

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Penyakit Tidak Menular (PTM) adalah salah satu masalah kesehatan dan penyebab kematian yang mengancam pertumbuhan ekonomi di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Menurut laporan *World Health Organization* (WHO) tahun 2017, penyakit tidak menular membunuh 40 juta orang setiap tahun, atau setara dengan 70% kematian dari 56 juta di seluruh dunia. Salah satu kendala di dalam pembangunan kesehatan saat ini adalah peningkatan PTM, salah satunya ialah penyakit hipertensi dengan peringkat tertinggi dan paling umum penyebab kematian di seluruh dunia (Asri et al., 2022 ; Pebrisiana et al., 2022).

Hipertensi merupakan kondisi medis di mana tekanan darah dalam arteri selalu tinggi, ditandai dengan adanya peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg (Pebrisiana et al., 2022). Jenis hipertensi terdiri atas hipertensi primer dan sekunder. Kedua jenis ini menyumbang sekitar 95% dari semua kasus hipertensi. Hipertensi sekunder menyumbang sekitar 5% dari semua kasus hipertensi (Tika, 2021).

Menurut WHO (2019), 22% orang di dunia menderita hipertensi. Hanya kurang dari 25% penderita melakukan upaya untuk mengendalikan tekanan darah mereka. Hipertensi berada di posisi tertinggi di Afrika dengan 27%, dan Asia Tenggara berada di posisi ketiga dengan 25% (Musa, 2022). Berdasarkan

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018) prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%. Ini mengalami peningkatan dibandingkan prevalensi hipertensi pada Riskesdas Tahun 2013 sebesar 25,8%. Diperkirakan hanya 1/3 kasus hipertensi di Indonesia yang terdiagnosis, sisanya tidak terdiagnosis. Berdasarkan laporan dari Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan Kota Banjarmasin tahun 2022 jumlah penderita hipertensi yaitu 35.735 kasus dengan wilayah tertinggi di Puskesmas Basirih Baru 4825 kasus pada tahun 2022 dan sebanyak 3.789 kasus pada tahun 2023 terhitung dari 6 bulan terakhir dengan rata-rata 632 perbulan.

Menurut Ekarini et al (2020), menyatakan bahwa usia, jenis kelamin dan genetik, obesitas, merokok, kurang aktivitas fisik, konsumsi garam berlebih, alkohol, dan stress adalah beberapa faktor risiko yang dapat menyebabkan hipertensi. Pola diet yang tidak sehat adalah penyebab utama tidak terkontrolnya tekanan darah pada penderita hipertensi; kebanyakan dari mereka masih tidak bisa menghindari makanan yang bernatrium tinggi, berlemak, dan bersantan, seperti gorengan, santan yang pekat, daging sapi, siap saji, ikan asin, dan makanan yang dimasak dengan garam dan MSG atau penyedap rasa yang berlebihan (Maharani & Syafrandi, 2018).

Hipertensi tidak dapat disembuhkan, tetapi dapat dikendalikan. Salah satu cara untuk mengontrol hipertensi adalah dengan mengubah gaya hidup, seperti mengubah hingga mengatur pola hidup (diet) dan minum obat anti hipertensi secara teratur. Hipertensi yang terkontrol dapat membantu mencegah komplikasi dan kerusakan organ (Meutia, 2022). Dimana, risiko penyakit

kardiovaskular menjadi salah satu penyumbang dari banyaknya efek negatif pada kelangsungan hidup pasien hipertensi. Dengan mengontrol tekanan darah, dapat mengurangi risiko kematian, penyakit jantung, stroke, dan gagal jantung (Falah, 2019a).

Tekanan darah tinggi dapat merusak tubuh selama bertahun-tahun sebelum gejalanya muncul. Tanpa pengobatan, tekanan darah tinggi dapat menyebabkan kecacatan, kualitas hidup yang buruk, atau bahkan serangan jantung atau stroke yang fatal. Tekanan darah tinggi dapat menyebabkan pembuluh darah menyempit pecah atau bocor sehingga aliran darah ke seluruh tubuh menjadi lebih terbatas hal ini dapat menimbulkan risiko terjadinya komplikasi pada penderita hipertensi.

