

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan penyakit degeneratif yang menjadi salah utama di indonesia. Hipertensi berhubungan erat dengan berbagai resiko komplikasi yang dapat berakibat fatal bila hipertensi tidak terkontrol. Seseorang yang mengalami peningkatan tekanan darah diatas batas normal yaitu 120-130 mmHg sistolik dan 80 mmHg diastolik dikatakan dengan hipertensi, hipertensi dapat memicu terjadinya penyakit lain seperti stroke, diabetes, jantung, dan gagal ginjal. Penyakit ini menyebabkan penderita merasa sulit untuk melakukan aktivitas sehari-hari, sehingga penyakit ini mempengaruhi akan kualitas hidup seseorang (Arindari & Puspita, 2020).

Berdasarkan data dari WHO (2021) menunjukkan sekitar 1,13 miliar orang diseluruh dunia menderita hipertensi, yang berarti setiap 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis menderita hipertensi dan hanya 36,8 % diantaranya yang minum obat. Terjadi peningkatan pada penyandang hipertensi, diperkirakan tahun 2025 akan ada 1,5 miliar orang yang terkena hipertensi dan diperkirakan juga 9,4 juta orang meninggal diakibatkan hipertensi dan komplikasi setiap tahunnya. Di Indonesia adalah sebesar 63.309.620 orang, dengan kematian akibat hipertensi sebesar 427.218 orang menunjukkan angka prevalensi hipertensi sebesar 34,11% (Kemenkes, 2023). Berdasarkan data yang diperoleh dari dinas kesehatan provinsi Jawa Timur, penderita hipertensi pada tahun 2022 sebanyak 7.088.138 orang, dengan prevelensi sebesar 61,10 %. Sedangkan pada tahun 2021 sebanyak 1.403.654 orang, dengan prevelensi sebesar 12,10%

(Dinkes Jatim, 2022). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Bondowoso, jumlah penderita hipertensi tercatat sebanyak 52.871 kasus pada tahun 2021, kemudian meningkat menjadi 61.234 kasus pada tahun 2022, dan kembali mengalami kenaikan menjadi 74.590 kasus pada tahun 2023 (Dinkes Kab. Bondowoso., 2023).

Hipertensi merupakan suatu kondisi medis kronis yang mempengaruhi jutaan orang di seluruh dunia dan merupakan salah satu penyebab utama morbiditas serta mortalitas kardiovaskuler. Hipertensi dapat menyebabkan rendahnya kualitas hidup pada penderita, baik dari fisik, psikologis, hubungan sosial dan lingkungan. Seseorang dikatakan hipertensi bila tekanan darah sistolik di atas 140 mmHg atau tekanan darah diastolik di atas 90 mmHg yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkan. Hipertensi sering disebut dengan pembunuh gelap (*Silent Killer*), karena penyakit ini penyakit yang mematikan tanpa dan gejala terlebih dahulu (Bobihu et al., 2026).

Upaya pengelolaan hipertensi dapat dilakukan melalui dua pendekatan utama, yaitu terapi farmakologi dan nonfarmakologi. Salah satu bentuk intervensi nonfarmakologi yang efektif adalah kepatuhan terhadap diet sehat. Kepatuhan diet memiliki peran penting dalam mengontrol tekanan darah pada penderita hipertensi, karena pola makan yang tidak teratur dan tinggi kandungan garam, lemak, serta rendah serat dapat memperburuk kondisi tekanan darah (Handayani et al., 2024). Diet yang dianjurkan bagi penderita hipertensi umumnya mengacu pada prinsip diet rendah garam (natrium), tinggi serat, serta kaya akan buah dan sayur. Pengurangan asupan natrium dapat

membantu menurunkan tekanan darah dengan cara mengurangi retensi cairan dalam tubuh. Selain itu, peningkatan konsumsi kalium dari makanan alami seperti buah dan sayuran dapat membantu menyeimbangkan kadar elektrolit dan mendukung fungsi pembuluh darah (Disyacitta Putri Nugroho, 2025). Menurut penelitian (Among & Patients, 2026) ditemukan Terdapat peningkatan signifikan bahwa edukasi diet secara signifikan meningkatkan kepatuhan diet pasien hipertensi.

Berdasarkan data hipertensi diatas, klien dengan hipertensi perlu mendapatkan tambahan informasi. Oleh karena itu penulis tertarik untuk mengidentifikasi kepatuhan diet pada pasien hipertensi di ruang rengganis RSUD dr. Koesnadi Bondowoso.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana kepatuhan diet pada pasien hipertensi di ruang rengganis RSUD dr. Koesnadi Bondowoso.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan studi kasus ini adalah melakukan identifikasi kepatuhan diet pada pasien hipertensi di ruang rengganis RSUD dr. Koesnadi Bondowoso.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Studi kasus ini diharapkan dapat menambah wawasan dan memperkaya ilmu pengetahuan dalam bidang keperawatan khususnya terkait kepatuhan diet pada pasien hipertensi di RSUD dr. Koesnadi Bondowoso.

1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini Adalah, Bagi :

1. Institusi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan masukan dalam meningkatkan kualitas pelayanan dan asuhan keperawatan, khususnya dalam upaya pengendalian hipertensi melalui identifikasi kepatuhan diet pada pasien hipertensi di RSUD dr. Koesnadi Bondowoso.

2. Tenaga Kesehatan

Menambah informasi, pengetahuan, dan wawasan bagi perawat dalam mengidentifikasi serta meningkatkan kepatuhan diet pada pasien hipertensi di RSUD dr. Koesnadi Bondowoso sebagai bagian dari upaya pengendalian tekanan darah.

3. Klien dan Keluarga

Memberikan informasi kepada klien dan keluarga mengenai pentingnya kepatuhan diet hipertensi sehingga klien dan keluarga mampu berperan aktif dalam pengaturan pola makan untuk mengendalikan tekanan darah.

4. Peneliti Selanjutnya

Menjadi tambahan referensi dan sumber informasi bagi pembaca serta sebagai bahan acuan bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi.