

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu Penyakit Tidak Menular (PTM) yang menjadi salah satu permasalahan kesehatan secara global (WHO, 2013). Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pemeriksaan dengan selang waktu lima menit dalam keadaan istirahat (Widianto, 2018).

Hipertensi termasuk dalam kategori *the silent killer* yang mana penderita tidak akan mengetahui atau menyadari bahwa dirinya mengalami hipertensi jika tidak memeriksa tekanan darahnya. Resiko hipertensi akan mengalami peningkatan seiring bertambahnya usia seseorang. Hipertensi menjadi sangat berbahaya ketika penderita tidak mengontrolnya karena jika terjadi dalam waktu yang lama akan dapat menyebabkan terjadinya komplikasi penyakit seperti dapat menimbulkan penyakit jantung koroner, stroke, gagal ginjal maupun gangguan penglihatan (Zaim A, 2020).

Hipertensi menurut data *World Health Organization* (WHO) tahun 2020 menunjukkan sekitar 1,13 milyar orang didunia menderita hipertensi, yang berarti setiap 1 dari 3 orang didunia terdiagnosis menderita hipertensi, hanya 36,8% diantaranya yang mengkonsumsi obat. Jumlah penderita hipertensi didunia terus meningkat setiap tahunnya. Diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 milyar orang yang akan terkena hipertensi serta setiap tahun ada 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasi (WHO, 2020).

*World Health Organisation (WHO)* melaporkan bahwa di tahun 2018 sekitar 1,3 miliar kasus hipertensi di seluruh dunia, dimana penderitanya lebih banyak wanita dibanding pria (WHO, 2021). Di seluruh dunia sekitar 40% dari total orang dewasa berusia 25 tahun ke atas telah terdiagnosa hipertensi dan sekitar 80% kenaikan hipertensi terjadi di negara-negara berkembang. Bila tidak dilakukan upaya yang tepat jumlah ini akan terus meningkat, dan diprediksi pada tahun 2025 sebanyak 29% atau 1.6 milyar orang di seluruh dunia menderita hipertensi. *Data Global Status Report on Noncommunicable Diseases* (2021) dari WHO juga melaporkan bahwa 27 persen negara berkembang memiliki penderita hipertensi, sedangkan negara maju hanya memiliki 18 persen penderita hipertensi (WHO, 2021).

Riset Kesehatan Daerah (2018) menyebutkan angka prevalensi hipertensi pada penduduk >18 tahun berdasarkan pengukuran secara nasional sebesar 34,11%. Dimana Provinsi Sumatera Barat sebesar 25,16%. Dan berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat Tahun 2021, hipertensi merupakan penyakit dengan jumlah terbanyak ke-3 yang diderita oleh masyarakat. Hal ini berarti angka prevalensi hipertensi di Sumatera Barat sudah hampir mendekati angka nasional. Ini mengidentifikasi bahwa penyakit hipertensi di Sumatera Barat merupakan penyakit yang memang perlu untuk diperhatikan (Risesdas, 2018). *Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME)* tahun 2019 menyebutkan bahwa dari total 1,7 juta hipertensi dengan kematian yang disebabkan tekanan darah tinggi (hipertensi)

sebesar 23,7%, Hiperglikemia sebesar 18,4%, Merokok sebesar 12,7% dan obesitas sebesar 7,7% (IHME, 2019).

Berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2022, diketahui jumlah penderita hipertensi sebanyak 11.756 kasus, kasus tersebut mengalami peningkatan mencapai 13.210 kasus pada tahun 2019, dan pada tahun 2021 jumlah penderita hipertensi sebanyak 12.147 kasus. Puskesmas yang paling banyak penderita hipertensi yaitu Puskesmas Andalas yaitu 536 jiwa, Puskesmas Lubuk Buaya yaitu 487 jiwa dan Puskesmas Ikur Koto yaitu 454 jiwa. Jumlah penderita hipertensi pada kelompok umur 55-64 tahun (55,2%) dan >65 tahun 34,1% diketahui juga bahwa penyebab tidak minum obat antihipertensi 32,3% (Dinkes Kota Padang, 2020).

Fenomena yang ditemukan di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang sebagai Puskesmas dengan temuan kasus hipertensi ke dua terbanyak di tahun 2022 adalah adanya peningkatan temuan kasus hipertensi yang cukup signifikan yaitu dari 1.413 kasus di tahun 2020 menjadi 12.671 kasus di tahun 2021. Hal ini mengindikasikan tingginya resiko kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang. Penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya mencapai 767 jiwa (Puskesmas Lubuk Buaya, 2022).

