

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan keadaan ketika tekanan darah sistolik sama dengan atau diatas 140 mmHg atau tekanan darah diastolik sama dengan atau diatas 90 mmHg. Penyebab hipertensi dapat diklasifikasikan menjadi 3 yaitu hipertensi esensial (penyebab hipertensi tidak diketahui), hipertensi primer (disebabkan oleh gaya hidup dan diet yang buruk, ekspresi gen, kebiasaan merokok, kurang aktivitas fisik, obesitas, dan inflamasi vaskuler), dan terakhir hipertensi sekunder yaitu hipertensi yang disebabkan karena penyakit lain, seperti penyakit diabetes nefropati, penyakit ginjal, penyakit jantung serta kondisi kehamilan (Suharyati et al., 2019).

Berdasarkan hasil data Riskesdas 2018, prevalensi penduduk dengan tekanan darah tinggi di Provinsi Jawa Timur sebesar 36,3%. Prevalensi hipertensi ini semakin meningkat seiring dengan berjalannya umur yang terus bertambah. Jika dibandingkan dengan Riskesdas 2013 yaitu 26,4%, prevalensi tekanan darah tinggi mengalami peningkatan yang cukup signifikan. Peningkatan prevalensi tekanan darah tinggi ini menjadi tantangan yang besar bagi Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur dalam upaya menurunkan prevalensi tekanan darah tinggi di masyarakat (Theodoridis & Kraemer, 2023).

Jumlah estimasi penderita hipertensi yang berusia ≥ 15 tahun di Provinsi Jawa Timur sekitar 11.600.444 penduduk, dengan proporsi laki-laki 48,8% dan perempuan 51,2%. Dari jumlah tersebut, penderita hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan sebesar 61,10% atau 7.088.136 penduduk. Dibandingkan tahun 2021 ada peningkatan sebesar 12,10% pada penderita hipertensi di Provinsi Jawa Timur yang mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar pada tahun 2022 (Theodoridis & Kraemer, 2023).

Penderita penyakit hipertensi harus memiliki pengetahuan dan kepatuhan diet tentang hipertensi, pengetahuan merupakan kemampuan

untuk membentuk cara kerja yang menggambarkan obyek dengan tepat dan mempresentasikannya dalam aksi yang dilakukan terhadap suatu obyek, sedangkan kepatuhan adalah sejauh mana perilaku pasien sesuai dengan ketentuan yang diberikan oleh professional (Martini et al., 2019).

Pengetahuan merupakan hasil penginderaan manusia, atau bisa disebut juga dengan hasil tahu seseorang terhadap suatu objek dari indera yang dimilikinya. Kurangnya pengetahuan akan mempengaruhi pasien hipertensi untuk dapat mengatasi kekambuhan atau melakukan pencegahan agar tidak terjadi komplikasi. Pengetahuan yang kurang dan kebiasaan yang masih kurang tepat pada pasien hipertensi dapat mempengaruhi motivasi pasien dalam menjalani diet hipertensi (Martini et al., 2019)

Diet rendah garam adalah diet yang dimasak tanpa menggunakan garam namun dengan pembatasan tertentu. Konsumsi makanan rendah lemak jenuh, kolesterol, dan lemak total, serta meningkatkan konsumsi buah dan sayur dengan jumlah porsi 4-5 porsi/hari, produk susu tanpa lemak atau rendah lemak, gandum utuh, dan kacang-kacangan. Dibandingkan dengan diet lain, diet rendah garam dapat memberikan kalium, magnesium, kalsium, protein, dan serat lebih tinggi yang dipercaya dapat mengontrol tekanan darah (Suharyati et al., 2019)

Pasien hipertensi seharusnya memiliki pengetahuan mengenai diet rendah garam karena pengetahuan yang baik tentang diet hipertensi akan mempermudah terjadinya perubahan perilaku dengan mengontrol tekanan darah. Salah satu penentu terjadinya perubahan perilaku kesehatan adalah faktor predisposisi yang didalamnya termasuk pengetahuan mengenai diet hipertensi (Susilawati & Zulfiani, 2022).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat dirumuskan masalah yaitu Bagaimana Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Diet Rendah Garam Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Diet Rendah Garam Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah

- 1) Untuk mengetahui karakteristik responden tentang tekanan darah pada hipertensi
- 2) Untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang diet rendah garam
- 3) Untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Tentang Diet Rendah Garam Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Dalam penelitian ini untuk menambah pengetahuan tentang diet rendah garam dengan tekanan darah pada penderita hipertensi

2. Bagi Institusi

Dapat digunakan untuk sumber informasi bagi mahasiswa lain yang membutuhkan