

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Hipertensi merupakan penyakit degeneratif yang sering timbul tanpa gejala dan sering disebut silent killer karena bisa muncul tanpa gejala atau tanda-tanda peringatan, sehingga banyak yang tidak menyadarinya dan menganggap bahwa hipertensi adalah masalah yang sepele, hal ini yang menyebabkan penderita hipertensi mengalami ketidakpatuhan tentang tata cara pola makan yang tepat karena merasa hal tersebut tidak perlu (Ariyanti, Preharsini, & Sipolio, 2020). Jika tidak terkontrol hipertensi dapat menyebabkan komplikasi seperti penyakit jantung, stroke, penyakit ginjal, retinopati (kerusakan retina), penyakit arteri perifer, gangguan saraf, gangguan serebral (otak) (Devi & Mahaji Putri, 2021). Hipertensi dapat dicegah dan dikelola melalui modifikasi gaya hidup dan terapi farmakologis. Namun, tingkat kesadaran, pengendalian, dan kepatuhan terhadap pengobatan hipertensi masih rendah di berbagai wilayah (WHO, 2024).

Sebanyak 1,28 miliar orang dewasa di seluruh dunia menderita hipertensi. Jumlah penderita hipertensi terus meningkat drastis setiap tahunnya dan diperkirakan akan mencapai 1,5 miliar pada tahun 2025. Lebih menyedihkan, penyakit ini menyebabkan 9,4 juta kematian setiap tahun (WHO, 2023). Pada tahun 2019, sebanyak 33,1% penduduk dunia dan 32,4% penduduk Kawasan Asia Tenggara berusia 30-79 tahun menderita hipertensi pada kelompok usia 30-79 tahun (Kemenkes, 2023).

Hasil Survei Kesehatan Indonesia 2023 menunjukkan sebanyak 10,7% dari kelompok usia 18-24 tahun dan 17,4% dari kelompok 25-34 tahun menderita hipertensi (Kemenkes, 2024) dan dari Jurnal Tirtasari & Kodim (2019) terjadi pergeseran ke usia yang lebih muda (18-45 tahun). Sedangkan prevelensi hipertensi di Provinsi Jawa Timur menduduki peringkat 6 di seluruh provinsi pada tahun 2018 (Badan Pusat Statistik, 2021) dan Jumlah estimasi penderita hipertensi yang berusia ≥ 15 tahun di Provinsi Jawa Timur sekitar 11.702.478 penduduk (Dinkes, 2024). Dari data Dinkes (2024) Kab. Ponorogo menempati peringkat 18 di seluruh Kab/Kota tahun 2023, penderita hipertensi yang berusia ≥ 15 tahun sebanyak 291.743 penduduk. Prevelensi data PTM hipertensi di kecamatan Balong bulan Januari – November 2024 tergolong tinggi dengan total 14.426 orang yang berobat di Puskesmas Balong Ponorogo dan 12.368 penderita hipertensi yang tidak patuh terhadap diet makanan (Puskesmas Balong, 2024).

Diet makanan memainkan peran besar dalam pengendalian tekanan darah. Makanan yang kaya akan garam, lemak jenuh, dan gula dapat meningkatkan tekanan darah, sedangkan pola makan yang seimbang dengan banyak sayur, buah, dan makanan rendah garam dapat membantu menurunkan tekanan darah (Abera, Yazew, Legesse, & Kuyu, 2024). Namun banyak pasien hipertensi yang mengalami kesulitan dalam mematuhi anjuran diet yang diberikan. Beberapa faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet antara lain kurangnya pemahaman tentang pentingnya diet dalam pengelolaan hipertensi, kebiasaan makan yang sudah terbentuk, kesulitan dalam mengakses makanan sehat, serta pengaruh sosial

dan budaya (Devanti, Ginting, Desi, Dahliansyah, Hariyadi, & Puspita, 2024). Hipertensi yang tidak terkontrol akan menyebabkan hipertensi peningkatan tekanan darah yang tidak terkontrol dan menimbulkan berbagai komplikasi, bila mengenai jantung kemungkinan dapat terjadi infark miokard, jantung koroner, gagal jantung kongestif, bila mengenai otak terjadi stroke, ensefalopati hipertensif, dan bila mengenai ginjal terjadi gagal ginjal kronis, sedangkan bila mengenai mata akan terjadi retinopati hipertensif (Sriwahyuni, Darmawan, Ayumar, & Kasma, 2023).

