

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia adalah proses yang dialami oleh setiap manusia yang sudah ditentukan oleh Tuhan Yang Maha Esa. Setiap manusia akan merasakan menjadi tua. Fase tua merupakan fase terakhir dalam kehidupan manusia. Pada fase ini setiap orang akan mengalami kemunduran dalam sosial, fisik, dan mental yang akan dialami secara bertahap (Setiyorini et al., 2018). Sebagian besar lansia di Indonesia menderita penyakit hipertensi.

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu kondisi meningkatnya tekanan darah pada dinding arteri, untuk hipertensi *stage 1* tekanan darah sistolik melebihi 130-139 mmHg dan diastolik 80-89 mmHg, dan untuk hipertensi *stage 2* tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≤ 90 mmHg. Hipertensi adalah salah satu Penyakit Tidak Menular (PTM), hipertensi sering disebut *silent killer* dikarenakan penyakit hipertensi tidak menimbulkan tanda dan gejala yang jelas, dapat menyerang siapa saja yang berusia 30-60 tahun. Seseorang yang mempunyai berat badan berlebih dan hiperkolesterol memiliki risiko lebih besar terserang hipertensi (Lestari, 2018). Tekanan darah yang meningkat disebabkan oleh kerja dalam jantung yang terlalu keras ketika memompa darah untuk tercukupinya kebutuhan oksigen dan nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh manusia (Risksedas, 2013).

Asia Tenggara menempati peringkat ke-3 pada angka kejadian hipertensi sebesar 25%, kemudian Afrika 27% , Mediterania Timur 26%, Eropa 23%, Pasifik Barat 19%, dan Amerika 18% (World Health Organization, 2016) .Indonesia berada diperingkat ke-8 dengan hasil prevalensi sebesar 26,5% di Asia (Chia et al., 2017). Data dari Riskesdas pada tahun 2018 menyatakan bahwa di Indonesia angka penyakit hipertensi yaitu kurang lebih 63 juta jiwa, dan mengakibatkan 427.218 angka kematian.

Berdasarkan jumlah usia hipertensi di Indonesia yaitu usia 55-64 tahun sebanyak 55,23%, usia 65-74 tahun sebanyak 63,22%, lalu usia >75 tahun sebanyak 69,53% (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Indonesia terdapat populasi 22,6 juta jiwa penduduk lanjut usia, hipertensi yang terjadi pada lansia memiliki prevalensi yang tinggi, yaitu pada usia 65 tahun terdapat 60%-80% dari 255,5 juta jiwa. Indonesia merupakan negara yang akan memasuki era penduduk *aging population* atau era penduduk menua, dikarenakan penduduk yang lanjut usia akan mengalami peningkatan yang pada tahun 2017 terdapat 22,6 juta jiwa menjadi 28,8 juta jiwa pada tahun 2020 (Manurung, 2015).

Menurut data Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2013 provinsi Jawa Tengah menyatakan bahwa masyarakat yang menderita penyakit hipertensi sebanyak 37,57%. Penderita hipertensi dengan 40,17% dialami oleh perempuan sedangkan 34,83% dialami oleh laki-laki. Menurut Profil Kesehatan Jawa Tengah 2019 menyatakan bahwa hipertensi adalah penyakit yang menempati urutan pertama yaitu 68,6%. Peningkatan dari tahun 2018 sampai 2019 disebabkan oleh kurangnya kepatuhan dalam pengelolaan makanan dengan baik (Riskesdas, 2013).

Menurut data Profil Kesehatan Kabupaten Sukoharjo pada tahun 2019 dari jumlah penduduk yang sudah melakukan pengukuran tekanan darah ≥ 15 tahun yaitu sebanyak 517.881 penduduk dengan persentase sebesar 89,69% terdapat penderita hipertensi sebanyak 32,63% yaitu 85.418 penduduk. Penderita hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan hanya 32,63% disebabkan oleh perubahan estimasi yang telah terjadi pada triwulan kedua dan persentasenya meningkat dari 5% (Riskesdas, 2013) menjadi 37,59% (Riskesdas, 2018) sehingga capaian pada tahun 2019 hanya 32,63%, dikarenakan estimasi sangat tinggi sehingga persentase menjadi rendah.

Penyakit hipertensi sebagian besar disebabkan karena pola makan yang tidak teratur, merokok, stress. Kemudian bagi penderita hipertensi yang masih tidak patuh dalam menjalankan diet hipertensi seperti dengan masih

sering mengonsumsi makanan yang mengandung garam yang tinggi, hal tersebut mengakibatkan angka penderita penyakit hipertensi tidak turun dan semakin naik. Pengendalian dan pencegahan hipertensi dapat dilakukan dengan mengubah gaya hidup, menjaga berat badan yang sehat, berhenti merokok, manajemen stress, melakukan aktivitas fisik, dan menerapkan pola makan yang sehat, tidak mengonsumsi alkohol, tidak mengonsumsi kopi yang berlebih, patuh dalam melaksanakan diet hipertensi dengan mengurangi makanan yang mengandung garam yang berlebih, berhenti mengonsumsi makanan yang mengandung lemak yang berlebih (Hardati, 2017).