Dampak hipertensi adalah terjadinya komplikasi seperti gangguan jantung, gangguan fungsi hati, gangguan kognitif atau stroke. Tekanan darah tinggi yang tidak diobati dapat mempengaruhi kerja jantung, menyebabkannya bekerja berlebihan, menyebabkan kerusakan pada ginjal,

pembuluh darah di otak, jantung, dan mata. Hal ini dapat menyebabkan kondisi serius pada pasien hipertensi dan bahkan dapat menyebabkan kematian jika tidak ditangani secara teratur (Marsarosa, 2022).

Hipertensi yang tidak terkontrol dapat terjadi karena berbagai faktor seperti pola hidup sehat, genetik, kurang olahraga, obesitas, emosi, stres, merokok, faktor usia, pola makan dan kepatuhan minum obat. Karena kebanyakan pasien tidak mengetahui bahwa dirinya memiliki hipertensi. Pada saat yang sama, perlu dicatat bahwa kerusakan komplikasi hipertensi pada organ lain dipengaruhi oleh durasi dan besarnya hipertensi yang tidak terdiagnosis dan tidak diobati. Organ lain yang mungkin rusak akibat hipertensi antara lain otak, jantung, ginjal, mata, dan arteri perifer (Putri, 2023).

Tidak terkontrolnya tekanan darah merupakan salah satu tenaga yang diupayakan darah untuk melewati setiap daerah dari dinding pembuluh darah, timbul dari adanya tekanan pada dinding arteri. Tekanan arteri terdiri dari tekanan sistolik dan diastolik. Tekanan sistolik salah satu tekanan maksimum dari darah yang mengalir pada arteri saat ventrikel jantung berkontraksi besarnya sekitar 100-140 mmHg. Tekanan diastolik merupakan tekanan pada dinding arteri pada saat jantung relaksasi besarnya sekitar 60-90 mmHg. Tekanan rerata adalah gabungan dari pulsasi dengan tekanan diastolik yang normal berkisar 120/80 mmHg. Sebenarnya tekanan darah merupakan ekspresi dari tekanan sistole dan diastole (Aspiani 2014).

Tantangan utama bagi penderita hipertensi adalah melakukan pengendalian tekanan darah untuk tetap berada pada kondisi dan ambang batas normal dan hal ini dapat dilakukan sepanjang hayatnya, karena hipertensi secara fisiologis sulit untuk disembuhkan, namun dapat dikendalikan dengan menjalani pengobatan secara rutin dan disiplin (Kurniawan, 2019).

Dampak tekanan darah tidak terkontrol dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi yakni, penyakit jantung, stroke dan gagal ginjal. Jika hipertensi dibiarkan tanpa pengobatan, hampir separuh pasien hipertensi akan meninggal karena penyakit jantung dan 10-15% akan meninggal karena gagal ginjal. Stroke terutama stroke hemoragik dan gagal jantung non iskemik adalah penyakit yang banyak terjadi akibat komplikasi dari hipertensi di Asia (Kario, 2018).

Dampak terjadinya peningkatan tekanan darah adalah terjadinya komplikasi seperti gangguan jantung, gangguan fungsi hati, gangguan kognitif atau stroke. Tekanan darah tinggi yang tidak diobati dapat mempengaruhi kerja jantung, menyebabkannya bekerja berlebihan, menyebabkan kerusakan pada ginjal, pembuluh darah di otak, jantung, dan mata. Hal ini dapat menyebabkan kondisi serius pada pasien hipertensi dan bahkan dapat menyebabkan kematian jika tidak ditangani secara teratur (Marsarosa, 2022).

Dampak yang terjadi apabila penderita hipertensi tidak patuh minum obat atau tidak ditanggulangi dapat mengakibatkan masalah kesehatan serius diantaranya terjadi komplikasi dan dapat berakibat fatal atau kematian.

Hipertensi juga dapat meningkatkan risiko mengenai jantung kemungkinan dapat terjadi infark miokard, jantung coroner, gagal jantung kongesif, bila mengenai otak terjadi stroke, ensefalopati hipertensif, dan apabila mengenai ginjal akan menyebabkan ginjal kronis, sedangkan bila mengenai mata akan terjadi retinopati hipertensif. Dan berbagai komplikasi yang mungkin timbul merupakan penyakit yang sangat serius dan berdampak pada psikologis penderita karena kualitas hidupnya rendah terutama pada kasus stroke, gagal ginjal, dan gagal jantung (Nuraini, 2021).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Novia & Yuliastuti (2016) tentang hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Guntur Kabupaten Garut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden 74.1% responden tidak patuh minum obat antihipertensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi dengan *p-value* 0,002 ( $p < 0,05$ ) di wilayah kerja Puskesmas Guntur Kabupaten Garut.

