

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah secara mendadak ataupun bertahap yang disebabkan karena pola hidup yang buruk serta emosi yang berlebihan. Hipertensi juga diartikan sebagai peningkatan tekanan sistol mencapai 140 mmHg sampai lebih dan peningkatan diastolik 90 mmHg lebih, diukur dengan keadaan tenang dan cukup (Pusdatin, 2020).

Hipertensi merupakan kondisi medis yang serius dan dapat meningkatkan risiko penyakit jantung, otak, ginjal serta penyakit lainnya. Hipertensi penyebab utama kematian dini di seluruh dunia dengan lebih dari 1 dari 4 pria dan 1 dari 5 wanita serta lebih dari satu miliar orang mengalami kondisi tersebut (Siauta, 2020).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), hipertensi menyumbang satu dari delapan kematian di seluruh dunia. Prevalensi hipertensi telah meningkat selama beberapa dekade terakhir di seluruh dunia. Perkiraan terbaru menunjukkan bahwa hampir sepertiga dari populasi orang dewasa dunia menderita hipertensi (31,1%, 1,39 miliar) dan diprediksi akan meningkat menjadi 1,5 miliar pada tahun 2025 (Mamdouh H, 2019).

WHO (*World Health Organization*) mengatakan penyakit hipertensi menyerang 22% penduduk di dunia⁵. Hasil penelitian menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di China 27,2%, India 29,8%, Malaysia (27,8%) untuk responden ≥ 15 tahun, Vietnam 25,1% (Yohanes Paulus Pati Rangga, 2021). *World Health Organization* (WHO) tahun 2018, melaporkan bahwa 972 juta orang, atau 26,4 persen dari populasi global, menderita hipertensi. Angka ini diperkirakan akan meningkat menjadi 29,2 persen pada tahun 2025 dan menjadi salah satu penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Sementara itu, menurut *American Heart Association* (AHA), mengatakan bahwa ada 74,5 juta jiwa di Amerika Serikat di atas 20 tahun. Namun, sekitar 90 hingga 95 persen kasus tidak diketahui penyebabnya (Rumaf, 2023).

Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian (Kartika M. S., 2021). Berdasarkan data terbaru dari Dinas Kesehatan Aceh, kabupaten Aceh Selatan menghadapi tantangan signifikan terkait prevalensi hipertensi di kalangan penduduk dewasa. Pada tahun 2022, terdapat 17.813 kasus hipertensi pada laki-laki berusia di atas 15 tahun, sementara pada populasi perempuan jumlahnya mencapai 21.443 kasus. Data ini mencerminkan tingginya tingkat prevalensi hipertensi di wilayah ini, yang secara tidak langsung mencerminkan kondisi kesehatan

masyarakat secara keseluruhan. Tahun berikutnya, pada tahun 2023, terjadi penurunan jumlah kasus hipertensi yang tercatat. Pada tahun ini, jumlah laki-laki yang terkena hipertensi mengalami penurunan menjadi 10.241 kasus, sementara jumlah perempuan yang terkena hipertensi turun menjadi 10.867 kasus (Dinkes, 2023).

Berdasarkan data yang didapatkan dari Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur (2022), pada tahun 2022 hipertensi merupakan penyakit tidak menular terbanyak di Jawa Timur yaitu sebanyak 195.225 orang. Prevalensi hipertensi di Provinsi Jawa Timur pada tahun 2013 dan 2018 mengalami peningkatan, yaitu pada tahun 2013 sebesar 26,4% dan pada tahun 2018 sebesar 36,3% dari total keseluruhan. Data yang didapatkan dari Profil Kesehatan Kabupaten Bondowoso (Bondowoso., 2022). Data tahun 2022 jumlah penderita hipertensi di Kabupaten Ponorogo mencapai 291.058 jiwa, dengan 144.595 laki-laki dan 146.463 perempuan. Berdasarkan studi pendahuluan pada tanggal 24 Februari 2024 diperoleh data kasus hipertensi di RSUD Dr. Harjono S Ponorogo pada tahun 2022 terdapat sebanyak 119 kasus dan tahun 2023 sebanyak 230 kasus, sedangkan untuk hipertensi di ruang Aster pada tahun 2022 terdapat sebanyak 16 kasus dan tahun 2023 sebanyak 45 kasus (Rekam Medik RSUD Dr. Harjono, 2022)

Diet rendah garam adalah pola makan yang bertujuan untuk membatasi asupan natrium dalam tubuh agar dapat mengontrol tekanan darah dan mencegah komplikasi hipertensi. Defisit pengetahuan adalah ketiadaan atau kurangnya informasi kognitif yang berkaitan dengan topik tertentu. Kurangnya pengetahuan akan mempengaruhi pasien hipertensi untuk dapat mengatasi kekambuhan atau melakukan pencegahan agar tidak terjadi komplikasi, hal ini dikarenakan sebagian besar penderita hipertensi bertempat tinggal di pedesaan dan pendidikannya masih rendah. Pendidikan yang rendah pada pasien hipertensi tersebut mempengaruhi tingkat pengetahuan mengenai penyakit hipertensi secara baik. Pengetahuan yang kurang dan kebiasaan yang masih kurang tepat pada pasien hipertensi dapat mempengaruhi motivasi dalam berobat (Hafidah Nurmyanti, 2020). Dampak dari kurangnya pengetahuan mengenai hipertensi sebagian besar penderita tidak mengetahui berapa tekanan darah yang disebut hipertensi, dan penderita juga tidak mengetahui penyebab hipertensi, atau diet yang baik bagi penderita hipertensi, selain itu juga banyak penderita yang tidak mengetahui komplikasi dari hipertensi (Maryam, 2019). Pengetahuan masyarakat tentang diet rendah garam untuk menurunkan hipertensi masih minim. Hal ini, dapat menyebabkan kejadian hipertensi berulang (Kusumaningsih, 2021).