Berdasarkan prevalensi penderita hipertensi di Jawa Tengah tertinggi, sehingga diperlukan adanya suatu pengendalian terhadap meningkatnya tekanan darah agar tidak terjadi komplikasi hipertensi. Hipertensi dapat mengakibatkan berbagai komplikasi pada tubuh seperti gangguan fungsi otak, gangguan fungsi ginjal, gangguan fungsi saraf, dan gangguan penglihatan (Nurhidayat, 2015). Oleh karena itu, semakin tingginya tekanan darah maka semakin banyaknya angka mortalitas dan morbiditas yang ditimbulkan oleh penyakit hipertensi. Maka, sangat penting untuk dilakukannya pengendalian pada penderita hipertensi salah satunya dengan patuh dalam melaksanakan diet hipertensi sebagai pengendalian dalam tekanan darah agar tetap normal dan membantu dalam menurunkan tekanan darah yang tinggi.

Hubungan antara status gizi dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi. Lansia yang memiliki kebiasaan mengonsumsi makanan dengan zat gizi yang tidak seimbang, seperti mengandung garam yang tinggi dapat meningkatkan risiko terkena hipertensi, karena garam yang mempunyai sifat menahan air sehingga menyebabkan tekanan darah meningkat (Kurniasih, 2018). Efektifitas pelaksanaan pendampingan oleh kader dalam pengaturan diet rendah garam terhadap kestabilan tekanan darah lansia dengan hipertensi di Kelurahan Purwoyono Semarang menyimpulkan bahwa terjadi penurunan tekanan darah sistolik maupun diastolic selama dilakukan

pendampingan oleh kader dalam pelaksanaan pengaturan diet rendah garam (Veronika et al., 2017). Hubungan asupan kalsium dan natrium terhadap tekanan darah sistolik pada penderita hipertensi rawat inap di RS Tugurejo Semarang menyimpulkan bahwa konsumsi sodium berlebih dapat meningkatkan tekanan darah sistol (Alfiana et al., 2014).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada hari Senin tanggal 10 Oktober 2022 di Posyandu Anggrek Desa Ngadirejo Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo didapatkan data bahwa lansia di Desa Ngadirejo berjumlah 1.201 lansia yang diperoleh peneliti dari Data Sasaran Catatan Puskesmas Kartasura tahun 2022 milik Bidan Desa Ngadirejo. Melalui pemeriksaan tekanan darah didapatkan data bahwa 6 penderita hipertensi memiliki nilai tekanan darah yang tinggi. Nilai tekanan darah yang paling tinggi dari 6 responden adalah 162/100 mmHg, disusul paling tinggi yang kedua 160/100 mmHg, kemudian paling tinggi ketiga yaitu 160/98 mmHg, lalu tertinggi keempat yaitu 155/90 mmHg, tertinggi kelima yaitu 150/90 mmHg, kemudian yang terakhir tertinggi keenam dengan nilai tekanan darah 150/80 mmHg. Hasil dari wawancara dapat diketahui bahwa pola makan pada penderita hipertensi masih buruk, penderita hipertensi masih mengonsumsi makanan yang mengandung lemak, dan penderita hipertensi masih suka mengonsumsi makanan yang mengandung garam yang tinggi. Responden mengatakan bahwa jarang untuk melakukan olahraga, dan melakukan senam hipertensi hanya saat Posyandu lansia yaitu selama 1 bulan sekali. Responden penderita hipertensi tidak mendiskusikan mengenai cara pengontrolan hipertensi agar tidak mengalami kekambuhan. Penderita hipertensi dilakukan pengecekan untuk nilai tekanan darah hanya saat ada kegiatan Posyandu lansia.

Menurut laporan penyakit tidak menular Puskesmas Kartasura untuk Desa Ngadirejo tahun 2022 didapatkan data penderita Hipertensi sebanyak 122 orang. Hasil dari wawancara penderita hipertensi masih suka mengonsumsi makanan yang mengandung garam yang tinggi, masih mengonsumsi makanan yang mengandung penyedap rasa, dan pengawet

Natrium. Selama ini menurut penderita hipertensi dalam mengontrol tekanan darah tinggi hanya dengan mengonsumsi obat antihipertensi.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Kepatuhan Diet Hipertensi dengan Nilai Tekanan Darah pada Lansia di Desa Ngadirejo Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo”

