

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit darah tinggi atau yang lebih dikenal sebagai hipertensi merupakan penyakit yang mendapat perhatian dari semua kalangan masyarakat, mengingat dampak yang ditimbulkan baik jangka pendek maupun jangka panjang sehingga membutuhkan penanggulangan jangka panjang yang menyeluruh dan terpadu. Penyakit hipertensi menimbulkan angka morbiditas (kesakitan) dan mortalitas (kematian) yang tinggi (Dalimartha, 2011). Penyakit hipertensi semakin berkembang selain faktor usia, juga masalah kepatuhan terhadap gaya hidup atau self management yang mana pasien seringkali melanggar pantangan diet. Terjadinya perubahan pola makan yang menjurus pada makanan siap saji yang mengandung lemak, protein, dan garam tinggi tapi rendah serat pangan (*dietary fiber*). Sebagian besar dari penderita hipertensi cenderung kurang mematuhi diet yang dianjurkan, sehingga menyebabkan tekanan darah menjadi tidak stabil atau naik turun (Azwar, S. 2013).

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya. Riskesdas 2018 menyatakan prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun

sebesar 34,1%, tertinggi di Kalimantan Selatan (44,1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,2%). Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%). Dari prevalensi hipertensi sebesar 34,1% diketahui bahwa sebesar 8,8% terdiagnosis hipertensi dan 13,3% orang yang terdiagnosis hipertensi tidak minum obat serta 32,3% tidak rutin minum obat.

Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita Hipertensi tidak mengetahui bahwa dirinya Hipertensi sehingga tidak mendapatkan pengobatan dan tidak mengontrol perilaku diet hipertensi. Di Jawa Timur, berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, pada 2018 terdapat 2.005.393 kasus hipertensi yang dilayani di Puskesmas. Dari jumlah itu 826.368 di antaranya adalah pria dan sisanya 1.179.025 adalah penderita wanita. Angka tersebut meningkat dibanding tahun 2017 lalu yang sepanjang Januari – Desember terdapat 589.870 kasus dengan rincian 215.781 penderita pria dan 374.089 penderita wanita. Menurut data dari dinas kesehatan Mojokerto didapatkan jumlah penderita hipertensi di Kabupaten Mojokerto sebanyak 285.674 dari total penduduk kabupaten Mojokerto. Didapatkan data dari hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan di RSUD RA BASOENI Mojokerto dari 14 pasien yang menderita hipertensi, setelah dilakukan survei didapatkan 9 (64%) pasien tidak patuh menjalankan diet hipertensi dan 5 (35%) pasien patuh menjalankan diet hipertensi yaitu membatasi makanan yang mengandung garam, menghindari makanan berlemak, banyak makan sayur dan buah-buahan serta membatasi

asupan makanan yang berkalori tinggi. Dan sebagian besar dari mereka yang datang berobat dengan hipertensi beranggapan bahwa hipertensi itu bisa sembuh hanya dengan satu kali berobat saja, padahal hal tersebut memerlukan perawatan lanjutan untuk mengendalikan tekanan darahnya, disamping harus melakukan kontrol rutin tekanan darah dan minum obat hipertensi, serta mengendalikan faktor yang lainnya yaitu diet rendah garam atau diet khusus yang lainnya dan terkadang dibiarkan hanya dengan beristirahat.

Faktor yang berpengaruh terjadinya tekanan darah tinggi antara lain berat badan diatas normal, merokok, faktor usia, kurang olah raga, konsumsi alkohol, konsumsi garam, pola makan tinggi lemak dan serat dapat meningkatkan risiko terkena hipertensi. Dampak dari ketidakpatuhan pasien melaksanakan diet hipertensi menyebabkan hipertensi yang tidak terkontrol, hal tersebut diakibatkan karena pasien kurang mematuhi diet rendah garam, diet kolesterol, diet tinggi serat dan diet rendah kalori bagi obesitas sehingga dampak dari ketidakpatuhan tersebut mengakibatkan terjadinya kekambuhan pada penderita hipertensi dan jumlah penderita hipertensi menjadi semakin tinggi. Permasalahan hipertensi yang tidak terkontrol akan menyebabkan kerusakann organ-organ tubuh seperti otak, mata (retinopati), dan kelumpuhan organ-organ gerak. Dapat disimpulkan bahwa apabila tidak dilakukan pengobatan dan pengontrolan tekanan darah akan menimbulkan jantung bekerja keras hingga pada suatu saat akan terjadi kerusakan yang serius (Ramadhan, 2010). Hasil penelitian kholisah (2018) yang berjudul “Hubungan Persepsi Tentang Diet Rendah Garam Dan Motivasi Kepatuhan Diet Dengan Tekanan Darah Pada Lansia ” menyatakan bahwa terdapat hubungan persepsi dengan motivasi diet dengan tekanan darah pada lansia pada umumnya