Penatalaksanaan hipertensi dapat ditempuh dengan menjalani gaya hidup sehat dan konsumsi obat antihipertensi, bisa menjadi langkah efektif untuk mengatasi hipertensi. Nilai tekanan darah dan risiko pasien terserang komplikasi, seperti serangan jantung dan stroke, akan menentukan pengobatan yang akan dijalani. Keberhasilan pengobatan pada pasien hipertensi dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah kepatuhan dalam mengkonsumsi obat. Kepatuhan dalam pengobatan (*medication compliance*) adalah mengkonsumsi obat hipertensi yang diresepkan dokter dan dosis yang

tepat dalam pengobatan hanya akan efektif apabila mematuhi ketentuan dalam meminum obat. Beberapa faktor yang mempengaruhi kepatuhan antara lain adalah: pengetahuan, motivasi, dan dukungan keluarga (Cusmarih, 2022).

Menurut *world health Organizatio* (WHO) bahwa kepatuhan merupakan kecenderungan penderita melakukan intruksi medikasi yang di anjurkan. Kepatuhan di artikan sebagai riwayat pengobatan penderita berdasarkan pengobatan yang telah ditetapkan. Kepatuhan minum obat sendiri kembali kepada kesesuaian penderita dengan rekomendasi pemberi pelayanan yang berhubungan dengan waktu, dan frekuensi pengobatan selama jangka waktu pengobatan yang dianjurkan sebaliknya. Keteraturan mengacu pada tindakan untuk melanjutkan pengobatan untuk jangka waktu yang ditentukan sehingga dapat didefinisikan sebagai total panjang waktu penderita mengambil obat, dibatasi oleh waktu diantara dosis pertama dan terakhir (WHO, 2018).

Berdasarkan data yang didapatkan di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya bahwa penderita hipertensi banyak dideritakan oleh jenis kelamin laki-laki yaitu 54.1% dibandingkan perempuan yaitu 45.9%. Berdasarkan hasil laporan tahun Puskesmas Lubuk Buaya Padang tahun 2022 bahwa penderita yang patuh minum obat dan rutin melakukan kunjungan ke Puskesmas untuk pengambilan obat yaitu 39 penderita (45,8%) dengan tingkat kesembuhan penderita yaitu 36 penderita (42,3%). Sedangkan 46 penderita (54,1%) tidak rutin melakukan pengobatan (Puskesmas Lubuk Buaya, 2023).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Putra, dkk (2019) yang berjudul hubungan pola makan dengan kepatuhan minum obat pada penderita hipertensi, hasil penelitian menyatakan bahwa lebih dari separuh responden 69.7% mengalami hipertensi pada pasien. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi dengan *p-value* 0,002 ( $p < 0,05$ ) di Rumah Sakit Raden Mataher Jambi.

Selain kepatuhan minum obat. Pola makan menjadi salah satu penyebab terjadinya hipertensi, dikarenakan pola makan merupakan pengaturan jumlah, frekuensi dan jenis makanan yang mengandung gizi seimbang dalam proses mempertahankan kesehatan, memperbaiki status gizi, serta mencegah maupun membantu kesembuhan penyakit. Bagi penderita hipertensi mengkonsumsi makanan tinggi lemak, tinggi natrium, kurang mengkonsumsi sayur dan buah dapat memicu peningkatan tekanan darah. Konsumsi lemak yang tinggi berkaitan dengan meningkatkan peluang obesitas berdampak pada perubahan membrane sel dan terjadinya kontriksi fungsional (Meinasari & Indrawati, 2021).

Obat antihipertensi terbukti dapat mengontrol tekanan darah penderita hipertensi dalam batas stabil. Obat antihipertensi berperan dalam menurunkan angka kejadian komplikasi yang bisa terjadi akibat tidak stabilnya tekanan darah penderita hipertensi. Kepatuhan penderita hipertensi dalam minum obat dapat mengendalikan tekanan darahnya dalam keadaan stabil. Kepatuhan yang rendah merupakan faktor penghambat kontrol yang baik dalam pengendalian tekanan darah (Anwar & Masnina, 2019).

