

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berdasarkan hasil Riskesdas (2013), prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat melalui pengukuran tekanan darah pada umur ≥ 18 tahun sebesar 25,8%, tertinggi di Bangka Belitung (30,9%), Kalimantan Selatan (30,8%), Kalimantan Timur (29,6%), Jawa Barat (29,4%) dan DI Yogyakarta (25,7%). Prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan melalui kuesioner sebesar 9,4%, prevalensi hipertensi berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan atau sedang minum obat sebesar 9,5% dan 0,1% yang minum obat sendiri. Menurut JNC VII 2003, analisis prevalensi hipertensi pada usia 15-17 tahun sebesar 5,3% (laki-laki 6% dan perempuan 4,7%), prevalensi hipertensi di perdesaan sebesar 5,3% lebih tinggi dibandingkan dengan perkotaan sebesar 5,1%. Prevalensi hipertensi pada perempuan cenderung lebih tinggi dari pada laki-laki karena adanya ketidakseimbangan hormon estrogen dan progesterone.

Berdasarkan data hasil Riskesdas dalam Profil Kesehatan Provinsi DIY (2017), prevalensi penderita hipertensi sebesar 35,8% lebih tinggi jika dibandingkan dengan angka nasional sebesar 31,7%. Prevalensi ini menempatkan DI Yogyakarta pada urutan ke lima sebagai provinsi dengan kasus hipertensi tertinggi, yang mana Kabupaten Sleman merupakan wilayah dengan kasus hipertensi tertinggi pada tahun 2017 yaitu sebanyak 12.204 kasus. Puskesmas Moyudan adalah puskesmas yang memiliki jumlah

penderita hipertensi cukup tinggi. Prevalensi kasus hipertensi di wilayah Puskesmas Moyudan pada tahun 2018 sebesar 4535 kasus. Prevalensi kasus hipertensi yang berobat secara rutin sebesar 18,63% dan prevalensi kasus hipertensi yang tidak berobat secara rutin sebesar 81,27%.

Hipertensi atau penyakit tekanan darah tinggi adalah suatu gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan zat gizi yang dibawa oleh darah terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkannya. Hipertensi terjadi karena peningkatan tekanan sistolik lebih dari 120 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 80 mmHg (Muttaqin A, 2009).

Tingginya prevalensi hipertensi disebabkan oleh beberapa faktor antara lain usia, jenis kelamin, pekerjaan, status gizi dan pola makan yang salah. Pola makan merupakan faktor yang serius mengingat pada era ini masyarakat lebih menyukai makanan cepat saji seperti makanan kaleng.

Penderita hipertensi juga dipengaruhi oleh faktor makanan apa saja yang boleh dan tidak boleh untuk dimakan atau kepatuhan diet. Makanan yang dimakan secara langsung atau tidak langsung dapat berpengaruh terhadap kestabilan tekanan darah. Kandungan zat gizi seperti lemak dan sodium berkaitan erat dengan hipertensi. Pelaksanaan diet yang teratur dapat menormalkan tekanan darah yaitu dengan mengurangi makanan tinggi garam, makanan yang berlemak, mengonsumsi makanan yang tinggi serat dan melakukan aktivitas olahraga (Julianti, 2005).

Menurut Almatsier S (2014), diet untuk penderita hipertensi yaitu diet rendah garam. Diet rendah garam dapat membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Menurut WHO (1990) menganjurkan

pembatasan konsumsi garam dapur hingga 6 gram sehari (2400 mg natrium). Asupan natrium yang berlebih terutama dalam bentuk natrium klorida dapat menyebabkan hipertensi.

Faktor yang mempengaruhi kesesuaian diet awal adalah usia dan jenis kelamin. Karena semakin bertambah usia seseorang asupan makan semakin sedikit dan jenis kelamin perempuan biasanya lebih memperhatikan tentang pola makannya dibandingkan dengan laki-laki. Menurut Suwarni (2009), media yang digunakan untuk konseling gizi yaitu leaflet diet rendah garam yang bertujuan untuk menambah pengetahuan dan membantu dalam menurunkan tekanan darah.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti ingin melakukan penelitian tentang hubungan kesesuaian diet awal terhadap hasil pemantauan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Moyudan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka rumusan masalah ini adalah “Apakah ada hubungan kesesuaian diet awal terhadap hasil pemantauan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Moyudan ?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan kesesuaian diet awal terhadap hasil pemantauan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Moyudan.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin, pekerjaan dan status gizi
- b. Mengetahui kesesuaian diet awal penderita hipertensi
- c. Mengetahui hasil pemantauan tekanan darah pada penderita hipertensi
- d. Mengetahui hubungan kesesuaian diet awal terhadap hasil pemantauan tekanan darah di Puskesmas Moyudan

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini adalah Gizi Klinik dengan melibatkan penderita hipertensi untuk mengetahui hubungan kesesuaian diet awal terhadap hasil pemantauan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Moyudan.

E. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan kepada pembaca tentang gizi klinik dan menambah informasi mengenai hubungan kesesuaian diet awal terhadap hasil pemantauan tekanan darah pada penderita hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini bisa dijadikan sumber informasi yang penting terkait dengan hipertensi mengenai hubungan kesesuaian diet awal

terhadap hasil pemantauan tekanan darah dan dapat menjadi acuan pencapaian program kesehatan terutama di bidang gizi.

b. Bagi Responden

Hasil penelitian ini bisa dijadikan sumber informasi penting kepada penderita hipertensi dalam mematuhi diet yang diberikan untuk membantu menurunkan tekanan darah menjadi normal.

c. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam mengembangkan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan penelitian ini.

F. Keaslian Penelitian

Penelitian ini tentang hubungan kesesuaian diet awal terhadap hasil pemantauan tekanan darah pada penderita hipertensi belum pernah dilakukan. Namun, ada beberapa penelitian yang hampir serupa dengan penelitian ini.

1. Puji, Kristiana P . 2018. Hubungan Kepatuhan Gizi Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Desa Nambangan. Desain penelitian ini menggunakan deskriptif dengan pendekatan cross sectional. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive random sampling sebanyak 60 orang. Variabel bebas adalah kepatuhan diet dan variabel terikat tekanan darah. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara tingkat kepatuhan diet dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di Desa Nambangan
2. Arum, Nina P. 2016. Hubungan Asupan Lemak, Asupan Natrium Dan Status Gizi Dengan Tekanan Darah Sistolik Pada Wanita Pralansia Di Pos

Kesehatan Lansia Kelurahan Bojongbata Kecamatan Pemalang Kabupaten Pemalang. Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan metode pendekatan cross sectional. Pengambilan sampel menggunakan teknik consecutive sampling yaitu semua subjek yang datang dan memenuhi kriteria pemilihan dimasukkan dalam penelitian sampai jumlah subjek yang diperlukan terpenuhi dengan jumlah sampel adalah 42 wanita pra lansia. Hasil uji kenormalan data menggunakan kolmogorof smirnov, menunjukkan semua data berdistribusi normal, maka digunakan uji statistik pearson product moment. Variabel bebas adalah Asupan lemak, asupan natrium dan status gizi dan variabel terikat tekanan darah sistolik. Hasil penelitian menunjukkan Ada hubungan asupan lemak dengan tekanan darah sistolik (nilai $p=0,048$), ada hubungan asupan natrium dengan tekanan darah sistolik (nilai $p=0,000$), dan ada hubungan status gizi dengan tekanan darah sistolik (nilai $p=0,044$). Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan asupan lemak, asupan natrium, status gizi dengan tekanan darah sistolik