

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang serius, karena jika tidak terkendali akan berkembang dan menimbulkan komplikasi yang berbahaya seperti stroke, penyakit jantung koroner dan gagal ginjal (Gunawan, 2001).

Hipertensi erat kaitannya dengan gaya hidup seseorang. Misalnya hidup yang tidak teratur, aktifitas fisik yang kurang, berat badan yang melebihi batas normal (obesitas), kebiasaan merokok, stres, banyak mengonsumsi makanan yang berlemak atau asin, serta mengonsumsi minuman yang beralkohol. Hipertensi sering diderita orang pada usia di atas 40 tahun karena elastisitas pembuluh darahnya mulai berkurang, suatu proses alami yang sulit untuk dihindari akibat penuaan yang terus berjalan. Hipertensi tidak bisa disembuhkan (diobati sekali dan sembuh untuk selamanya), tetapi bisa dikontrol dengan pola hidup sehat dan diobati (Sudewo, 2004).

Sampai saat ini, hipertensi masih merupakan tantangan besar di Indonesia. Sehingga, hipertensi merupakan kondisi yang sering ditemukan pada pelayanan kesehatan primer. Hal itu merupakan masalah kesehatan dengan prevalensi yang tinggi, yaitu sebesar 25,8%, sesuai dengan data

Riskesdas 2013. Di samping itu, pengontrolan hipertensi belum adekuat meskipun obat-obatan yang efektif banyak tersedia (Riskedas, 2013).

Prevalensi hipertensi di DIY menurut Riskesdas 2013 adalah 35,8% atau lebih tinggi jika dibandingkan dengan angka nasional (31,7%). Prevalensi ini menempatkan DIY pada urutan ke-5 sebagai Provinsi dengan kasus hipertensi yang tinggi. Hipertensi selalu masuk dalam 10 besar penyakit sekaligus 10 besar penyebab kematian di DIY selama beberapa tahun terakhir berdasarkan data dari Puskesmas maupun sistem informasi Rumah Sakit tahun 2014 tercatat kasus hipertensi 32.860 kasus (Profil Kesehatan DIY, 2015).

WHO (1990) menganjurkan pembatasan konsumsi garam dapur hingga 6 gram sehari (sama dengan 2400 mg Natrium) ( Almtsier, 2003). Konsumsi garam memiliki efek langsung terhadap tekanan darah. Natrium atau disebut juga sodium mengatur keseimbangan air di dalam sistem pembuluh darah. Sebagian natrium dalam diet datang dari makanan dalam bentuk garam dapur, MSG (*Mono Sodium Glutamate*), soda pembuat roti.

Hasil penelitian Tiyas (2002) menunjukkan hubungan antara pola makan dengan kejadian hipertensi di RSUD kota Yogyakarta. Hasil penelitian ini yang didapat 50% pasien hipertensi diketahui bahwa mereka sering makan makanan yang banyak mengandung garam dan lemak. Asupan makan merupakan salah satu faktor yang dapat mengganggu kesehatan dan aktifitas sehari-hari. Sama halnya dengan pasien hipertensi

yang menjalani rawat inap di RSUD Bethesda Lempuyangwangi Yogyakarta.

RSUD Bethesda Lempuyangwangi Yogyakarta adalah salah satu Rumah Sakit yang berada di kota Yogyakarta dan menjalankan pelayanan Rumah Sakit pada umumnya. Berdasarkan data yang diperoleh dari Instalasi Gizi RSUD Bethesda Lempuyangwangi Yogyakarta, jumlah pasien hipertensi pada bulan Juni tahun 2016 sebanyak 3 kasus. Penyakit hipertensi menduduki peringkat ke empat pada tahun 2015. Maka dari itu, penulis tertarik untuk melakukan penelitian “Gambaran kesesuaian asupan makanan pada pasien hipertensi di RSUD Bethesda Lempuyangwangi Yogyakarta”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang, maka dapat disusun rumusan masalah sebagai berikut :

Bagaimana gambaran kesesuaian asupan makanan dengan status hipertensi pada pasien hipertensi di RSUD Bethesda Lempuyangwangi Yogyakarta ?

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui kesesuaian asupan makanan dengan status Hipertensi pada pasien hipertensi di RSUD Bethesda Lempuyangwangi Yogyakarta.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui kesesuaian asupan energi pada pasien hipertensi.
- b. Diketahui kesesuaian asupan lemak pada pasien hipertensi.
- c. Diketahui kesesuaian asupan protein pada pasien hipertensi.
- d. Diketahui kesesuaian asupan karbohidrat pada pasien hipertensi.
- e. Diketahui kesesuaian asupan natrium pada pasien hipertensi.

#### **D. Ruang Lingkup Penelitian**

Ruang lingkup penelitian ini adalah Gizi Klinik karena penelitian dilakukan pada pasien penderita hipertensi di RSUD Bethesda Lempuyangwangi Yogyakarta.

#### **E. Manfaat Penelitian**

##### 1. Teoritis

###### a. Bagi peneliti

Meningkatkan pengetahuan tentang diet pada pasien hipertensi.

###### b. Bagi Jurusan gizi

Dapat menjadi referensi mengenai asupan makanan pada pasien hipertensi.

###### c. Bagi peneliti selanjutnya

Memberikan pengetahuan, wawasan, dan pengalaman sebagai bahan kajian untuk peneliti – peneliti lain berikutnya yang berkaitan dengan asupan makanan pada pasien hipertensi.

##### 2. Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pasien dan keluarga serta pihak yang terkait sebagai bahan masukan tentang diet pada pasien hipertensi.

#### **F. Keaslian Penelitian**

1. Annisa Nurul Hidayati. 2011. “Tinjauan tingkat pengetahuan dan frekuensi makan makanan sumber natrium pada pasien hipertensi rawat jalan di Puskesmas Mergangsan”. Persamaan dengan penelitian ini adalah sama – sama bersubyek pada pasien hipertensi. Perbedaan penelitian ini adalah peneliti mengambil secara *accidental sampling* sementara saya mengambil sampel menggunakan rumus *Lemesshow* dan peneliti ini menggunakan *cross sectional* sementara penelitian saya menggunakan studi kasus. Hasil menunjukkan diperoleh 70% pasien dengan tingkat pengetahuan baik. Frekuensi makan pasien hipertensi sudah baik karena lebih banyak yang tidak pernah mengkonsumsi makanan sumber natrium, kecuali bumbu.
2. Galuh Puspita Ningrum. 2015. “Gambaran tentang aktifitas fisik dan obesitas pada pasien hipertensi rawat jalan di puskesmas Sleman Yogyakarta”. Persamaan dengan penelitian ini adalah sama – sama bersubyek pada pasien hipertensi Perbedaan penelitian ini adalah peneliti mengambil secara *accidental sampling* sementara saya mengambil sampel menggunakan rumus *Lemesshow*. Hasil menunjukkan bahwa 51% responden mempunyai tingkat aktifitas

fisik kurang aktif, responden yang mengalami obesitas sebanyak 52,9% dan 56,9% responden memiliki status hipertensi tahap 2.