

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi adalah salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan jangka panjang di masyarakat. Tekanan darah tinggi atau hipertensi merupakan kondisi di mana tekanan darah seseorang melebihi batas normal. Penyakit ini bisa sangat berbahaya karena sering kali tidak disadari oleh penderitanya dan tidak menimbulkan gejala nyata hingga terjadi komplikasi pada organ seperti jantung, otak, ginjal, mata, pembuluh darah, atau organ vital lainnya (Martini et al., 2021).

Laporan tentang ketidakpatuhan diet hipertensi menunjukkan bahwa 17 dari 30 responden (56,7%) tidak mematuhi diet yang dianjurkan untuk penderita hipertensi, sedangkan 13 responden (43,3%) mengikuti diet tersebut. Selain itu, ada 18 responden (60%) yang mengalami hipertensi, sedangkan 12 responden (40%) tidak mengalaminya. Analisis data menunjukkan adanya hubungan antara tingkat kepatuhan diet hipertensi dan jumlah kasus hipertensi pada lansia di Posbindu PTM Desa Raman Endra, Kabupaten Lampung Timur pada tahun 2021. Lansia perlu menjaga pola hidup sehat dengan cara menghindari kebiasaan merokok dan paparan asap rokok, melakukan aktivitas fisik setidaknya tiga kali dalam seminggu selama 30 menit setiap hari, serta mengontrol pola makan sesuai diet hipertensi setiap hari agar tekanan darah tetap dalam batas normal (Sunariyah et al., 2022).

Menurut data dari World Health Organization (WHO) tahun 2022, sekitar 972 juta orang di seluruh dunia, atau 26,4 persen dari total populasi, menderita hipertensi. Angka ini diperkirakan akan naik menjadi 29,2 persen pada tahun 2025. Dari jumlah tersebut, 333 juta orang berada di negara-negara maju, sedangkan 639 juta lainnya berada di negara berkembang, termasuk Indonesia. Diperkirakan bahwa pada tahun 2025, sebanyak 194 juta orang akan meninggal karena komplikasi akibat hipertensi, yang terus bertambah setiap tahunnya (Wiranto et al., 2023).

Data yang dikeluarkan oleh Kemenkes RI pada tahun 2022 menunjukkan bahwa jumlah populasi yang menderita hipertensi meningkat seiring bertambahnya usia. Di antara kelompok populasi, persentase wanita yang menderita hipertensi mencapai 34,11%, sedangkan laki-laki sebesar 36,85%. Selain itu, populasi di perkotaan juga memiliki angka yang sedikit lebih tinggi, yaitu 34,43%, dibandingkan dengan populasi di pedesaan yang sebesar 33,72%. Hasil pemeriksaan tekanan darah menunjukkan bahwa hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang paling umum, dengan proporsi mencapai 57,10%. Dalam jumlah total populasi, sebanyak 1.377.356 orang atau 15,14% didiagnosis menderita hipertensi, angka ini lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok laki-laki. Peningkatan prevalensi hipertensi pada usia lebih dari 18 tahun mencapai 8,7%, dari 25,8% pada tahun 2013 meningkat menjadi 34,1% pada tahun 2018 (Ardiansyah & Widowati, 2024). Berdasarkan dampak dari hipertensi, jumlah morbiditas mencapai 63.309.620 orang

dan jumlah mortalitas mencapai 53,3 juta kematian . Dari jumlah total pasien, sebanyak 37 orang (44%) mematuhi diet hipertensi, sedangkan sebanyak 25 orang (29,8%) tidak mematuhi diet hipertensi. Sebanyak 8,62% pasien tidak memenuhi diet karena tidak menghabiskan obat yang direkomendasikan oleh dokter, 3,44% pasien masih merokok, dan 6,89% pasien tidak pernah melakukan olahraga (Wiranto et al., 2023)

