

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Terjadinya perubahan pola makan pada masyarakat dari pola makan tradisional menjadi pola makan modern yang didalam komposisinya terlalu banyak mengkonsumsi makanan yang mengandung protein, tinggi kalori, gula, rendah serat, dan tinggi lemak dapat menimbulkan ketidakseimbangan konsumsi gizi, dan dapat menjadikan faktor risiko terjadinya penyakit degeneratif seperti hipertensi, jantung koroner, diabetes mellitus dan penyakit lainnya (Laura Ana Manik & Wulandari, 2020). Maka dari itu, hipertensi berkaitan erat dengan pola hidup manusia, terutama pola makan yang sehat sangatlah berpengaruh bagi kesehatan dan sebagai suatu usaha atau cara dalam pengaturan jenis dan jumlah makanan dengan maksud untuk mempertahankan kesehatan, status nutrisi, mencegah atau membantu kesembuhan penyakit (Suarni, 2017).

Pola makan masyarakat sehari – hari yang sudah terbiasa dengan mengkonsumsi makanan asin yang seharusnya dibatasi sering kita temukan setelah masyarakat mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung garam sering mengeluh merasa sakit pada sendi dan mengalami peningkatan tekanan darah atau hipertensi. Hipertensi adalah salah satu penyakit kardiovaskular yang paling umum dan banyak diderita masyarakat. Penyakit jantung dan pembuluh darah (kardiovaskuler) merupakan suatu masalah kesehatan utama yang ada di negara maju maupun negara berkembang. Hipertensi merupakan penyebab kematian nomor satu di dunia setiap tahunnya. (Kemenkes, 2019)

Menurut Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2015, menunjukkan bahwa sekitar 1,13 milyar orang di dunia yang menyandang hipertensi, maka dari itu artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Prevalensi angka penderita hipertensi terus mengalami peningkatan setiap tahunnya, diperkirakan akan terjadi peningkatan sebesar 1,5 milyar kasus di tahun 2025 dan juga setiap tahunnya sekitar 9,4 juta orang meninggal karena hipertensi dan komplikasinya (Kemenkes, 2019).

Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 prevalensi hipertensi berdasarkan dari laporan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun sebanyak 34,1%, dan diperoleh daerah tertinggi dengan penderita hipertensi terdapat di Kalimantan Selatan sebanyak 44.1%, sedangkan daerah terendah terdapat di Papua sebanyak 22,2%. Estimasi jumlah penderita hipertensi 63.309.620 orang sedangkan angka kematian akibat hipertensi 427.218 kematian. Persebaran penderita hipertensi pada kelompok dengan umur 31-44 tahun sebanyak 31,6%, kelompok dengan umur 45-54 tahun sebanyak 45,3%, dan kelompok dengan umur 55-64 tahun sebanyak 55,2% (Kemenkes, 2019).

Menurut data pada profil kesehatan Provinsi Bali tahun 2017 berdasarkan dari 10 Pola besar penyakit, angka kejadian hipertensi terdapat sebanyak 1.242 kasus dan memasuki urutan kesepuluh dari sepuluh besar penyakit di provinsi bali (DinkesBali, 2017). Menurut data yang terdapat di profil dinas kesehatan Bali tahun 2019 disampaikan pada sepuluh besar diagnosa penyakit rawat jalan dan rawar inap di fasilitas kesehatan tingkat awal dan lanjut pada tahun 2019

mengalami peningkatan yang cukup drastis dari tahun 2017, hipertensi menjadi nomor urut 3 dari 10 dalam sepuluh besar diagnosa penyakit (DinKesBali, 2019).

Berdasarkan data dari profil dinas kesehatan Kabupaten Gianyar tahun 2018 menurut pola sepuluh besar penyakit pada pasien di UPT Kesmas di Kabupaten Gianyar Tahun 2018, hipertensi menduduki urutan kedua dari sepuluh dengan angka kejadiannya 6.489 kasus (DinKes Gianyar, 2019). Menurut data dari profil Puskesmas Sukawati I dalam 10 penyakit terbanyak di wilayah Puskesmas Sukawati I tahun 2017, didapatkan jumlah penderita hipertensi sebanyak 1.439 kasus berdasarkan jenis kelamin laki- laki berjumlah 813 kasus dan perempuan berjumlah 626 kasus (Profil Pusk I Sukawati, 2017). Menurut data yang didapat dari profil dinas kesehatan Kabupaten Gianyar tahun 2018, jumlah kasus hipertensi di UPT Kesmas Sukawati I mengalami peningkatan mencapai 13.983 kasus (DinKes Gianyar, 2019) Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di UPT Kesmas Sukawati I Gianyar menunjukkan bahwa pada tahun 2020 jumlah penderita hipertensi di UPT Kesmas Sukawati I Gianyar yaitu sebanyak 1.186 orang, dengan jumlah penderita hipertensi berjenis kelamin laki – laki sebanyak 570 orang dan berjenis kelamin perempuan sebanyak 616 orang.

Tekanan darah tinggi sangatlah mempunyai dampak yang besar dimasyarakat. Hipertensi disebut juga sebagai *the silent killer* karena sering terjadi tanpa keluhan, sehingga penderitanya tidak mengetahui bahwa dirinya menyangang hipertensi dan baru diketahui setelah terjadi komplikasi (Kemenkes, 2019). Tingginya kasus hipertensi memberikan dampak buruk bagi penderita

hipertensi karena dapat mengalami komplikasi seperti, penyakit jantung koroner, stroke, penyakit ginjal, gangguan saraf (Laura Ana Manik & Wulandari, 2020).