Penderita hipertensi memerlukan penggunaan berbagai obat antihipertensi untuk mengontrol tekanan darah mereka (Imanda & Darliana, 2021). Obat antihipertensi diresepkan untuk melindungi jantung dan ginjal dengan mempertimbangkan kebutuhan pasien dan risiko efek samping. Sebagian besar penderita hipertensi merasa bosan mengambil obat mereka karena pengobatannya membutuhkan waktu seumur hidup. Selain itu, mereka terkadang berhenti mengambil obat sebelum pengobatan selesai. Hal ini terjadi karena penderita hipertensi belum memahami bahwa obat harus dikonsumsi seumur hidup untuk menjaga tekanan darahnya agar tetap stabil (Kk, 2022; Nova & Hasni, 2022)

Hasil studi pendahuluan pada tanggal 30 Oktober – 3 November 2023. Hasil wawancara dengan 7 pasien hipertensi yang berkunjung ke Puskesmas

Basirih Baru diperoleh keterangan bahwa 2 dari 7 pasien sudah menjaga pola makan, patuh minum obat dan rutin untuk kontrol tekanan darah ke Puskesmas, 5 diantaranya masih tidak bisa menjaga pola makan, sering makan siap saji, jarang berolahraga, kurang tidur, stres dan tidak rutin minum obat antihipertensi. Mereka mengatakan minum obat anti hipertensi saat gejala hipertensi muncul tetapi bila gejalanya tidak ada maka mereka tidak meminum obat tersebut.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Widiyanto (2018) bahwa terdapat hubungan antara pola makan dan gaya hidup dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas I Kembaran dengan hasil analisis uji chi square menunjukkan nilai  $p < 0,05$  pada kedua variabel. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2022) ada hubungan antara pola makan berdasarkan jumlah porsi dan frekuensi makan dengan faktor pencegah pada penderita hipertensi. Pola makan seperti makanan yang tinggi lemak jenuh dan garam, kurang sayur dan buah, dan makanan dan minuman yang dikemas dalam kaleng dapat menyebabkan hipertensi karena mengandung banyak bahan pengawet dan tidak cukup kalori.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dan uraian data diatas menunjukkan bahwa mengontrol hipertensi dapat membantu mencegah konsekuensi serius, seperti yang disarankan oleh Meutia (2022) dan Falah (2019). Dimana tampak gambaran nyata tentang tantangan yang dihadapi oleh penderita hipertensi dalam mengelola kondisi kesehatan mereka. Oleh karena itu, perlu adanya upaya lebih lanjut dalam meningkatkan kesadaran, kepatuhan dan keterlibatan untuk memastikan pengelolaan dan pengendalian hipertensi secara efektif, guna

mengurangi risiko komplikasi yang dapat berdampak serius pada kesehatan mereka, yakni dengan perubahan dan pengaturan gaya hidup, terutama melalui pengaturan pola makan mulai dari frekuensi, jenis dan jumlah makanan serta didukung dengan kepatuhan dalam pengobatan.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Hubungan pola makan dan kepatuhan minum obat dengan kontrol tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Basirih Baru Kota Banjarmasin Tahun 2024”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara pola makan dan kepatuhan minum obat dengan kontrol tekanan darah pada penderita hipertensi?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada hubungan antara pola makan dan kepatuhan minum obat dengan terkontrolnya tekanan darah pada penderita hipertensi

### **2. Tujuan khusus**

- a. Mengidentifikasi pola makan pasien hipertensi di Puskesmas Basirih Baru
- b. Mengidentifikasi kepatuhan minum obat pasien hipertensi di Puskesmas Basirih Baru

