

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Hipertensi sebuah permasalahan kesehatan yang sangat serius di seluruh Dunia. Hal ini menjadi salah satu penyakit kardiovaskuler yang umum dan sering ditemui dalam masyarakat. Keberadaan hipertensi menjadi perhatian utama dalam bidang kesehatan karena jika tidak ditangani dengan cepat, dapat menyebabkan berbagai komplikasi dan menjadi faktor resiko bagi penyakit, penyakit seperti gangguan jantung, gagal ginjal, diabetes, dan stroke. (Maulidina et al., 2024).

Hipertensi disebut sebagai "*the silent killer*" karena seringkali tidak menunjukkan gejala yang jelas. Penderita sering kali tidak menyadari bahwa mereka mengalami hipertensi hingga terjadi komplikasi. Meskipun banyak orang merasa sehat dan bertenaga tanpa disadari bahwa pada kenyataannya mengidap hipertensi, kondisi ini sebenarnya sangat berbahaya dan dapat menyebabkan kematian mendadak dalam masyarakat. Hipertensi menempati peringkat ketiga sebagai penyebab kematian setelah stroke dan tuberkulosis, mencakup sekitar 6,7% dari seluruh kematian di semua kelompok usia di Indonesia. (Sutomo, 2022).

Lansia mempunyai tekanan darah tinggi akan terjadi peningkatan lebih dari setengah dari populasi orang berusia 60 tahun dengan tekanan 140 mmHg sistolik dan 90 mmHg tekanan diastolik. Di negara berkembang,

penyakit kardiovaskuler adalah penyebab kematian tertinggi di antara orang berusia 65 tahun ke atas. Di seluruh dunia, populasi yang menderita hipertensi diperkirakan berkisar antara 15-20%, dengan prevalensi yang paling tinggi pada kelompok usia 55-64 tahun. (Harsismanto et al., 2020).

Menurut World Health Organization (WHO), prevalensi hipertensi global saat ini adalah 22% dari total populasi Dunia. Asia Tenggara menempati posisi tertinggi ke-3 dengan prevalensi 25% dari total penduduk (Kemenkes RI, 2019). Data WHO pada tahun 2019 melaporkan terdapat 1,13 miliar penderita hipertensi di seluruh dunia, dua pertiga kasusnya terjadi di negara-negara berpendapatan menengah ke bawah. Jumlah ini diperkirakan akan meningkat pada tahun 2025 yang diperkirakan mencapai 1,5 miliar kasus, dan angka kematian akibat hipertensi serta komplikasinya diperkirakan mencapai 9,4 juta orang setiap tahunnya (WHO, 2019).

Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018) prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,11%. Ini mengalami peningkatan dibandingkan prevalensi hipertensi pada Riskesdas tahun 2013 sebesar 25,8%. Prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah di Jawa Barat tahun 2018 sebesar 4,08 sedangkan cakupan pelayanan dan hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah di Kota Bandung memiliki prevalensi sebesar 21,2% (Riskesdas, 2019).

Hipertensi berdampak besar pada lansia, jadi salah satu cara untuk mengurangi dampak ini adalah dengan memenuhi kebutuhan emosional

mereka. Faktor-faktor yang meningkatkan tekanan darah pada lansia termasuk stres mental, penyakit fisik, dan kematian. Oleh karena itu, dimensi spiritual ini berusaha menjaga keselarasan atau harmoni dengan dunia luar dan berjuang untuk mengatasi tekanan psikologis, penyakit fisik, atau kematian, atau untuk mendapatkan kekuatan. (Hardin et al., 2021).

Penyakit hipertensi dapat mengancam kesehatan jiwa jika tidak ditangani, hal tersebut dapat memperburuk keadaan pasien karena akan menyebabkan komplikasi dan kematian. Kepatuhan pada penderita hipertensi penting untuk dilakukan seperti, tidak merokok, mengonsumsi alkohol, aktivitas fisik, mengontrol makanan, dan tidak patuh pada pengobatan untuk menyembuhkan hipertensi (Lumintang et al., 2023).

