

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menurut Kemenkes RI (2016), masyarakat di Indonesia mengalami perubahan pola penyakit yaitu dari penyakit menular menjadi penyakit tidak menular (PTM). Hal ini ditandai dengan terjadinya peningkatan kesakitan hingga kematian yang disebabkan oleh adanya PTM. PTM antara lain adalah hipertensi, diabetes melitus, dan kanker.

Hipertensi merupakan tekanan darah tinggi dengan kondisi medis yang serius, karena secara signifikan dapat meningkatkan risiko jantung, otak, ginjal, dan penyakit lainnya. Menurut WHO (2019), hipertensi adalah salah satu target global untuk penyakit tidak menular yang dikurangi prevalensinya sebesar 25% pada tahun 2025.

Berdasarkan data riset kesehatan dasar (Riskesdas, 2018), prevalensi hipertensi di Indonesia meningkat dibandingkan dengan tahun 2013, pada tahun 2018 sebesar 34,1% dan pada tahun 2013 sebesar 25,8% (Kemenkes, 2018). Prevalensi hipertensi di DIY berada pada urutan ke-4 sebagai provinsi dengan kasus hipertensi yang tinggi yaitu sebesar 11,01% atau lebih tinggi apabila dibandingkan dengan angka nasional yang sebesar 8,8% (Riskesdas, 2018). Berdasarkan STP (surveilans terpadu penyakit) puskesmas maupun STP rumah sakit, hipertensi di DIY selalu masuk dalam 10 besar penyakit sekaligus 10 besar penyebab kematian selama beberapa tahun terakhir (Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta, 2019).

Hipertensi disebabkan oleh 2 klasifikasi, pertama hipertensi essensial (primer) yang penyebabnya tidak diketahui, biasanya sering dikaitkan dengan gaya hidup dan diet yang buruk. Kedua hipertensi non essensial (sekunder) yang disebabkan karena penyakit lain seperti diabetes nefropati, penyakit ginjal, penyakit jantung, serta kondisi kehamilan.

Salah satu faktor resiko yang dapat menyebabkan hipertensi berkaitan dengan faktor diet adalah ketidaktaatan dalam pola konsumsi natrium (Na) dan kalium (K) sehingga dapat mempengaruhi peningkatan dan penurunan tekanan darah. Ketidaktaatan pola konsumsi Na tersebut sering dikaitkan dengan makanan siap saji, makanan yang diawetkan, serta makanan yang mengandung garam dan bahan tambahan makanan (MSG) yang tinggi. Sehingga dapat meningkatkan tekanan darah dalam tubuh dan menyebabkan hipertensi. Menurut Saharuddin, dkk (2018), penderita hipertensi lebih banyak terjadi pada responden yang mengkonsumsi Na dalam jumlah berlebih daripada responden yang mengkonsumsi Na <2.400mg/hari.

Kalium merupakan kebalikan dari natrium, karena K lebih berhubungan erat dengan penurunan tekanan darah. Kalium (potassium) merupakan ion utama dalam cairan intraseluler. Asupan K sendiri berkaitan dengan makanan yang mengandung K tinggi seperti buah dan sayur.

Berdasarkan survey pendahuluan di Puskesmas Moyudan, data hasil pemeriksaan rutin bulan Juli hingga September tahun 2021 menunjukkan prevalensi penderita hipertensi yang tinggi. Terdapat >200 penderita hipertensi dari yang melakukan pemeriksaan di bulan Juli-Oktober 2021 dan

50 orang merupakan anggota aktif dalam kegiatan prolanis (program pengelolaan penyakit kronis). Prolanis merupakan aktivitas yang meliputi konsultasi, senam, penyuluhan dan pengecekan kesehatan secara rutin. Pengecekan kesehatan untuk penderita hipertensi yaitu pengecekan tekanan darah yang dilakukan setiap bulan sekali.

Berdasarkan uraian tersebut yang mendasari penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran asupan natrium dan kalium yang dikonsumsi terhadap tekanan darah penderita hipertensi di Puskesmas Moyudan Kabupaten Sleman pada anggota Prolanis.

## B. Rumusan Masalah

Masalah yang akan dikaji pada penelitian ini adalah bagaimana gambaran asupan natrium dan kalium makanan yang dikonsumsi penderita hipertensi di Puskesmas Moyudan Kabupaten Sleman?

