

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Hipertensi merupakan masalah besar tidak hanya terjadi di negara barat akan tetapi juga di Indonesia karena prevalensinya yang tinggi dan terus meningkat serta tingkat keganasan penyakit yang diakibatkannya sangat tinggi seperti stroke, aneurisma, gagal jantung, serangan jantung dan kerusakan ginjal (Muhammadun, 2010). Berbagai faktor dapat mempengaruhi terjadinya hipertensi antara lain umur, jenis kelamin, obesitas, kebiasaan merokok, kebiasaan olahraga, pola makan, alkohol, stress, dan lain-lain (Depkes RI, 2006).

Menurut Badan Kesehatan Dunia WHO 2012, dari 50% penderita hipertensi yang terdeteksi, hanya 25% yang mendapat pengobatan dan hanya 12,5% bisa diobati dengan baik. Tercatat 90% atau lebih penderita hipertensi tidak diketahui penyebabnya. Sisanya, 10% atau kurang, adalah penderita hipertensi yang disebabkan penyakit lain seperti gagal ginjal dan beberapa gangguan kelenjar endokrin tubuh (Muhammadun, 2010). Hipertensi seringkali disebut sebagai *silent killer* (pembunuh diam-diam), karena merupakan penyakit yang mematikan, tanpa disertai gejala-gejalanya terlebih dahulu (Sustrani, 2005).

Menurut laporan pertemuan WHO di Jenawa tahun 2002 didapatkan prevalensi penyakit hipertensi 15-37% dari populasi penduduk dewasa di dunia. Setengah dari populasi penduduk dunia yang berusia lebih dari 60 tahun menderita

hipertensi. Angka *Propotional Mortality Rate* akibat hipertensi di seluruh dunia adalah 13% atau sekitar 7,1 juta kematian. Selain itu pada tahun 2001, WHO juga melaporkan penelitian di Bangladesh dan India dengan hasil prevalensi hipertensi 65% dari jumlah penduduknya, dengan prevalensi tertinggi pada penduduk di daerah perkotaan. Sesuai dengan data WHO bulan September 2011, disebutkan bahwa hipertensi menyebabkan 8 juta kematian per tahun di seluruh dunia dan 1,5 juta kematian pertahun di wilayah Asia Tenggara (Agnesia Naurima Kartikasari, 2012).

Di Indonesia, hipertensi menempati peringkat ke 2 dari sepuluh penyakit terbanyak pada pasien rawat jalan di rumah sakit pada tahun 2006 dengan prevalensi sebesar 4,6%. Data Riskesdas (2007) juga menyebutkan prevalensi hipertensi di Indonesia berkisar 30% dengan insiden komplikasi penyakit kardiovaskular lebih banyak pada perempuan (52%) dibandingkan laki-laki (48%) (DepKes, 2008 dalam musayaroh, 2011, hal 1).

Hipertensi dapat menimbulkan kerusakan organ tubuh, baik secara langsung maupun tidak langsung. Beberapa penelitian menemukan bahwa penyebab kerusakan organ-organ tersebut dapat melalui akibat langsung dari kenaikan tekanan darah pada organ, atau karena efek tidak langsung, antara lain adanya autoantibodi terhadap reseptor angiotensin II, stress oksidatif, *down regulation*, dan lain-lain. Penelitian lain juga membuktikan bahwa diet tinggi garam dan sensitivitas terhadap garam berperan besar dalam timbulnya kerusakan organ target, misalnya kerusakan pembuluh darah akibat meningkatnya ekspresi *transforming growth factor- β* (TGH- β). Organ yang paling utama dipengaruhi hipertensi adalah pembuluh darah arteri, jantung, otak, ginjal dan mata. (Agnesia Naurima Kartikasari, 2012)

Untuk mengurangi angka hipertensi di Indonesia bahkan di dunia hipertensi harus segera ditangani atau dikendalikan, jika tidak segera ditangani maka hipertensi akan menjadi masalah besar dan akan menjadi pembunuh secara perlahan nomor 1. Menurut (Depkes, 2006) penanganan hipertensi dapat menggunakan dua cara yaitu dengan cara farmakologi (obat-obatan) dan non-farmakologi salah satunya melalui diet hipertensi (rendah garam). Tujuan dari diet hipertensi tersebut adalah salah satu cara untuk menangani dan mengurangi angka hipertensi saat ini, sehingga masyarakat dapat menangani atau mencegah hipertensi secara dini melalui diet. (Depkes, 2006).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas Pahauman pasien yang menderita hipertensi pada tahun 2012 adalah 156 pasien dari total pasien 378, diantaranya 69 pria dan 87 perempuan, dimulai dari dewasa muda sampai geriatrik, sedangkan data terakhir yang diperoleh pada bulan Februari 2013 ada 42 pasien hipertensi yang datang berobat di Puskesmas Pahauman.

Masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Pahauman Kecamatan Sengah Temila belum mendapatkan pendidikan kesehatan yang menjadi standar kesehatan dari petugas kesehatan sehingga banyak masyarakat yang tidak memahami atau tidak paham tentang pola makan yang tepat untuk mencegahnya hipertensi. Hal ini diperoleh dari hasil wawancara tidak terstruktur oleh petugas kesehatan di Puskesmas Pahauman, dari 10 pasien hipertensi didapatkan 70 % tidak mengetahui tentang diet hipertensi. Hal ini dikarenakan di Puskesmas Pahauman tidak ada standar penkes dan jadwal rutin oleh petugas kesehatan. Adapun program Pemerintah yang harus dijalankan sebagai standar penkes bagi penderita hipertensi yaitu pengenalan makanan yang boleh dikonsumsi dan dihindari. Misalnya,

makanan yang dianjurkan bagi penderita hipertensi seperti : sayuran, buah-buahan, kandungan serat dan vitamin C dapat membantu menurunkan tekanan darah tinggi, sereal berfungsi untuk membantu menyerap lemak dan kandungan seratnya membantudalam proses pencernaan makanan. Sedangkan makanan yang harus dikurangi seperti : makanan kaleng atau makanan yang sudah diproses dengan kandungan garam yang tinggi, jenis ikan yang banyak mengandung lemak seperti salmon, mackerel dan sarden, dan makanan yang harus dihindari adalah makanan yang mengandung tinggi garam, konsumsi alkohol dan merokok.