Kurangnya pengetahuan tentang diet rendah garam dapat menyebabkan kurangnya kontrol tekanan darah, sehingga dapat

meningkatkan risiko hipertensi dan stroke. Perilaku konsumsi garam masyarakat yang tidak terkendali terjadi akibat dari kurangnya pengetahuan masyarakat tentang jumlah konsumsi garam yang direkomendasikan dan sumber makanan yang mengandung garam serta unsur Natrium yang menjadi kandungan utama dari garam. Sebaiknya pasien hipertensi memiliki pengetahuan mengenai diet rendah garam karena tingkat pengetahuan yang baik tentang diet hipertensi akan mempermudah terjadinya perubahan perilaku dengan mengontrol tekanan darah.

Beberapa cara untuk melakukan penanganan secara non farmakologi adalah mengontrol pola makan, mengurangi asupan garam, meningkatkan konsumsi potassium dan magnesium, serta melakukan aktivitas fisik. Salah satu cara untuk mengatur pola makan bagi penderita hipertensi adalah dengan menerapkan metode diet DASH (*Dietary Approach to Stop Hypertension*) sebab selama ini yang dilakukan hanya dengan pengaturan garam dan natriumnya saja (diet rendah garam). Namun tidak memperhitungkan kualitas suatu susunan hidangan (Hafidah Nurmyanti, 2020).

Diet DASH yaitu mengonsumsi banyak sayur dan buah, serat pangan (30 gr per hari), mineral (kalium, magnesium, dan kalsium), serta membatasi konsumsi garam. Selain menurunkan tekanan darah, diet DASH juga dapat mencegah hipertensi. Selain 4 mengurangi garam dalam makanan, penderita hipertensi perlu diingatkan untuk

mengurangi makanan tinggi garam yang terdapat pada makanan yang diolah, seperti sosis, dendeng dan biskuit. Diet DASH memiliki manfaat untuk mengontrol tekanan darah, membantu pasien obesitas untuk mengurangi berat badan dan mengecilkan ukuran lingk pinggang, serta menurunkan kadar LDL dan kolestrol tubuh (Suprayitna, 2023).

1. 2 Batasan Masalah

Masalah pada studi kasus ini dibatasi pada Defisit Pengetahuan Diet Hipertensi di Puskesmas Jetis Kabupaten Ponorogo.

1. 3 Rumusan Masalah

Bagaimanakah Defisit Pengetahuan Diet Hipertensi di Puskesmas Jetis Kabupaten Ponorogo?

1. 4 Tujuan Masalah

1.4.1 Tujuan Umum

Tujuan umum studi kasus ini adalah menganalisis Asuhan Keperawatan pada klien Hipertensi dengan Defisit Pengetahuan Diet Hipertensi di Puskesmas Jetis.

1.4.2 Tujuan Khusus

- 1) Menganalisis pengkajian keperawatan pada klien Hipertensi dengan Defisit Pengetahuan Diet Hipertensi di Puskesmas Jetis.
- 2) Menganalisis diagnosis keperawatan pada klien yang

mengalami Hipertensi dengan Defisit Pengetahuan Diet Hipertensi di Puskesmas Jetis.

- 3) Menganalisis perencanaan keperawatan pada klien Hipertensi dengan Defisit Pengetahuan Diet Hipertensi di Puskesmas Jetis.
- 4) Menganalisis tindakan keperawatan pada klien Hipertensi dengan Defisit Pengetahuan Diet Hipertensi di Puskesmas Jetis.
- 5) Menganalisis evaluasi keperawatan pada klien Hipertensi dengan Defisit Pengetahuan Diet Hipertensi di Puskesmas Jetis

1.5 Manfaat

1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan dan mengembangkan pengetahuan dalam menerapkan ilmu keperawatan terutama pada kelompok khusus di bidang keperawatan dalam mengetahui dan menganalisis hubungan Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Defisit Pengetahuan Diet Hipertensi Di Puskesmas Jetis.

1.5.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Pasien

Sebagai upaya menambah pemahaman tentang Defisit Pengetahuan Diet Hipertensi pada masing-masing individu

penderita hipertensi dalam rangka untuk meningkatkan kesehatan dan mencegah tekanan darah yang tidak terkontrol.

b. Bagi Perawat

Mendapat petunjuk yang benar untuk mengatasi Defisit Pengetahuan Diet Hipertensi pada pasien hipertensi di Puskesmas Jetis.

c. Bagi Keluarga

Penelitian ini dapat meningkatkan pemahaman yang lebih mendalam kepada keluarga tentang apa itu hipertensi serta tentang hubungan Defisit Pengetahuan Diet Hipertensi pada pasien Hipertensi Di Puskesmas Jetis.

d. Bagi Institusi Puskesmas

Penelitian mengenai pengelolaan hipertensi tidak hanya memberikan manfaat bagi pasien dan keluarga, tetapi juga memiliki dampak positif bagi Puskesmas sebagai lembaga pelayanan kesehatan primer.

e. Bagi Prodi D3 Keperawatan Kampus Kab.Ponorogo

Penelitian mengenai pengelolaan hipertensi dalam keperawatan memiliki manfaat yang signifikan bagi kampus. Hasil dari karya tulis ilmiah ini dapat meningkatkan mutu Pendidikan keperawatan serta sebagai

dokumentasi dan menambahkan koleksi untuk perpustakaan. Kampus sebagai lembaga pendidikan dan penelitian, memiliki peran strategis dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan penerapan ilmu tersebut dalam praktik.