## C. Tujuan

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran asupan natrium dan kalium makanan yang dikonsumsi terhadap tekanan darah penderita hipertensi di Puskesmas Moyudan Kabupaten Sleman.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran jumlah asupan natrium dari makanan yang dikonsumsi penderita hipertensi di Puskesmas Moyudan Kabupaten Sleman

- b. Mengetahui gambaran jumlah asupan kalium dari makanan yang dikonsumsi penderita hipertensi di Puskesmas Moyudan Kabupaten Sleman
- c. Mengetahui gambaran tekanan darah penderita hipertensi di Puskesmas Moyudan Kabupaten Sleman

#### D. Ruang Lingkup

Berdasarkan ruang lingkup, penelitian ini termasuk dalam cakupan gizi klinik.

#### E. Manfaat Penelitian

##### 1. Manfaat Teoritis

Pengembangan ilmu pengetahuan antara lain mengetahui gambaran asupan natrium dan kalium penderita hipertensi di Puskesmas Moyudan Kabupaten Sleman

##### 2. Manfaat Praktis

###### a. Bagi Puskesmas Moyudan

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai bahan dasar dalam pengembangan program atau kegiatan untuk mengatasi penyakit hipertensi

###### b. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan yang berhubungan dengan hipertensi sehingga

meningkatkan kesadaran masyarakat akan kesehatan khususnya hipertensi.

#### F. Keaslian Penelitian

1. Gyta Reny Anggita Sari, 2017, dengan judul “Gambaran Tingkat Pengetahuan, Konsumsi Lemak dan Konsumsi Natrium Pada Pasien Hipertensi Rawat Jalan Di Puskesmas Jetis Kota Yogyakarta”

Hasil penelitian : Gambaran tingkat pengetahuan pasien hipertensi rawat jalan di Puskesmas Jetis Kota Yogyakarta 53,1% berpengetahuan baik. Stadium hipertensi pasien rawat jalan 93.9% hipertensi stadium I. Konsumsi lemak pasien hipertensi rawat jalan 100% tinggi dengan rata-rata kebiasaan konsumsi lemak 128,1 g/hari. Konsumsi natrium pasien hipertensi rawat jalan 81.6% normal dengan rata-rata kebiasaan konsumsi natrium 1420,6 mg/hari.

Persamaan : sama-sama menggunakan penelitian observasional dengan desain penelitian cross sectional, variabel terikat adalah status hipertensi.

Perbedaan : tempat lokasi penelitian, pengambilan sampel berdasarkan *accidental sampling*, sedangkan pengambilan sampel peneliti adalah *total sampling*, variabel bebas yang diteliti adalah asupan natrium dan kalium, sedangkan variabel bebas penelitian adalah tingkat pengetahuan, konsumsi lemak dan konsumsi natrium.

2. Ika Wahyu Rukmadhayanti, 2018, dengan judul “Gambaran Asupan Natrium dan Aktivitas Fisik Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Godean I”

Hasil penelitian : sebanyak 40.90% responden memiliki asupan natrium tinggi, 63.64% memiliki indeks aktivitas fisik ringan dan 59.50% responden dengan status hipertensi tahap I.

Persamaan : sama-sama menggunakan penelitian observasional dengan desain penelitian cross sectional, variabel terikat adalah status hipertensi.

Perbedaan : tempat lokasi penelitian, pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* sedangkan pengambilan sampel penelitian adalah *total sampling*. variabel bebas yang diteliti adalah asupan natrium dan kalium, sedangkan variabel bebas penelitian adalah asupan natrium dan aktivitas fisik.

3. Janu Purwono, dkk, 2020, dengan judul “Pola Konsumsi Garam Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Puskesmas Gadingrejo”

Hasil penelitian : sebesar 54,9% responden mengkonsumsi tinggi garam, 60,8% responden mengalami hipertensi berat. Terdapat hubungan antara pola konsumsi garam dengan kejadian hipertensi pada lansia di Wilayah Puskesmas Gadingrejo dengan P value=0,010 dan nilai OR = 5,704.

Persamaan : sama-sama menggunakan desain penelitian dengan rancangan cross sectional, variabel terikat adalah status hipertensi.

Perbedaan : tempat lokasi penelitian, pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* sedangkan pengambilan sampel penelitian adalah *total sampling*. Variabel bebas yang diteliti adalah asupan natrium dan kalium, sedangkan variabel bebas penelitian adalah pola konsumsi garam. Tujuan yang diteliti adalah untuk mengetahui gambaran, sedangkan tujuan peneliti adalah untuk mengetahui adanya hubungan.