Untuk menghindari hal diatas maka perlu kesadaran untuk sering memeriksakan diri dan menjaga kesehatan terutama pola makan dan perlu pengetahuan tentang diet hipertensi/ rendah garam. Hal inilah yang membuat hipertensi sangat perlu untuk dibahas mengingat banyaknya kasus hipertensi yang terjadi di Kecamatan Sengah Temila³²²²² Khususnya Di Puskesmas Pahauman. Hal ini lah yang mendorong peneliti untuk meneliti tentang pengetahuan masyarakat yang menderita hipertensi tentang pola makan yang tepat untuk diet hipertensi sehingga peneliti mengangkat judul faktor-faktor yang berhubungan dengan pengetahuan tentang diet hipertensi pada penderita hipertensi.

B. Perumusan Masalah

Hipertensi merupakan masalah besar di Negara barat akan tetapi juga di Indonesia karena prevalensinya yang tinggi terus meningkat serta tingkat keganasan penyakit yang diakibatkannya sangat tinggi. Di Indonesia hipertensi menempati peringkat ke 2 dari sepuluh penyakit terbanyak pada pasien rawat jalan di rumah sakit pada tahun 2006 dengan prevalensi sebesar 4,6%. Masyarakat di wilayah kerja

Puskesmas Pahauman belum mendapatkan pendidikan kesehatan yang menjadi standard kesehatan dari petugas kesehatan yaitu pengenalan jenis makanan yang dianjurkan maupun dihindari bagi penderita hipertensi dan tidak ada evaluasi dari petugas kesehatan untuk masyarakat yang telah diberikan penyuluhan tentang diet hipertensi, sehingga sebagian besar masyarakat tidak memahami atau tidak paham tentang pola makan yang tepat untuk mencegah hipertensi. Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti terdorong untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan pengetahuan tentang diet hipertensi pada penderita hipertensi di Puskesmas Pahauman.

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan umum

Diidentifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan pengetahuan tentang diet hipertensi pada penderita hipertensi di Puskesmas Pahauman.

2. Tujuan khusus

- a. Diidentifikasi tingkat pengetahuan responden tentang diet hipertensi di Puskesmas Pahauman.
- b. Diidentifikasi usia responden yang menderita hipertensi di Puskesmas Pahauman.
- c. Diidentifikasi pendidikan responden yang menderita hipertensi di Puskesmas Pahauman.
- d. Diidentifikasi pekerjaan responden yang menderita hipertensi di Puskesmas Pahauman.

- e. Diidentifikasi sumber informasi responden yang menderita hipertensi di Puskesmas Pahauman.
- f. Diidentifikasi hubungan antara usia responden dengan tingkat pengetahuan tentang diet hipertensi di Puskesmas Pahauman.
- g. Diidentifikasi hubungan antara tingkat pendidikan responden dengan tingkat pengetahuan tentang diet hipertensi di Puskesmas Pahauman.
- h. Diidentifikasi hubungan antara pekerjaan responden dengan tingkat pengetahuan tentang diet hipertensi di Puskesmas Pahauman.
- i. Diidentifikasi hubungan antara sumber informasi yang diperoleh responden dengan tingkat pengetahuan tentang diet hipertensi di Puskesmas Pahauman.

D. Manfaat penelitian

1. Bagi Puskesmas

Untuk memberikan informasi dalam upaya memberikan penyuluhan kepada masyarakat terutama pada pasien hipertensi dalam rangka pengenalan program diet hipertensi dan pola makan yang baik dan upaya pencegahannya.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberi informasi bagi institusi pendidikan keperawatan agar dapat memberikan materi tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan pengetahuan tentang diet hipertensi pada penderita hipertensi dan hasil penelitian ini sebagai dasar untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut.

3. Bagi peneliti

Sebagai bahan masukan bagi peneliti untuk mengembangkan kemampuan tenaga keperawatan dalam melaksanakan asuhan keperawatan khususnya untuk pencegahan penyakit hipertensi.

E. Ruang lingkup

Penelitian ini adalah tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan pengetahuan tentang diet hipertensi pada penderita hipertensi di pelayanan kesehatan poli rawat jalan Puskesmas Pahauman Kecamatan Sengah Temila Kabupaten Landak. Penelitian dilaksanakan mulai dari bulan Oktober sampai dengan bulan Desember 2013 di Puskesmas Pahauman. Pasien yang diteliti adalah pasien yang datang berobat di unit poli rawat jalan penyakit dalam dan terdiagnosa hipertensi. Penelitian ini dilakukan karena melihat banyaknya pasien yang tidak mengetahui pola makan yang tepat untuk diet hipertensi. Penelitian dilakukan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan pengetahuan pasien tentang diet hipertensi saat ini. Penelitian ini berada dalam ruang lingkup keperawatan medikal bedah. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif korelasi dengan pendekatan kuantitatif yang menggunakan alat ukur kuesioner.