Upaya dalam mengontrol tekanan darah, penderita harus menjaga pola makan yang tepat bagi penderita hipertensi dan disiplin dalam menjalankan diet hipertensi. Pola makan pada hipertensi adalah salah satu cara untuk mengatasi hipertensi tanpa efek yang serius, karena metode pengendaliannya yang alami, hanya saja banyak orang yang menganggap diet hipertensi sebagai sesuatu yang merepotkan dan tidak menyenangkan (Novian, 2019).

Adapun pola makan yang tepat bagi penderita hipertensi adalah dengan mengatur pola makan yaitu kurangi minum-minuman yang mengandung soda dan cafein, kurangi konsumsi daging, ikan, kerang, kepiting, susu, camilan atau snack yang asin dan gurih, hindari konsumsi ikan asin, diet rendah kolesterol yaitu mengurangi konsumsi garam, serta meningkatkan konsumsi buah dan sayuran segar (Novian, 2013).

Penelitian yang telah dilakukan oleh Tumenggung (2013) yang meneliti tentang hubungan pola makan dengan kepatuhan minum obat pada penderita hipertensi di Puskesmas Toto kabila Kabupaten Bone Bolango, dimana hasil penelitian ini menyatakan bahwa 80% responden memiliki pola makan yang kurang baik pada penderita hipertensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan pola makan dengan kepatuhan minum obat antihipertensi dengan *p-value* 0,000 ( $p < 0,05$ ) di Puskesmas Toto kabila Kabupaten Bone Bolango.

Penelitian yang dilakukan oleh Budiarti (2021) yang berjudul hubungan pola makan dengan kepatuhan minum obat pada penderita hipertensi di Kecamatan Pasar Kliwon. Hasil penelitian menyatakan bahwa 68.4% responden memiliki pola makan yang kurang baik pada penderita hipertensi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan pola makan dengan kejadian hipertensi *p-value* 0,001 di Kecamatan Pasar Kliwon Surakarta.

Berdasarkan hasil survey awal yang telah peneliti lakukan di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang dengan mewawancarai 10 orang pasien hipertensi diperoleh 7 responden (70%) didapatkan bahwa hasil pemeriksaan tekanan darah responden mengalami tekanan darah tinggi sejak lama, responden mengatakan bahwa tidak tau penyebab terjadinya peningkatan tekanan darah dan responden juga tidak mengkonsumsi obat antihipertensi dalam mencegah terjadinya hipertensi, responden tidak patuh mengkonsumsi obat secara rutin, dimana responden tidak pernah mengatasi kejadian hipertensi dengan minum obat ataupun konsultasi kepuskesmas, responden juga mengatakan bahwa sudah terbiasa dengan kejadian ini.

Peneliti juga mendapatkan juga responden memiliki memiliki pola makan yang kurang baik, responden mengatakan kurangnya dalam memilih makanan yang dapat memicu terjadinya hipertensi, responden juga mengatakan pola makan yang kurang baik sudah terbiasa tidak menjaganya. Sedangkan 3 responden (30%) sudah patuh dalam mengkonsumsi obat antihipertensi, dikarenakan sering merasakan gejala tidak terjadinya peningkatan tekanan darah. Responden hipertensi juga memiliki pola makan yang baik, dikarenakan responden selalu menjaga jenis makanan dan kandungan makanan yang dapat memicu terjadinya hipertensi.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka peneliti ingin mengkaji lebih jauh tentang keterkaitan antara kepatuhan berobat dan pola konsumsi makanan dengan tekanan darah dalam sebuah penelitian yang berjudul **“Hubungan Kepatuhan Minum Obat dan Pola Makan dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2023”**.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara kepatuhan minum obat dan pola makan dengan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang tahun 2023?.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum pada penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kepatuhan minum obat dan pola makan dengan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang Tahun 2023.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketahui distribusi frekuensi kepatuhan minum obat pada penderita hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang
- b. Diketahui distribusi frekuensi pola makan pada penderita hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang
- c. Diketahui distribusi frekuensi tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang

- d. Diketahui hubungan kepatuhan minum obat dengan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang
- e. Diketahui hubungan pola makan dengan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Bagi Peneliti**

Sebagai tambahan pengetahuan dalam hal penyusunan skripsi serta dapat mengaplikasikan ilmu yang didapatkan dibangku perkuliahan serta memberikan pengalaman bagi peneliti dalam hal melaksanakan penelitian.

##### **2. Bagi Tempat Penelitian**

Sebagai informasi bagi instansi terkait terkait hubungan antara kepatuhan berobat dan pola konsumsi makanan dengan tekanan darah pada penderita hipertensi.

##### **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu referensi bagi peneliti berikutnya untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan tekanan darah pada penderita hipertensi.