- c. Mengidentifikasi tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Basirih Baru
- d. Menganalisis hubungan antara pola makanan dengan terkontrolnya tekanan darah pada hipertensi
- e. Menganalisis hubungan antara kepatuhan minum obat dengan terkontrolnya tekanan darah pada hipertensi

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### 1. Manfaat Teoritis

Dari hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dan menambah pengetahuan bagi semua disiplin ilmu kesehatan

##### 2. Manfaat Praktis

###### a. Bagi Puskesmas

Dari hasil penelitian tentang hubungan antara pola makan dan kepatuhan minum obat dengan terkontrolnya tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Basirih Baru ini, bermanfaat sebagai bahan masukan bagi petugas Puskesmas dalam memberikan penanganan dan penyuluhan kepada penderita hipertensi sehingga penyakit hipertensi dapat terkontrol

###### b. Bagi Institusi STIKES Suaka Insan

Dapat dijadikan sebagai referensi untuk meningkatkan pembelajaran dan pengetahuan mahasiswa/mahasiswi terkait dengan hubungan antara pola makan dan kepatuhan minum obat dengan terkontrolnya tekanan darah pada penderita hipertensi. Harapannya

mahasiswa/mahasiswi bisa memberikan penkes langsung ke wilayah Puskesmas Basirih Baru

c. Bagi pasien

Diharapkan penderita hipertensi rutin untuk kontrol tekanan darah dan dapat mengontrol tekanan darah mereka dengan menjaga gaya hidup terutama pada pola makan dan rutin untuk minum obat

### E. Keaslian Penelitian

Berdasarkan hasil penelusuran belum terdapat penelitian yang serupa, namun beberapa penelitian yang berkaitan dengan penelitian ini antara lain:

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

Judul Penelitian	Tahun dan Nama Penulis	Metode dan Hasil	Persamaan dengan Penelitian yang diteliti	Perbedaan dengan Penelitian yang diteliti
Hubungan pola makan dengan tekanan darah pada lansia hipertensi	(2022) Tuti Rahmawati, Dewi Marfuah, Tutut Galih Winanti	Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode Purposive Sampling. Berdasarkan hasil penelitian bahwa ada hubungan antara jumlah porsi makan dan frekuensi makan berdasarkan faktor pencegah dengan	Persamaan antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada metode penelitian yaitu sama-sama menggunakan pendekatan cross sectional	Perbedaan dalam penelitian ini terdapat pada tempat dan responden dimana penelitian sebelumnya tempat penelitiannya di Posyandu Lansia Dusun Belangan Desa Gunung Kabupaten Wonogiri dan respondennya adalah lansia yang menderita hipertensi. Sedangkan penelitian sekarang melakukan penelitian di Puskesmas Basirih

Judul Penelitian	Tahun dan Nama Penulis	Metode dan Hasil	Persamaan dengan Penelitian yang diteliti	Perbedaan dengan Penelitian yang diteliti
		tekanan darah, artinya semakin baik frekuensi makan berdasarkan faktor pencegah maka semakin baik pula tekanan darah pada lansia hipertensi dan semakin tinggi jumlah porsi maka semakin rendah tekanan darah pada lansia hipertensi.		Baru Kota Banjarmasin Kalimantan Selatan dan tidak ada ketentuan khusus untuk usia respondennya
Hubungan pola makan dan aktivitas fisik terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di kapuas hulu	(2020) Muhammad Firdaus, Windu CHN Suryaningrat	Penelitian ini merupakan observasional analitik dengan desain penelitian potong lintang (cross sectional). Data penelitian ini diperoleh dengan menggunakan kuesioner penelitian. Pada penelitian ini didapatkan hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik total dengan kontrol tekanan darah pada pasien hipertensi ( $p = 0,027$ ). Secara umum, olahraga mengurangi tekanan darah dengan mekanisme resistensi vaskular sistemik, aktivitas simpatis, aktivitas renin plasma, penilaian model homeostasis, indeks resistensi insulin, berat	Persamaan antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada metode penelitian yaitu sama-sama menggunakan pendekatan cross sectional	Perbedaan dalam penelitian ini terdapat pada tempat ,judul penelitian dan jumlah responden dimana penelitian sebelumnya melakukan penelitian di di ruang lingkup kerja Kecamatan Semitau dan Suhaid, Kabupaten Kapuas Hulu, Provinsi Kalimantan Barat, respondennya berjumlah 100 orang dan adanya perbedaan judul yaitu aktivitas fisik, sedangkan penelitian sekarang melakukan penelitian di Puskesmas Basirih Baru Kota Banjarmasin Kalimantan Selatan, sekitar 40 responden dan tidak ada meneliti tentang aktivitas fisik



