

## **BAB 1** **Pendahuluan**

### **Latar Belakang**

Pola makan menjadi perilaku paling penting yang bisa mempengaruhi keadaan gizi. Hal ini dikarenakan kuantitas dan kualitas makan dan minum yang dikonsumsi yang dapat berpengaruh terhadap Kesehatan individu dan masyarakat. Gizi yang optimal sangat perlu untuk perkembangan normal juga pertumbuhan fisik dan intelektual bagi balita, anak-anak, dan bagi seluruh usia (Selung et al., 2014). Orang-orang menginginkan barang instan karena mereka terbiasa menjalani gaya hidup modern yang sekarang mereka anut. Akibatnya, mereka memiliki kecenderungan untuk menjadi malas ketika datang untuk berolahraga dan lebih suka makan makanan cepat saji yang bersodium tinggi. (Ratna & Aswad, 2019). bahkan jika mengikuti pola konsumsi yang sehat tidak dapat memastikan bahwa dapat bebas dari penyakit, akan tetapi mempertahankan asupan makanan secara teratur dapat mengurangi persentase kemungkinan individu akan terserang penyakit. (Kadir, 2019).

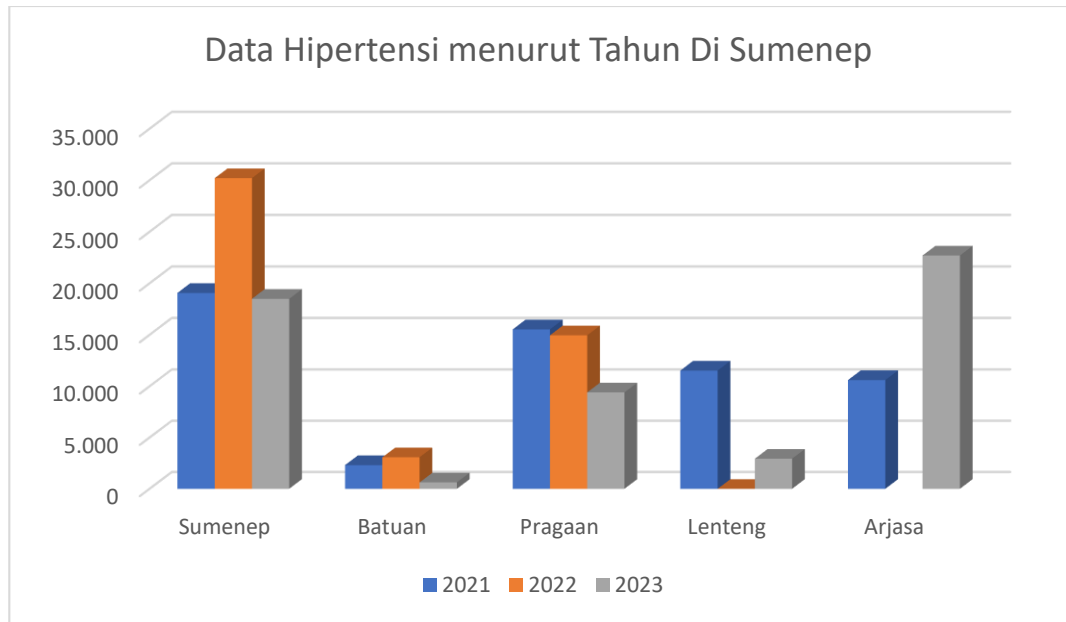
Hipertensi menjadi suatu penyakit yang banyak diderita di kelompok masyarakat (Rokom, 2019). Hipertensi masuk kedalam salah satu kelompok *silent killer* sebab individu tidak sadar bahwa dia mengalami hipertensi jika tidak melakukan pemeriksaan tekanan darahnya (Anshari, 2020). Hipertensi adalah suatu kejadian peningkatan tekanan darah yang melebihi batas normal dengan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg (WHO, 2019).

Data dari WHO di tahun 2015 memperlihatkan sekitar 1,13 miliar orang di dunia mengalami hipertensi, artinya 1-3 orang di dunia mengalami hipertensi .