Allah Ta'ala Berfirman:

هُوَ أَهْتَفُونَ فِي هَسْبِ اللَّهِ بِرَأْسِهِ تَلْقُوا بِأَهْدِيكُمْ إِلَهِي التَّهْلُ هَكَةٌ ۚ هُوَ أَحْسِنُونَ ۚ إِنَّ اللَّهَ

يُحِبُّ الْمُحْسِنِينَ

"Dan infakkanlah (hartamu) di jalan Allah, dan janganlah kamu jatuhkan (diri sendiri) ke dalam kebinasaan dengan tangan sendiri, dan berbuatbaiklah. Sungguh, Allah menyukai orang-orang yang berbuat baik." (Qs. Al Baqarah: 195). Seperti yang telah tercantum dalam ayat tersebut dijelaskan tentang firman Allah SWT yang menyatakan bahwa orang-orang yang tidak menjaga kesehatan adalah kelompok orang yang menjatuhkan diri sendiri kepada kemusnahan. Hal tersebut! terjadi karena mereka tidak merawat nikmat sehat yang diberikan oleh Allah SWT (Mariyam et al., 2022)

Upaya pencegahan dan pengendalian antara lain meningkatkan promosi kesehatan melalui Kombinasi, Informasi dan Edukasi (KI) dalam pengendalian hipertensi dengan perilaku Cek kesehatan secara berkala, Enyahlah asap rokok, Rajin beraktivitas fisik, Diet yang sehat dan seimbang, Istirahat yang cukup dan Kelola stress (CERDIK) dan PATUH; Meningkatkan pencegahan dan pengendalian hipertensi berbasis masyarakat melalui kesadaran diri melalui pemantauan tekanan darah secara berkala; Penguatan pelayanan kesehatan khususnya hipertensi.

Salah satu upaya yang dilakukan untuk mencegah terjadinya komplikasi pada penderita hipertensi adalah dengan mengikuti diet hipertensi. Beberapa faktor yang mempengaruhi kepatuhan penderita hipertensi termasuk umur, jenis kelamin, pekerjaan, lama sakit, pengetahuan, dukungan dari tenaga medis, dan dukungan keluarga. Salah satu faktor penting dalam kepatuhan diet adalah dukungan keluarga, karena keluarga sangat membantu penderita hipertensi untuk patuh terhadap diet.(InaKii et al., 2021).

Diet adalah salah satu cara menurunkan tekanan darah. Faktor pola makanan atau kepatuhan pada diet hipertensi merupakan suatu yang penting bagi penderita hipertensi. Diet hipertensi bertujuan untuk menjaga tekanan darah tetap stabil untuk mencegah hipertensi dan komplikasinya, jadi pasien dengan tekanan darah tinggi harus mematuhiya untuk mencegah komplikasi. (Pebriani, 2023). Kepatuhan akan berhasil jika Anda memahami dan memahami sepenuhnya manfaat dari pola makan yang Anda

jalani. Pemahaman yang buruk terhadap kepatuhan diet menyebabkan menurunnya kesadaran akan pentingnya kepatuhan diet pada hipertensi, sehingga mempengaruhi kepatuhan diet pada hipertensi dan berujung pada komplikasi yang berkelanjutan. Kepatuhan terhadap peraturan diet terjamin dengan baik apabila pasien mampu secara konsisten mengikuti pola makan yang dianjurkan oleh tenaga kesehatan.(Rinawati et al., 2022).

Hasil penelitian menurut Liputo (2021) Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi di Bagian Rawat Jalan di RSUD Prof. Dr. H. Aloi Saboe Gorontalo Sebagian besar responden adalah perempuan (65.5%). Mayoritas pasien berumur lebih dari 40 tahun (91.9%). Pendidikan responden beragam, dengan sebagian besar memiliki pendidikan SD, SMP, dan SMA (67.6%), Hanya 27.7% responden yang patuh menjalani diet hipertensi, sementara 72.3% tidak patuh, Terdapat hubungan signifikan antara jenis kelamin, umur, dan pendidikan dengan kepatuhan diet pasien hipertensi, berdasarkan hasil analisis chi-square

Penelitian menurut Puspita & Atoilah (2019) Kepatuhan Penderita Hipertensi Terhadap Diet Di Wilayah Kerja Puskesmas Guntur Kabupaten Garut. Penelitian ini merupakan secondary analysis dari penelitian sebelumnya. Sampel diambil dengan teknik purposive random sampling. Jumlah sampel: 155 responden yang terdiagnosa hipertensi di Puskesmas Guntur Kabupaten Garut. Hasil penelitian Lebih dari setengah responden berjenis kelamin perempuan (70,3%), sebagian besar berusia lansia (54,2%), dan hampir seluruhnya memiliki riwayat pendidikan SD (79,4%).

Tiga dari empat jenis diet (garam, protein, lemak) perlu dirubah, seperti pada penggunaan garam dalam makanan, jenis dan cara mengolah sumber protein, serta jenis dan sumber lemak yang dikonsumsi. Responden masih memiliki kebiasaan diet yang tidak tepat, termasuk konsumsi makanan tinggi garam, protein, dan lemak. Sebagian besar responden melaporkan sering mengurangi konsumsi makanan berlemak jenuh dan kolesterol tinggi, serta makanan yang digoreng. Konsumsi sayuran dan buah-buahan sebagian besar responden cukup tinggi. Data dianalisis dalam bentuk deskriptif.