Judul Penelitian	Tahun dan Nama Penulis	Metode dan Hasil	Persamaan dengan Penelitian yang diteliti	Perbedaan dengan Penelitian yang diteliti
		<p>badan, dan lingkaran perut, dan memperbaiki profil lipid darah. Sedangkan untuk pola makan Penelitian ini menemukan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara pola makan dengan tekanan darah pada pasien hipertensi (<math>p = 1,000</math>). Hal ini mungkin disebabkan oleh karakteristik subjek penelitian seperti sebagian besar IMT di atas normal, tingkat pendidikan yang rendah sehingga mempengaruhi kemampuan subjek untuk mengingat kembali makanan yang telah dikonsumsi.</p>		
<p>Hubungan faktor-faktor gaya hidup dengan tekanan darah pada penderita hipertensi</p>	<p>(2022) Musliana,a, Nuraiza Meutia</p>	<p>Penelitian deskriptif analitik dengan desain cross sectional menggunakan data primer berupa kuesioner dan data sekunder dari rekam medik dengan jumlah responden 116 responden (79 perempuan dan 37 laki-laki. Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan</p>	<p>Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu sama-sama menggunakan desain cross sectional</p>	<p>Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada tempat, jumlah responden topik yang dibahas. Pada penelitian sebelumnya melakukan pengambilan data dari Puskesmas Padang Bulan dan Puskesmas Teladan, responden berjumlah 116</p>

Judul Penelitian	Tahun dan Nama Penulis	Metode dan Hasil	Persamaan dengan Penelitian yang diteliti	Perbedaan dengan Penelitian yang diteliti
		<p>pada penelitian ini, maka dapat diambil kesimpulan bahwa : Dari hasil uji statistik didapati terdapat hubungan yang tidak signifikan antara kebiasaan merokok dengan tidak terkontrolnya tekanan darah. Dari hasil uji statistik didapati terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dan konsumsi kafein dengan tidak terkontrolnya tekanan darah.</p>		<p>orang dan topik yang dibahas lumayan luas yaitu mencakup faktor-faktor gaya hidup yang bisa mempengaruhi tekanan darah pada penderita hipertensi. sedangkan, penelitian sekarang melakukan penelitian di Puskesmas Basirih Baru Kota Banjarmasin Kalimantan Selatan, sekitar 40 responden dan topik yang dibahas hanya mencakup pada pola makan saja dan kepatuhan minum obat</p>
<p>Hubungan Dukungan Keluarga Dan Peran Tenaga Kesehatan Dengan Kepatuhan Kontrol Ke Pelayanan Kesehatan Pada Lansia Penderita Hipertensi Selama Pandemi Covid-19</p>	<p>(2021) Annisa Sri Sakinah, Wasisto Utomo, Agrina</p>	<p>Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif korelasi. Teknik pengambilan sampel yaitu Purposive sampling dan menggunakan rumus slovin dengan jumlah sampel adalah 67 responden yang berada di wilayah kerja puskesmas Rejosari Pekanbaru. Desain penelitian ini terdiri dari variabel independen yakni dukungan</p>	<p>Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu sama-sama menggunakan metode kuantitatif dan sama-sama meneliti dua variabel</p>	<p>Perbedaan dalam penelitian ini terdapat pada tempat, judul, responden dan Teknik sampling, dimana penelitian sebelumnya melakukan penelitiannya di wilayah kerja Puskesmas Rejosari Pekanbaru, respondennya adalah lansia yang menderita hipertensi selama pandemi covid-19 dan judul yang diangkat Hubungan Dukungan Keluarga dan Peran Tenaga Kesehatan dengan</p>