jumlah orang yang mengalami hipertensi kian meningkat tiap tahunnya, di tahun 2025 diperkirakan akan ada 1,5 miliar orang penderita hipertensi, “menurut (WHO, 2017), di perkirakan setiap tahunnya ada 9 juta orang yang meninggal disebabkan hipertensi”. data penderita hipertensi yang ada di Jawa Timur tahun 2018 sebesar 22,71% atau sebanyak 2.360.592 jiwa. Sedangkan pada tahun 2019 mengalami peningkatan sebesar 40,1% atau sebanyak 4.792.862 jiwa. Pada tahun 2020 penderita hipertensi sebanyak 35,6% atau 3.919.489 jiwa dari jumlah penduduk yang ada di Jawa Timur sekitar 11.008.334 penduduk (Kemenkes RI, 2019).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Sumenep, ditemukan penderita hipertensi pada tahun 2021 sebesar 214,949 jiwa, dengan hipertensi tertinggi ditempati oleh Sumenep sebesar 19,067 jiwa dan hipertensi terendah ditempati oleh Batuan 2,311 jiwa. Prevelensi hipertensi pada tahun 2022 sebesar 252,714, dengan hipertensi tertinggi ditempati oleh Pragaan sebesar 14,958 jiwa dan hipertensi terendah ditempati oleh Lenteng sebesar 8,19 jiwa. Prevelnsi hipertensi pada tahun 2023 mengalami penurunan sebesar 158,295 atau (54,3%) jiwa, yang dikelompokkan menjadi dua yaitu laki-laki sebanyak 70,834 jiwa dan perempuan sebanyak 87,461 jiwa, dengan hipertensi tertinggi ditempati oleh Arjasa sebesar 22,698 atau (90,4%) jiwa, pada pria sebanyak 10,919 jiwa dan perempuan sebesar 11,779 jiwa.

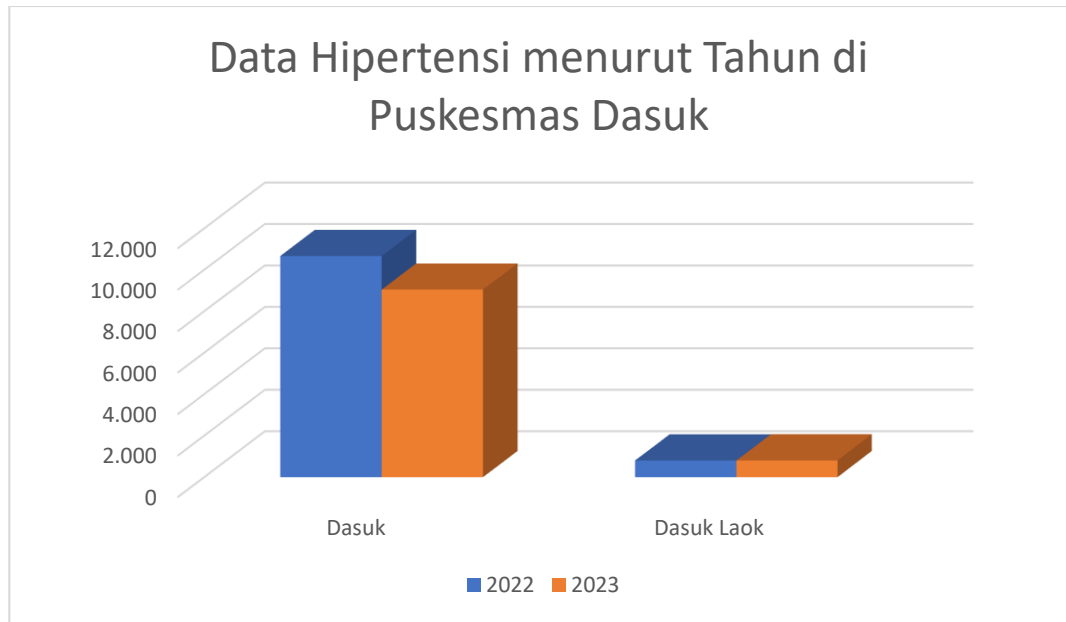
Gambar Data penemuan kasus hipertensi berdasarkan tahun di Kabupaten Sumenep.



Sumber :Dinas Kesehatan Kabupaten Sumenep, 2023

Menurut laporan di Puskesmas Dasuk Kecamatan Dasuk pada tahun 2022 penderita hipertensi sebanyak 10,667 jiwa. Sedangkan pada tahun 2023 mengalami penurunan yang signifikan sebanyak 9,043 jiwa. Hasil prevelensi hipertensi di Dasuk Laok pada tahun 2022 sebesar 802 jiwa pada usia produktif. Hasil pada tahun 2023 sebanyak 805 jiwa, pada usia produktif sebanyak 694 jiwa dan pada lansia sebesar 111 jiwa.

Gambar Data penemuan kasus hipertensi berdasarkan tahun di Puskesmas Dasuk



Sumber : Puskesmas Dasuk, 2023

Penelitian yang dilakukan oleh (Setiyaningsih R & Ningsih S, 2019) menunjukkan bahwa adanya pengaruh motivasi terhadap perilaku pengendalian hipertensi dengan p-value ( $0,000 < 0,05$ ) juga diketahui bahwa subjek yang mempunyai motivasi tinggi akan mempunyai kesempatan sebanyak 9,484 kali dalam melakukan perilaku mengontrol hipertensi dan pada penelitian (Lilipory & T, 2022) menunjukkan  $H_a$  diterima dengan nilai p-value 0,000 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan diantara pengetahuan dengan kejadian hipertensi. Pada uji statistik korelasi ganda, didapatkan nilai taraf yang signifikan yaitu sebesar 0,000 yang mana hasil ini  $< 0,05$  yang berarti bermakna adanya hubungan antara pengetahuan dengan kejadian hipertensi.

