

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi adalah tekanan darah yang tidak normal dengan angka sistolik dan diastolik diatas 140/90 mmHg dan diukur pada tiga kesempatan yang berbeda. Tekanan darah yang meningkat dan menetap dapat merusak pembuluh darah pada organ target seperti ginjal, jantung, otak dan mata sehingga hipertensi menjadi salah satu penyebab kematian nomor satu di dunia atau dikenal dengan *silent killer* (Furqani dkk., 2020).

Menurut data Riskesdas (2013), prevalensi hipertensi penduduk Indonesia umur ≥ 18 tahun sebesar 25,8%, namun hanya 9,5% yang terdiagnosis oleh tenaga kesehatan (dengan riwayat pengobatan). Prevalensi hipertensi diproyeksikan terus meningkat, dan pada tahun 2025 hingga 29% orang dewasa di seluruh dunia diproyeksikan menderita hipertensi (Setiyana, 2021). Data World Health Organization (WHO) tahun 2015 menunjukkan bahwa sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi, yang berarti satu dari tiga orang di dunia menderita hipertensi.

Hipertensi pada dasarnya merupakan penyakit yang dapat disebabkan oleh beberapa faktor. Faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi meliputi faktor risiko yang tidak dapat dikontrol dan faktor risiko yang dapat dikontrol. Faktor risiko yang tidak dapat dikontrol antara lain keturunan/riwayat keluarga, ras, usia, dan jenis kelamin. Sedangkan, faktor risiko yang dapat dikontrol

meliputi gaya hidup, pola makan, nutrisi dan asupan garam, stres, obesitas, merokok, kurang aktivitas fisik, dan penyakit penyerta seperti dislipidemia dan diabetes melitus. Stres dan pola makan merupakan faktor risiko hipertensi, hal ini dapat dicegah dengan pengendalian stres dan pola makan untuk mencegah hipertensi (Harun, 2019).

Pola makan adalah pengaturan asupan nutrisi yang seimbang dan yang dibutuhkan oleh tubuh. Pola makan atau diet merupakan cara pengobatan hipertensi tanpa efek samping yang serius karena cara pengendaliannya lebih alami dibandingkan dengan obat antihipertensi, yang dapat membantu pasien menjadi tergantung secara permanen terhadap obat tersebut. Salah satu faktor resiko yang dapat meningkatkan penyakit hipertensi yaitu pola makan yang tidak sehat. Faktor makanan seperti makanan cepat saji menjadi penyebab utama hipertensi (Chandra dkk., 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh (Kadir, 2019) di Puskesmas Dungaliyo Kabupaten Gorontalo bahwa dari 66 orang sampel, pasien yang memiliki kebiasaan pola makan baik sejumlah 42 (63,6%) orang, dari jumlah tersebut pasien yang tidak menderita hipertensi sejumlah 24 (36,4%) orang, pre-hipertensi sejumlah 12 (18,2%) orang, hipertensi tingkat I sejumlah 4 (6,1%) orang dan hipertensi tingkat II sejumlah 2 (3,0%) orang. Sedangkan 24 (36,4%) pasien dengan kebiasaan pola makan yang kurang baik, dari jumlah tersebut yang tidak mengalami hipertensi sejumlah 2 (3,0%) orang, pre-hipertensi sejumlah 8 (12,1%) orang, hipertensi tingkat I sejumlah 9 (13,6%) orang, dan hipertensi tingkat II sejumlah 5 (7,6%) orang. Dari hasil uji ChiSquare

didapatkan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$), artinya ada pengaruh pola makan terhadap kejadian hipertensi.

Faktor yang paling penting dalam menjalankan keberhasilan terapi hipertensi adalah kepatuhan minum obat. Kepatuhan minum obat merupakan faktor penting dalam penanganan tekanan darah pada pasien hipertensi itu sendiri. Sebaliknya, ketidakpatuhan merupakan faktor yang sangat penting terhadap gagalnya pengobatan. Ketidakpatuhan minum obat disebabkan oleh beberapa orang yang memiliki kebiasaan seperti tidak minum obat secara teratur, menghentikan pengobatan sendiri karena bosan dengan obat, tidak ada keluhan hipertensi atau merasa lebih baik (Ayuchecaria dkk., 2018).

Kepatuhan minum obat pada penderita hipertensi sangat penting karena penggunaan obat antihipertensi secara teratur dapat mengendalikan tekanan darah pada penderita hipertensi yang pada akhirnya dapat mengurangi resiko kerusakan organ tubuh seperti ginjal otak dan jantung. Tekanan darah dapat dikontrol dengan rutin mengonsumsi obat antihipertensi yang saat ini telah terbukti dapat mengendalikan tekanan darah pada pasien hipertensi dan dapat mengurangi resiko penyakit lain. Tetapi menggunakan obat antihipertensi saja dinilai tidak cukup untuk mengendalikan tekanan darah jangka panjang jika tidak didukung dengan kepatuhan minum obat antihipertensi (Harahap dkk., 2019).

Pada penelitian ini, karakteristik yang diteliti yaitu hubungan pola makan dan kepatuhan konsumsi obat terhadap tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Bergas periode Februari 2023. Berdasarkan studi pendahuluan

yang telah dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Bergas Kabupaten Semarang, terdapat populasi penderita hipertensi rawat jalan di Puskesmas Bergas Kabupaten Semarang cukup banyak dan hingga saat ini belum terdapat penelitian mengenai hubungan pola makan dan kepatuhan konsumsi obat terhadap tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Bergas periode Februari 2023. Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan topik tersebut.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah yang muncul dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana hubungan pola makan terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Bergas Kabupaten Semarang periode Februari 2023?
2. Bagaimana hubungan kepatuhan konsumsi obat terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Bergas Kabupaten Semarang periode Februari 2023?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka tujuan penelitian yang muncul dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk menganalisis hubungan pola makan terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Bergas Kabupaten Semarang periode Februari 2023.

2. Untuk menganalisis hubungan kepatuhan konsumsi obat terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Bergas Kabupaten Semarang periode Februari 2023.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis
 - a. Memberikan bukti patofisiologis empiris dan komparatif tentang hubungan pola makan dan kepatuhan konsumsi obat terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi.
 - b. Perkembangan ilmiah meliputi pengetahuan tentang hubungan pola makan dan kepatuhan konsumsi obat.
2. Manfaat Praktisi
 - a. Memberikan informasi yang berguna bagi pasien hipertensi
 - b. Sebagai masukan bagi mereka yang terlibat dalam penelitian ini atau melakukan penelitian yang berkaitan dengan penelitian ini.