lansia memiliki kesejahteraan yang baik : bisa melakukan aktivitas sehari-hari. sebagian besar memiliki hubungan sosial, lingkungan dan kondisi spiritual yang baik.

3. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Irawan & Mulyana, 2019) dalam “Faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas hidup pasien hipertensi” yang menggunakan metode *Literature Review* menyimpulkan bahwa ada beberapa faktor yang berpengaruh terhadap kualitas hidup pasien hipertensi antara lain : sosioemografi, gaya hidup, nutrisi, pengalaman keluarga dengan hipertensi, latihan fisik, pengobatan, pengendalian nafas, meditasi, asuransi kesehatan, dukungan sosial dan pendidikan kesehatan.
4. Menurut (Darmarani et al., 2020) dalam penelitiannya yang berjudul “Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi pada Lansia Yang Menderita Hipertensi di Desa Buntu Buda Kecamatan Mamasa” menggunakan metode *Descriptive Corellation* dengan pendekatan *Crossectional Study* mengungkap bahwa tingkat pengetahuan lansia terhadap diet hipertensi di Desa Buntu Buda Kecamatan Mamasa masuk dalam kategori kurang, sedangkan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Desa Buntu Buda Kecamatan Mamasa masuk dalam kategori patuh. Terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia yang menderita hipertensi di desa buntu buda kecamatan mamasa.
5. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Rangkuti et al., 2021) yang berjudul “Dukungan Sosial Keluarga Berhubungan Dengan

Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi” menggunakan metode *Observasi Analitik* dengan pendekatan *Cross-Sectional*, mengungkapkan bahwa ada hubungan sosial keluarga dengan kepatuhan diet pasien hipertensi di Puskesmas Singkawang II tahun 2017, yang mana hal ini ditunjukkan dengan dilakukan perhitungan melalui *spssi* didapatkan nilai *p*signifikansi = 0,001