Data profil kesehatan Jawa Tengah menunjukkan bahwa penyakit hipertensi memiliki prevalensi sebesar 37,6% dan tetap menjadi penyakit tidak menular (PTM) yang paling banyak dilaporkan, yaitu mencapai 76,5% pada tahun 2021. Kabupaten Demak masuk dalam sepuluh besar daerah di Jawa Tengah dengan jumlah penderita hipertensi tertinggi, yaitu 25,9% (Dinkes Provinsi Jateng, 2021) (Ardiansyah & Widowati, 2024). Dalam laporan Dinas Kesehatan Kabupaten Grobogan tahun 2023, diketahui bahwa puskesmas Toroh 1 memiliki jumlah penderita hipertensi tertinggi sebanyak 24. 055 orang. Sementara itu, data dari Puskesmas Toroh 1 tahun 2024 menunjukkan jumlah penderita hipertensi sebanyak 21. 254 orang.

Perawat dapat melakukan berbagai upaya dalam mengendalikan hipertensi dengan menerapkan diet hipertensi. Keuntungan dari menjalani diet hipertensi adalah mampu mengurangi risiko terkena penyakit jantung, gagal ginjal, dan stroke (Martini et al., 2021). Upaya ini bisa dilakukan dengan mengidentifikasi tingkat pengetahuan pasien terhadap kepatuhan dan ketidakpatuhan dalam menjalani diet. Tingkat pendidikan seseorang

dapat memengaruhi seberapa patuh mereka dalam mengikuti diet hipertensi (Arista, 2023). Semakin tinggi tingkat pendidikan, semakin mudah seseorang mengatur makanan dengan cara mengurangi konsumsi lemak, garam, dan kolesterol, serta meningkatkan konsumsi serat (Taddeo et al., 2018). Sementara itu, ketidakpatuhan pasien dalam menjalani diet hipertensi bisa disebabkan oleh kurangnya pengetahuan, motivasi yang rendah, atau lingkungan rumah tangga yang tidak mendukung, sehingga menyebabkan ketidakpatuhan terhadap diet. Dampak dari ketidakpatuhan ini dapat menyebabkan kerusakan pada organ seperti ginjal, mata, dan saraf (Wiranto et al., 2023). Untuk menangani masalah tingkat pengetahuan, perlu diberikan edukasi tentang gaya hidup sehat yang dapat bantu pasien memahami dampak negatif jika tidak melakukan gaya hidup sehat dan bahaya dari hipertensi yang tidak terkontrol (Devi & Putri, 2021). Penanganan ketidakpatuhan diet hipertensi bisa dilakukan dengan cara kontrol diri, evaluasi diri, memberikan penghargaan terhadap diri sendiri, serta mendapatkan dukungan dari keluarga, teman, atau kerabat untuk mengurangi kecemasan dan menghilangkan perilaku ketidakpatuhan. Selain itu, perbaikan perilaku dilakukan bersama tenaga medis atau pemberi layanan kesehatan karena modifikasi perilaku harus dilakukan secara kolaboratif (Taddeo et al., 2021).

Usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan, durasi menderita penyakit, pengetahuan, dukungan keluarga, dan motivasi untuk menjalani diet adalah beberapa faktor yang dapat memengaruhi tingkat

kepatuhan pasien hipertensi dalam menjalani diet. Salah satu faktor yang memengaruhi kepatuhan adalah tingkat pengetahuan. Pengetahuan didapatkan melalui kontak atau pengamatan terhadap suatu objek, termasuk pengingatan kembali mengenai suatu peristiwa, baik secara sengaja maupun tidak sengaja. Semakin tinggi tingkat pengetahuan, maka semakin tinggi pula tingkat kepatuhan pasien dalam menjalani diet hipertensi. Sebaliknya, semakin rendah pengetahuan, semakin rendah pula tingkat kepatuhan dalam menjalani diet hipertensi, hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Darmarani et al., 2020). Faktor-faktor lain yang memperparah ketidakpatuhan diet hipertensi meliputi pengetahuan, sikap, dan perilaku. Selain itu, beberapa faktor risiko lain yang dapat memperparah kondisi hipertensi adalah konsumsi garam berlebihan, kurang mengonsumsi buah dan sayuran, kurang beraktivitas fisik, stres, berat badan berlebih atau obesitas, riwayat keluarga dengan hipertensi, usia di atas 65 tahun, kebiasaan merokok, serta konsumsi alkohol, seperti yang dibahas oleh (Nurwidiyanti & Dasmase, 2022).