Pada saat dilakukan studi pendahuluan pada bulan Mei 2024 di puskesmas KujangSari Kota Bandung didapatkan data pada bulan apri 2024 bahwa terdapat 67 lansia yang mengalami hipertensi dan berdasarkan hasil wawancara kepada 10 orang responden lansia, dan didapatkan hasil 3 orang lansia makan 3 kali sehari, mengkonsumsi buah dan sayur dan mengurangi konsumsi garam berlebihan. Selain itu 7 orang lansia mengatakan mengetahui makanan apa saja yang boleh dikonsumsi dan tidak boleh dikonsumsi selain itu faktor ekonomi mempengaruhi bahan pangan atau menu sehari-hari. Sehingga, responden mengkonsumsi makanan dengan menu seadanya setiap hari.

Berdasarkan fenomena dari data yang diuraikan maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “Gambaran Kepatuhan Diet Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kujangsari Kota

Bandung”. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran kepatuhan diet lansia penderita hipertensi.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan permasalahan yaitu “ Untuk Mengetahui Gambaran Kepatuhan Diet Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kujangsari Kota Bandung ”.

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian adalah hasil akhir yang ingin diperoleh dari suatu penelitian. Adapun tujuan umum dan tujuan khusus dari penelitian ini seperti yang tercantum dibawah ini.

### **1. Tujuan umum**

Tujuan umum merupakan tujuan penulisan secara komprehensif dari suatu hal yang ingin dicapai dalam penelitian. Tujuan umum dari peneliti ini yaitu untuk mengetahui tingkat kepatuhan lansia penderita hipertensi tentang diet hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kujangsari Kota Bandung.

### **2. Tujuan khusus**

Tujuan khusus adalah suatu sesuatu yang ingin dicapai dari penelitian secara spesifik dan terperinci secara merujuk pada rumusan masalah. Adapun tujuan khusus dari penelitian ini yaitu sebagai berikut.

- a. Untuk mengetahui karakteristik responden lansia penderita hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Bandung;
- b. Untuk mengetahui kepatuhan lansia penderita hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini akan bermanfaat dalam menambah wawasan yang lebih luas dan bermanfaat dalam pengembangan keilmuan pada keperawatan medikal bedah dan keperawatan komunitas khususnya mengenai Gambaran kepatuhan diet lansia penderita hipertensi.

##### **2. Manfaat praktis**

- a. Manfaat bagi puskesmas

Hasil penelitian ini sangat diharapkan memberikan manfaat sebagai masukan dalam meningkatkan pelayanan kesehatan khususnya bagi pasien hipertensi.

- b. Bagi responden

Dapat memberikan pengetahuan tentang diet hipertensi serta cara mengendalikannya dengan cepat.

- c. Bagi Pendidikan keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi ilmu pengetahuan khususnya di bidang Pendidikan keperawatan serta sebagai bahan referensi untuk penelitian yang terkait dengan masalah tersebut.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Melalui penelitian ini diharapkan agar dapat menambah wawasan peneliti dan dapat dijadikan referensi dan acuan bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti dengan judul yang sama.

## **E. Sistematika Penulisan**

Penelitian ini berjudul “Gambaran Kepatuhan Diet Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Bandung”. Peneliti membagi ke dalam V BAB yaitu sebagai berikut.

### **1. BAB I : PENDAHULUAN**

Pada bab ini, peneliti menjelaskan bagaimana latar belakang masalah penelitian yang akan dilakukan. Oleh karena itu, peneliti membahas mengenai latar belakang peneliti, rumusan masalah, tujuan penelitian, sistematika penulisan.

### **2. BAB II : LANDASAN TEORITIS**

Pada bab ini, peneliti membahas mengenai landasan teoritis. Oleh karena itu, peneliti membahas mengenai konsep hipertensi, konsep kepatuhan diet, konsep lansia, hasil penelitian yang relevan dan kerangka pemikiran.

### **3. BAB III : METODOLOGI PENELITIAN**

Peneliti menguraikan metode penelitian dalam bab ini. Sehingga, peneliti berbicara tentang metode penelitian, variable penelitian, populasi dan sampel, pengumpulan data, validitas dan reliabilitas,

Teknik analisis data, prosedur penelitian, lokasi dan waktu penelitian, dan etika penelitian.