B. Rumusan Masalah

Berlandaskan latar belakang tersebut, telah memberikan dasar penelitian untuk merumuskan masalah tentang “Apakah ada Hubungan antara Kepatuhan Diet Hipertensi dengan Nilai Tekanan Darah pada Lansia di Desa Ngadirejo Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan antara Kepatuhan Diet Hipertensi dengan Nilai Tekanan Darah pada Lansia di Desa Ngadirejo Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik Demografi penderita hipertensi
- b. Untuk mengetahui gambaran Kepatuhan Diet Hipertensi pada penderita hipertensi
- c. Untuk mengetahui gambaran nilai tekanan darah penderita hipertensi
- d. Untuk mengetahui hubungan antara kepatuhan diet hipertensi dengan nilai tekanan darah pada penderita hipertensi

D. Manfaat Penelitian

1. Penderita Hipertensi

Manfaat penelitian ini bagi penderita hipertensi adalah diharapkan dapat menjadikan informasi bagi yang menderita hipertensi tentang perilaku Diet Hipertensi dan tekanan darah pada penderita hipertensi

2. Institusi Pendidikan Keperawatan

Manfaat penelitian ini bagi Institusi Pendidikan Keperawatan adalah diharapkan bisa menjadikan tambahan wawasan ataupun tambahan informasi dan kepustakaan dalam mengembangkan ilmu keperawatan, khususnya tentang perilaku Diet Hipertensi dan tekanan darah pada penderita hipertensi.

3. Peneliti

Manfaat penelitian ini bagi peneliti adalah diharapkan dapat menambahkan pengetahuan peneliti tentang hubungan kepatuhan perilaku Diet Hipertensi dengan nilai tekanan darah pada penderita hipertensi sehingga dapat dijadikan referensi atau sumber ketika saat memberikan informasi atau melakukan sebuah tindakan dan pengetahuan tentang perilaku Diet Hipertensi dan tekanan darah pada penderita hipertensi.

4. Institusi Pelayanan Kesehatan

Manfaat penelitian ini bagi Institusi Pelayanan Kesehatan adalah diharapkan bisa menjadi salah satu referensi dalam memberikan pelayanan kepada yang menderita hipertensi dalam peningkatan perilaku Diet Hipertensi dan tekanan darah pada penderita hipertensi.

E. Keaslian Penelitian

Berikut merupakan keaslian penelitian yang berkaitan dengan Hubungan Kepatuhan Perilaku Diet Hipertensi dengan Nilai Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Ngadirejo Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo.

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No.	Nama Penulis	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan	Persamaan
1.	Rosa Amelia, Indah Kurniawati	Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap	Penelitian ini menggunakan metode desain	Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa	Penelitian ini akan menggunakan jenis	Penelitian mempunyai persamaan pada

(2020)	Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Kelurahan Tapos Depok	penelitian <i>Cross sectional</i> . Penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 93 responden. Data penelitian dianalisis menggunakan uji <i>Chi-Square</i> .	adanya hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi di Kelurahan Tapos Depok.	penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode <i>deskriptif korelatif</i> , dengan menggunakan pendekatan <i>cross sectional</i> . Penelitian dilakukan kepada 55 penderita hipertensi di Desa Ngadirejo Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo.	variabel Diet Hipertensi.	
2.	Tantri Puspita, Ernawati, Dadang Rismawan (2019)	Hubungan Efikasi Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Hipertensi	Penelitian ini menggunakan observasional analitik deskriptif dengan pendekatan <i>Cross Sectional</i> . Penelitian ini menggunakan sampel dengan 155 responden. Data pada penelitian ini dianalisis dengan menggunakan uji <i>chi-square</i> .	Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan positif dengan perilaku diet hipertensi yang dilakuan sehari-hari.	Penelitian ini akan menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode <i>deskriptif korelatif</i> , dengan menggunakan pendekatan <i>cross sectional</i> . Penelitian dilakukan kepada 55 penderita hipertensi di Desa Ngadirejo	Penelitian mempunyai persamaan pada variabel Diet Hipertensi

					Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo.	
3.	Heri Wibowo, Henri Frilasari, Indah Rachma Dewi (2016)	Hubungan Kepatuhan Diet Hipertensi Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Poli Penyakit Dalam RSUD Prof.Dr. SOEKANDAR MOJOKERTO	Metode penelitian ini menggunakan metode observasional studi Analitik. Penelitian ini menggunakan sampel dengan 36 responden. Data pada penelitian ini dianalisis dengan menggunakan uji <i>chi- square</i> .	Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya Hubungan Kepatuhan Diet Hipertensi Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi seseorang yang positif bisa dipengaruhi dari karakteristik diri pribadi karena mereka mempunyai pengetahuan tentang sesuatu untuk menjaga kesehatan tubuhnya.	Penelitian ini akan menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode <i>deskriptif korelatif</i> , dengan menggunakan pendekatan <i>cross sectional</i> . Penelitian dilakukan kepada 55 penderita hipertensi di Desa Ngadirejo Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo.	Penelitian ini mempunyai persamaan pada variabel Diet Hipertensi