Hal tersebut sesuai dengan penelitian (Nurhidayati et al., 2018) yang menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan memengaruhi tingkat kepatuhan dalam menjalani diet hipertensi. Dari 25 responden yang patuh menjalani diet hipertensi, sebagian besar yaitu 84% memiliki pengetahuan yang tinggi tentang hipertensi, sedangkan hanya 16% atau 4 responden yang memiliki pengetahuan yang rendah. Pengetahuan yang baik berpengaruh terhadap kepatuhan dalam menjalani diet karena pengetahuan

yang memadai membantu membentuk pemahaman dan persepsi yang positif terhadap diet hipertensi. Oleh karena itu, penting untuk menyadari betapa pentingnya menjalani diet secara konsisten, karena kepatuhan jangka panjang terhadap diet merupakan salah satu faktor utama dalam mengelola hipertensi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 12 Desember 2024 di Puskesmas Toroh 1 Kabupaten Grobogan, diperoleh hasil wawancara terhadap 20 pasien yang menderita hipertensi. Hasilnya menunjukkan bahwa 8 orang memiliki pengetahuan yang kurang, 7 orang tidak mematuhi diet hipertensi, dan 5 orang tidak rutin melakukan kontrol tekanan darah. Dari data tersebut terlihat bahwa pengetahuan yang kurang menjadi penyebab utama ketidakpatuhan terhadap diet hipertensi, karena pasien tidak mengetahui makanan apa saja yang sebaiknya dihindari atau boleh dikonsumsi untuk menurunkan tekanan darah. Selain itu, penelitian mengenai hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi di Puskesmas Toroh 1 masih terbatas. Selain itu, jumlah penderita hipertensi di Puskesmas Toroh 1 pada tahun 2023 adalah tertinggi.

Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut:

“Apakah terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan mengikuti diet hipertensi pada pasien hipertensi di Puskesmas Toroh 1 ”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kepatuhan diet hipertensi pada pasien hipertensi di Puskesmas Toroh 1

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah:

- a. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan pasien tentang diet hipertensi di Puskesmas Toroh 1
- b. Mengidentifikasi tingkat kepatuhan pasien terhadap diet hipertensi di Puskesmas Toroh 1
- c. Menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat kepatuhan diet hipertensi pada pasien hipertensi di Puskesmas Toroh 1

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membuktikan bagaimana teori Health Belief Model (HBM) dapat diterapkan dalam memahami

hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi di Puskesmas Toroh 1.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Lembaga Pelayanan Masyarakat

Penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan peneliti dalam merencanakan, melaksanakan, dan menyusun penelitian ilmiah. Hasil penelitian juga diharapkan dapat memberikan tambahan pemahaman mengenai hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi.

b. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan oleh masyarakat sebagai bahan acuan dalam memanfaatkan pelayanan kesehatan, terutama bagi penderita hipertensi.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat menjadi sumber referensi atau acuan dalam bidang keperawatan mengenai hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi. Dengan demikian, mahasiswa dapat memperluas pemahaman mereka tentang hubungan tersebut.

d. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan peneliti dalam merencanakan, melaksanakan, dan menyusun penelitian

ilmiah. Hasil penelitian juga diharapkan dapat menambah wawasan mengenai hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat memberikan informasi serta menjadi referensi mengenai hubungan tersebut.