Judul Penelitian	Tahun dan Nama Penulis	Metode dan Hasil	Persamaan dengan Penelitian yang diteliti	Perbedaan dengan Penelitian yang diteliti
		keluarga dan peran tenaga kesehatan, kemudian variabel dependen adalah kepatuhan kontrol ke pelayanan kesehatan pada lansia penderita hipertensi. Hasil dari penelitian ini terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dan peran tenaga kesehatan dengan kepatuhan kontrol ke pelayanan kesehatan pada lansia penderita hipertensi selama pandemi Covid-19, karena mayoritas penderita hipertensi patuh, memiliki dukungan keluarga dan peran tenaga kesehatan yang tinggi dalam kontrol ke pelayanan kesehatan		Kepatuhan Kontrol ke Pelayanan Kesehatan Pada Lansia Penderita Hipertensi Selama Pandemi Covid-19. Sedangkan penelitian sekarang melakukan penelitian di Puskesmas Basirih Baru Kota Banjarmasin Kalimantan Selatan dan tidak ada kriteria khusus untuk respondennya, dan judul yang diangkat adalah hubungan pola makan dan kepatuhan minum obat dengan terkontrolnya tekanan darah pada penderita hipertensi
Hubungan Karakteristik Individu Dengan Kepatuhan Berobat Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Wori Kabupaten Minahasa Utara	(2021) Amanda A. Tambuwun, Grace D. Kandou, Jeini E. Nelwan	Metode penelitian ini adalah survei analitik dengan desain penelitian yaitu cross sectional (potong lintang). Responden adalah penderita hipertensi yang bertempat tinggal di Desa Wori. Teknik pengambilan sampel	Persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu sama-sama menggunakan desain cross sectional, penelitian dua variabel dan tidak ada kriteria khusus untuk responden	Perbedaan dalam penelitian ini terdapat pada tempat, judul, dan jumlah responden dimana penelitian sebelumnya melakukan penelitiannya di Desa Wori yang merupakan salah satu wilayah kerja Puskesmas Wori Kabupaten Minahasa Utara,

Judul Penelitian	Tahun dan Nama Penulis	Metode dan Hasil	Persamaan dengan Penelitian yang diteliti	Perbedaan dengan Penelitian yang diteliti
		<p>menggunakan Total Sampling dengan jumlah sampel 57 responden didapatkan melalui pengisian kuesioner Morisky Medication Adherence Scale (MMAS-8). Hasil dari penelitian ini tidak semua karakteristik seseorang berpengaruh dengan kejadian hipertensi, seperti usia dan tingkat pendidikan yang tidak memiliki hubungan dengan kepatuhan berobat pada penderita hipertensi. Namun ada hubungan antara jenis kelamin dan pekerjaan dengan kepatuhan berobat pada penderita hipertensi di Puskesmas Wori Kabupaten Minahasa Utara.</p>		<p>jumlah respondennya 57 yang menderita hipertensi dan judul yang diangkat Hubungan Karakteristik Individu Dengan Kepatuhan Berobat Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Wori Kabupaten Minahasa Utara. Sedangkan penelitian sekarang melakukan penelitian di Puskesmas Basirih Baru Kota Banjarmasin Kalimantan Selatan, jumlah sampel sekitar 40 responden, dan judul yang diangkat adalah hubungan pola makan dan kepatuhan minum obat dengan terkontrolnya tekanan darah pada penderita hipertensi</p>