responden tidak patuh atau melawan diet hipertensi. Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh pengetahuan atau sikap penderita hipertensi itu sendiri. Pengetahuan yang kurang dikarenakan kurangnya informasi yang diperoleh oleh penderita, baik dari petugas kesehatan maupun media cetak atau elektronik.

Salah satu hal yang harus dimiliki pasien hipertensi untuk penatalaksanaan penyakitnya adalah perilaku self management. Self management ialah tindakan seseorang guna mengatur perilakunya sendiri. Self management bisa mendorong individu untuk memakai sumber daya yang ada guna mengelola penyakitnya (Lestari, 2018). Self Management (Manajemen Diri) mengacu pada kemampuan individu dalam mengelola kondisi dengan penyakit kronis baik dari segi fisik, psikososial termasuk perubahan gaya hidup. Intervensi manajemen diri ditekankan pada self efficacy. self management antara lain: integritas diri, regulasi diri, interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya, pemantauan tekanan darah, serta kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan

Penanganan diet pada penderita hipertensi tergantung pada perilaku, perilaku dan pemahaman penderita hipertensi tersebut. Seseorang penderita hipertensi yang memiliki persepsi yang baik tentang penyakitnya tentunya akan memahami bagaimana cara untuk mengontrol tekanan darahnya supaya tidak terjadi kekambuhan. Pemahaman yang baik inilah yang akhirnya menimbulkan kesadaran bagi penderita untuk melakukan pola atau gaya hidup sehat terutama berkaitan dengan pola makan. Sebagaimana diketahui bahwa hipertensi merupakan penyakit yang tidak dapat disembuhkan tetapi dapat dikontrol dengan mengonsumsi obat anti hipertensi dan mematuhi diet hipertensi itu sendiri. Upaya untuk mengontrol penyakit hipertensi itu sendiri dipengaruhi oleh persepsi

penderita (Notoatmodjo, 2007). Faktor makanan (kepatuhan diet) merupakan hal yang penting untuk diperhatikan pada penderita hipertensi. Penderita hipertensi sebaiknya patuh menjalankan diet hipertensi agar dapat mencegah terjadinya komplikasi yang lebih lanjut. Penderita hipertensi harus tetap menjalankan diet hipertensi setiap hari dengan ada atau tidaknya sakit dan gejala yang timbul. Hal ini dimaksudkan agar keadaan tekanan darah pada penderita hipertensi tetap setabil sehingga dapat terhindar dari penyakit hipertensi dan komplikasinya (Agrina, 2011). Selain itu juga dengan memberikan edukasi kepada pasien tentang diet hipertensi. Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai “Hubungan perilaku self management dengan kepatuhan diet pasien hipertensi di RSUD RA BASOENI Mojokerto” .

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan pada latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan masalahnya sebagai berikut “Apakah ada Hubungan perilaku self management dengan kepatuhan diet pasien hipertensi Di RSUD RA BASOENI Mojokerto”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Hubungan perilaku self management dengan kepatuhan diet pasien hipertensi di RSUD RA Basoeni Mojokerto

2. Tujuan Khusus

- a.** Mengidentifikasi Perilaku Self Management Pasien Hipertensi di RSUD RA Basoeni Mojokerto.

- b. Mengidentifikasi Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi di RSUD RA Basoeni Mojokerto.
- c. Menganalisis hubungan perilaku self management dengan kepatuhan diet pasien hipertensi di RSUD RA Basoeni Mojokerto

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Dapat menambah keilmuan tentang hipertensi khususnya tentang diet pada penderita hipertensi.

2. Praktis

a. Bagi Perawat

Sebagai dasar untuk memberikan KIE tentang diet pada penderita hipertensi.

b. Bagi Dosen Pengajar

Memberikan informasi untuk mengembangkan keilmuan dan sebagai dasar tambahan referensi untuk mengajar.