E. Sistematika Penulisan

Bagian ini menjelaskan tentang sistem pembuatan proposal penelitian. Berikut ini merupakan gambaran umum mengenai struktur penulisan proposal penelitian dari Bab I sampai Bab VI. Secara umum, sistematika penulisan proposal penelitian adalah sebagai berikut:

Tabel 1. 1 Sistematika Penulisan Skripsi

BAB	Konsep Pengambilan Data
BAB I	Pendahuluan yang berisi tentang latar belakang, rumusan masalah, tujuan penulisan, manfaat, struktur penulisan, dan penelitian yang terkait
BAB II	Tinjauan Pustaka yang berisi landasan teori yang digunakan dalam penelitian serta digambarkan dalam kerangka teori penelitian
BAB III	Metodologi Penelitian yang berisi variabel penelitian, kerangka konsep, dan hipotesis, konsep metodologi mulai dari jenis, desain, populasi, sampel, tempat, dan waktu penelitian, definisi operasional, metode pengumpulan data, instrumen penelitian, uji instrumen,

pengolahan data dan analisis data, serta etika dalam penelitian

BAB IV	Hasil berisi tentang memuat tentang hasil penelitian termasuk hasil uji statistic.
BAB V	Pembahasan berisi tentang pembahasan hasil penelitian sesuai dengan tujuan dari penelitian serta keterbatasan penelitian.
BAB VI	Penutup berisi tentang simpulan dan saran yang dapat peneliti berikan dari hasil penelitian.

F. Penelitian Terkait

Sejauh pengetahuan penulis, berdasarkan hasil penelitian yang membahas hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi, di antaranya adalah:

Tabel 1.2 Penelitian Terkait

Penelitian	Variabel	Desain	Populasi	Hasil	Persamaan dan Perbedaan
(Purnomo, 2015)	Variabel Independen: Pengetahuan Variabel Dependen: Sikap dengan Kepatuhan Diet Hipertensi	Metode Penelitian Kuantitatif korelasional pendekatan teknik non probability sampling jenis consecutive	82 Responden	Pengetahuan yang tinggi dan sikap yang semakin positif memiliki dampak yang baik bagi penderita hipertensi dalam	Persamaan: pendekatan teknik non probability sampling jenis consecutive perbedaan: peneliti kuantitatif korelasional populasi

				kepatuhan diet, sehingga hal ini dapat dijadikan rekomendasi penderitanya meningkat bagi untuk pengetahuan serta sikap agar menjadi dasar dalam mengikuti diet yang dianjurkan	82 orang
(Martini et al., 2019)	Variabel Independen: Hubungan Tingkat Pengetahuan Variabel Dependen: Kepatuhan Diet Hipertensi	Metode Penelitian Kuantitatif korelasional pendekatan teknik non probability sampling jenis consecutive	98 orang	penelitian ini menunjukkan bahwa petugas kesehatan perlu memberikan intervensi seperti memberikan saran kepada keluarga yang mempunyai anggota keluarga	persamaan: pendekatan teknik non probability sampling jenis consecutive perbedaan: peneliti kuantitatif korelasional populasi 98 orang

				yang menderita penyakit hipertensi untuk memeriksa anggota keluarga ya bila sudah ada tanda dan gejala hipertensi.	
(Devi & Putri, 2021)	Variabel Independen: peningkatan Pengetahuan Variabel Dependen: Kepatuhan Diet Hipertensi	Menggunakan an penelitian pra- eksperimen pendekatan one group pra-post test design	62 Lansia	Hasil Penelitian menunju- kan bahwa lansia kurang berpengeta- huan dan tidak patuh diet Hipertensi Di posyandu Lansia tlogosuryo Kota malang	Persamaan: variabel dependen kepatuhan diet Hipertensi perbedaan: penelitian pra- eksperimen pendekatan One group Pra-post Test design
