

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi adalah salah satu penyakit tidak menular penyebab utama kematian di seluruh dunia. Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2021 melaporkan diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, sebagian besar (dua pertiga) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2021). Jumlah penderita hipertensi terus meningkat setiap tahun, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahun 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Kemenkes RI, 2019)

Hipertensi dikenal sebagai *silent disease*, penderita hipertensi tidak mengetahui bahwa dirinya mengalami hipertensi. Hal tersebut dapat mengakibatkan komplikasi seperti stroke, penyakit jantung koroner, dan gagal ginjal. Hipertensi ditandai dengan pembacaan tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan atau tekanan diastolik ≥ 90 mmHg pada dua kali pembacaan dalam waktu lima menit saat istirahat dengan kriteria dewasa di atas 18 tahun (Kemenkes RI, 2019).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi hipertensi penduduk usia >18 tahun di Indonesia sebesar 34,1%. Prevalensi hipertensi di Jawa Barat 39,6%. Angka prevalensi hipertensi di Kabupaten Ciamis

mencapai 49,62% dan angka tersebut merupakan yang tertinggi di Provinsi Jawa Barat (Kemenkes RI, 2019).

Hasil survey awal pada pasien di poliklinik penyakit dalam RSUD Ciamis selama tiga bulan, rata-rata perbulan ada 346 pasien hipertensi. Jumlah pasien hipertensi tersebut 19,2% dari seluruh jumlah pasien yang berkunjung ke poliklinik penyakit dalam RSUD Ciamis. Hasil wawancara dengan beberapa pasien dan data dari rekam medis menunjukkan dari sepuluh orang penderita hipertensi, empat diantaranya mengalami obesitas. Tujuh dari sepuluh orang tersebut mengatakan masih sering mengkonsumsi makanan tinggi lemak dan garam.

Hipertensi yang tidak terkontrol pada pembuluh darah yang menuju otak akan menyebabkan stroke. Lama hipertensi merupakan faktor risiko Penyakit Jantung Koroner (PJK). Pasien dengan hipertensi selama 11-15 tahun (47,9%) mengalami PJK. Angka ini lebih tinggi dibandingkan dengan kejadian PJK pada pasien hipertensi selama 6-10 tahun (29,2%) (Novriyanti, *et al.* 2014; Yonata *et al.*, 2016).

Hipertensi disebabkan oleh berbagai faktor yang terbagi menjadi dua yaitu faktor yang dapat diubah dan faktor yang tidak dapat diubah. Faktor yang dapat diubah diantaranya adalah kegemukan (obesitas), pola konsumsi tinggi lemak jenuh dan natrium, kebiasaan merokok dan minum alkohol, aktivitas fisik, dan stress. Faktor yang tidak dapat diubah diantaranya yaitu keturunan (genetik), usia, dan jenis kelamin (Kemenkes RI, 2013).

Kemudahan mendapatkan makanan cepat saji menyebabkan penurunan konsumsi sayuran segar dan serat. Makanan cepat saji mengandung tinggi lemak dan garam. Hal ini meningkatkan terjadinya hipertensi (Nuraini, 2015). Pola konsumsi masyarakat Ciamis pada umumnya menyukai jenis makanan yang asin, gurih, dan tinggi lemak seperti gorengan. Hal ini ditunjang oleh Ciamis sebagai penghasil galendo dan berbagai macam kerupuk.

Asupan lemak berlebih menyebabkan kadar kolesterol darah meningkat. Kadar kolesterol tinggi akan mengendap dan menjadi plak yang menempel pada dinding arteri. Plak pada dinding arteri menyebabkan penyempitan pembuluh darah sehingga memaksa jantung bekerja lebih keras dan tekanan darah menjadi lebih tinggi. Hal tersebut dapat memicu terjadinya hipertensi (Andria, 2013).

Asupan garam yang berlebih menyebabkan peningkatan konsentrasi natrium dalam cairan ekstraseluler. Hal ini menyebabkan cairan intraseluler akan keluar sehingga volume cairan ekstraseluler meningkat. Peningkatan volume cairan ekstraseluler menyebabkan peningkatan volume darah, yang mempengaruhi hipertensi (Montol *et al*, 2015).

Hasil penelitian Suarni (2017) menunjukkan bahwa hubungan pola makan dengan terjadinya hipertensi pada pasien hipertensi di Rumah Sakit PTPN II Bangkatan Binjai Tahun 2017. Pola makan yang tinggi lemak dan rendah serat sangat mempengaruhi tekanan darah. Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Yasril *et al* (2020) bahwa ada hubungan antara konsumsi lemak dan natrium dengan kejadian hipertensi.

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Herawati *et al* (2020) menunjukkan bahwa ada hubungan antara asupan lemak dan natrium dengan kejadian hipertensi pada usia 20-44 tahun. Uraian latar belakang tersebut memotivasi penyusun untuk melakukan penelitian mengenai hubungan tingkat kecukupan lemak dan natrium dengan kejadian hipertensi pada pasien rawat jalan di poliklinik penyakit dalam RSUD Ciamis tahun 2022.

B. Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat hubungan antara tingkat kecukupan lemak dengan kejadian hipertensi pada pasien rawat jalan di poliklinik penyakit dalam RSUD Ciamis tahun 2022?
2. Apakah terdapat hubungan antara tingkat kecukupan natrium dengan kejadian hipertensi pada pasien rawat jalan di poliklinik penyakit dalam RSUD Ciamis tahun 2022?

C. Tujuan Penelitian

1. Menganalisis hubungan antara tingkat kecukupan lemak dengan kejadian hipertensi pada pasien rawat jalan di poliklinik penyakit dalam RSUD Ciamis tahun 2022.
2. Menganalisis hubungan antara tingkat kecukupan natrium dengan kejadian hipertensi pada pasien rawat jalan di poliklinik penyakit dalam RSUD Ciamis tahun 2022.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tambahan mengenai hubungan tingkat kecukupan lemak dan natrium dengan kejadian hipertensi pada pasien rawat jalan di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Ciamis tahun 2022.

2. Bagi Prodi Gizi

Memberikan informasi baru bagi prodi khususnya bagi mahasiswa jurusan Gizi Universitas Siliwangi sebagai data pendukung bagi peneliti yang ingin melanjutkan penelitian dalam bidang yang sama.

3. Bagi Keilmuan Gizi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi keilmuan tentang hubungan tingkat kecukupan lemak dan natrium dengan kejadian hipertensi pada pasien rawat jalan di rumah sakit.

4. Bagi Peneliti

Menambah kepustakaan bagi peneliti, juga pengembangan kemampuan dalam bidang penelitian dan menelaah sejauh mana teori yang diperoleh pada perkuliahan dan penerapannya.

E. Ruang Lingkup Penelitian

1. Lingkup Masalah

Permasalahan yang akan dianalisis yaitu hubungan tingkat kecukupan lemak dan natrium dengan kejadian hipertensi pada pasien rawat jalan di poliklinik penyakit dalam di RSUD Ciamis.

2. Lingkup Metode

Desain penelitian ini adalah observasional dengan pendekatan penelitian *cross-sectional*.

3. Lingkup Keilmuan

Lingkup keilmuan penelitian ini adalah gizi klinis.

4. Lingkup Sasaran

Sasaran penelitian ini adalah pasien hipertensi rawat jalan di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Ciamis.

5. Lingkup Tempat

Penelitian ini dilakukan di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Ciamis.

6. Lingkup Waktu

Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari sampai November 2022.