Diagnosa ketidakpatuhan diet makanan dapat dilakukan menggunakan cara Kontrak perilaku positif (I.09282) (PPNI, 2018). Manajemen hipertensi efektif mencakup pengaturan pola makan, peningkatan aktivitas fisik dan perubahan gaya hidup sehat. Diet DASH (*Dietary Approach to Stop Hypertension*) merupakan metode diet terbaik, menekankan konsumsi makanan tinggi serat (30 gram/hari), kalium, kalsium, magnesium dan rendah lemak, serta membatasi asupan garam (Fitriyana & Karunianingtyas, 2022). Dari Jurnal penelitian Wulandari, Kurdanti, & Setiyobroto (2023) menunjukkan penurunan signifikan pada rata-rata asupan energi, karbohidrat, dan lemak jenuh sebelum dan sesudah intervensi.

Peningkatan kepatuhan terhadap DASH-like dapat membantu menurunkan tekanan darah.. Hasil metaanalisis juga menyatakan bahwa diet DASH dapat secara signifikan menurunkan tekanan darah sistolik sebesar 6,74 mmHg dan tekanan darah diastolik sebesar 3,54 mmHg.

Berdasarkan fenomena diatas, penulis tertarik untuk melakukan karya tulis ilmiah dengan judul penelitian sebagai berikut “Asuhan Keperawatan pada Pasien Hipertensi dengan Ketidakpatuhan Diet Makanan di Wilayah Kerja Puskesmas Balong Ponorogo”

1.2 Batasan Masalah

Masalah pada Karya Tulis Ilmiah ini dibatasi pada Asuhan Keperawatan pada Pasien Hipertensi dengan Ketidakpatuhan Diet Makanan di Wilayah Kerja Puskesmas Balong Ponorogo.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan penelitian sebagai berikut “Bagaimanakah Asuhan Keperawatan pada Pasien Hipertensi dengan Ketidakpatuhan Diet Makanan di Wilayah Kerja Puskesmas Balong Ponorogo?”

1.4 Tujuan Penulisan

1.4.1 Tujuan Umum

Menganalisis Asuhan Keperawatan pada Pasien Hipertensi dengan Ketidakpatuhan Diit Makanan di Wilayah Kerja Puskesmas Balong Ponorogo.

1.4.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus yaitu peneliti mampu:

- a. Menganalisis Pengkajian dan Menganalisis pada Pasien Hipertensi dengan Ketidakpatuhan diit makanan di Wilayah Kerja Puskesmas Balong Ponorogo
- b. Menganalisis Diagnosis dan Keperawatan pada Pasien Hipertensi dengan Ketidakpatuhan diit makanan di Wilayah Kerja Puskesmas Balong Ponorogo.
- c. Menganalisis Intervensi Keperawatan pada Pasien Hipertensi dengan Ketidakpatuhan diit makanan di Wilayah Kerja Puskesmas Balong Ponorogo.
- d. Menganalisis Tindakan Keperawatan pada Pasien Hipertensi dengan Ketidakpatuhan diit makanan di Wilayah Kerja Puskesmas Balong Ponorogo.
- e. Menganalisis Evaluasi Keperawatan pada Pasien Hipertensi dengan Ketidakpatuhan diit makanan di Wilayah Kerja Puskesmas Balong Ponorogo.

1.5 Manfaat penulisan

1.5.1 Manfaat Teoritis

a. Bagi peneliti

Untuk pengembangan ilmu keperawatan tentang proses asuhan keperawatan pada pasien Hipertensi yang menjalani kontrak perilaku positif dan ketidakpatuhan pada diet makanan.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat digunakan sebagai bahan pengembangan kurikulum keperawatan pasien hipertensi yang menjalani kontrak perilaku positif dan ketidakpatuhan pada diet makanan dan menjadikan referensi tentang asuhan keperawatan pasien hipertensi yang menjalani terapi relaksasi benson dengan gangguan rasa nyaman.

1.5.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Pasien dan Keluarga Pasien

Pasien hipertensi mendapatkan pengetahuan terkait diet makanan sehingga pasien patuh dan masalah pasien dapat teratasi serta menambah pengetahuan pada keluarga tentang bagaimana cara merawat dan memantau pola makan pasien di rumah.

b. Bagi Puskesmas

Diharapkan dapat menjadi acuan bagi puskesmas untuk memberikan edukasi terkait diet makanan pada pasien hipertensi dengan ketidakpatuhan diet makanan di Puskesmas Area Ponorogo.