Terjadinya perubahan pola makan pada masyarakat dari pola makan tradisional menjadi pola makan modern yang didalam komposisinya terlalu banyak mengkonsumsi makanan yang mengandung protein, tinggi kalori, gula, rendah serat, dan tinggi lemak dapat menimbulkan ketidakseimbangan konsumsi gizi, dan dapat menjadikan faktor risiko terjadinya penyakit degeneratif seperti hipertensi, jantung koroner, diabetes mellitus dan penyakit lainnya (Laura Ana Manik & Wulandari, 2020). Maka dari itu, hipertensi berkaitan erat dengan pola hidup manusia, terutama pola makan yang sehat sangatlah berpengaruh bagi kesehatan dan sebagai suatu usaha atau cara dalam pengaturan jenis dan jumlah makanan dengan maksud untuk mempertahankan kesehatan, status nutrisi, mencegah atau membantu kesembuhan penyakit (Suarni, 2017).

Komplikasi pada penyakit tekanan darah tinggi dapat dihindari dengan cara menerapkan pola hidup sehat dan mengendalikan faktor risiko (Laura Ana Manik & Wulandari, 2020). Hipertensi bisa dicegah dengan cara mengendalikan perilaku yang berisiko meningkatkan tekanan darah seperti kebiasaan merokok, melakukan diet yang tidak sehat yaitu kurang mengkonsumsi sayur dan buah serta mengkonsumsi gula, garam dan lemak secara berlebihan, obesitas, kurang melakukan aktifitas fisik dan berolahraga, konsumsi minuman beralkohol berlebihan dan stress (Kemenkes, 2019).

Upaya yang dilakukan oleh pihak peskesmas dalam menangani dan mengurangi kejadian hipertensi melalui deteksi dini, minum obat teratur dan

promosi kesehatan, seperti diet sehat dengan makan cukup sayur dan buah, konsumsi makanan rendah garam dan lemak rajin aktivitas dan tidak merokok. Tetapi hal ini masih menjadi hambatan karena masih banyak masyarakat yang mengesampingkan hal tersebut. Sejalan dengan penelitian tentang pola makan pada pasien hipertensi, berdasarkan jumlah responden sebanyak 66 orang didapatkan responden dengan pola makan baik sebanyak 42 orang (63,6%), dari 42 jumlah responden tersebut yang tidak mengalami Hipertensi sebanyak 24 orang (36,4%), pre-Hipertensi sebanyak 12 orang (18,2%), Hipertensi tingkat I sebanyak 4 orang (6,1%) dan Hipertensi tingkat II sebanyak 2 orang (3,0%). Sedangkan 24 orang (36,4%) responden dengan pola makan buruk, dari 24 jumlah responden tersebut yang tidak mengalami Hipertensi sebanyak 2 orang (3,0%), pre-Hipertensi sebanyak 8 orang (12,1%), Hipertensi tingkat I sebanyak 9 orang (13,6%) dan Hipertensi tingkat II sebanyak 5 orang (7,6%) (Kadir, 2019).

Berdasarkan data-data tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Gambaran Pola Makan Pada Pasien Hipertensi di wilayah UPT Kesmas Sukawati I Tahun 2021”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana Gambaran Pola Makan Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja UPT Kesmas Sukawati I Tahun 2021 ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan Umum dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui Gambaran Pola Makan Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja UPT Kesmas Sukawati I Tahun 2021

2. Tujuan khusus

Tujuan khusus dari penelitian Gambaran Pola Makan Pada Pasien Hipertensi di wilayah Kerja UPT Kesmas Sukawati I Tahun 2021 adalah sebagai berikut :

- a. Mengidentifikasi pola makan terhadap penderita hipertensi di wilayah UPT Kesmas Sukawati I Tahun 2021
- b. Mengidentifikasi tingkat hipertensi pada pasien hipertensi di wilayah UPT Kesmas Sukawati I Tahun 2021
- c. Mengidentifikasi tingkat hipertensi berdasarkan pola makan pada pasien hipertensi di wilayah UPT Kesmas Sukawati I Tahun 2021

D. Manfaat Penelitian

Dengan adanya hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan dalam pengembangan dan penambahan wawasan di bidang ilmu pengetahuan tentang gambaran pola makan pada pasien hipertensi. Adapun manfaat dari penelitian yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pustaka dalam penambahan pengetahuan dan pengembangan ilmu teknologi keperawatan mengenai gambaran pola makan pada pasien hipertensi, serta diharapkan sebagai acuan bagi peneliti lain sebagai data dasar dalam melakukan penelitian.

2. Manfaat praktis

Manfaat praktis yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Bagi tenaga kesehatan

Hasil Penelitian diharapkan dapat dijadikan masukan bagi petugas kesehatan dalam melakukan strategi peningkatan kesehatan dan dapat dijadikan referensi dan acuan dalam penyusunan pengembangan ilmu pengetahuan di bidang keperawatan khususnya mengenai gambaran pola makan pada pasien pasien hipertensi.