Hipertensi bisa menimbulkan beberapa komplikasi seperti penyakit jantung koroner, gagal ginjal, stroke, dan gangguan pada pandangan jika seorang penderita tidak segera mengontrol pada waktu yang lama (Anshari, 2020). Kebanyakan seseorang yang memiliki tekanan darah tinggi mempunyai tekanan

darah yang tidak dapat terkontrol sehingga bisa meningkatkan resiko meningkatnya tekanan darah dan dapat menjadi sebab penyakit yang lebih serius (Kemenkes R1, 2019).

Pada penatalaksanaan hipertensi bisa dilakukan dengan dua cara yaitu melalui farmakologi dengan menggunakan obat-obatan dan non-farmakologi dengan cara modifikasi gaya hidup. Penatalaksanaan yang dilakukan pada penderita, dengan tujuan untuk menurunkan tekanan darah atau mengatur tekanan darah pada batas yang normal. Pada penatalaksanaan farmakologi dapat diberikan obat anti hipertensi seperti diuretik, simpatolitik, betabloker (*metoprolol, propranolol, dan atenolol*), penghambat neuron adrenergik (simpatolitik melakukan kerja di perifer), vasodilator arteriol yang bekerja langsung, antagonis angiotensin (ACE inhibitor), sedangkan pada penatalaksanaan non-farmakologi seperti mempertahankan berat badan yang ideal, pendekatan diet (dengan contohnya mengurangi konsumsi makanan yang berlemak dan kaya akan buah), penghentian konsumsi alkohol dan rokok, dan penurunan stress (Dafriani, 2019).

Diet hipertensi menjadi salah satu strategi non farmakologi yang efektif dalam memodifikasi dan mengontrol tekanan darah, tetapi untuk mengaplikasikan diet hipertensi tidak mudah sebab penderita harus tau tentang tata cara melakukannya, selain itu individu harus benar-benar patuh dalam melakukan diet hipertensi ini. Menurut (Setianingsih, 2017). Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kepatuhan pasien, khususnya kepatuhan dalam melakukan program diet makan yang terkait dengan pemahaman pengarahan, tingkat

pendidikan dan informasi yang dimiliki, perasaan sakit dalam pengobatan, keyakinan, perspektif dan karakter pasien, dan dukungan keluarga.

Motivasi tinggi atau rendah dari seorang individu sangat dipengaruhi oleh informasi yang dimiliki. Motivasi adalah kekuatan yang mendorong seseorang untuk secara efektif mencapai tujuan yang diinginkannya (Diah et al., 2022). Upaya untuk mencegah dan mengendalikan hipertensi harus dimulai dari penderita hipertensi, sehingga diperlukan perhatian dan motivasi dalam menyelesaikan program pengobatan (Setiyaningsih R & Ningsih S, 2019). Motivasi pasien menjadi elemen penting yang pasien perlu agar bekerja untuk merawat diri sendiri dalam mengembangkan penyembuhan lebih lanjut pada individu dengan hipertensi (Su'ud et al., 2020). Seseorang yang memiliki hipertensi memerlukan perubahan pada cara hidup yang susah untuk waktu yang pendek. Karenanya, upaya sendiri adalah faktor terpenting dalam penyembuhan. Ada enam Langkah untuk mengubah gaya hidup sehat pada penderita hipertensi dengan cara membatasi diet, meningkatkan konsumsi kalium dan magnesium, konsumsi gandum utuh, beraktivitas contohnya seperti berolahraga, dukungan keluarga (family support), berhenti merokok dan hindari penggunaan alkohol dan obat-obatan herbal secara berlebihan (Wahyudi & Nugraha, 2020).

Literasi Kesehatan adalah kemampuan seseorang dalam membaca, menulis, dan paham terhadap informasi apa pun yang terkait dengan manajemen dalam mengendalikan hipertensi (Mafutha et al., 2017). Sesuai dengan konsep teori Lawrence Green mengatakan bahwa perilaku sehat dipengaruhi pada faktor-faktor kecenderungan yang memudahkan kejadian perilaku dalam diri seseorang berdasarkan wawasannya. Dengan demikian menyatakan bahwa semakin baik

informasi tentang perhatian terhadap diri sendiri dan keinginan individu dalam mencegah penyakit pasien terhadap hipertensi akan semakin baik pasien dengan tujuan akhir untuk mengendalikan hipertensi yang dialaminya.

Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Motivasi dan Informasi dengan Kepatuhan Pola Makan pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Dasuk”.

### **Rumusan Masalah**

Apakah ada hubungan Motivasi dan Informasi Dengan Kepatuhan Pola Makan pada Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Dasuk ?

### **Tujuan Penelitian**

#### **1.4.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan hubungan motivasi dan informasi dengan kepatuhan pola makan pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas dasuk

#### **1.4.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi motivasi dengan pola makan pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Dasuk
2. Mengidentifikasi informasi dengan pola makan pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Dasuk
3. Mengidentifikasi kepatuhan pola makan pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Dasuk
4. Menganalisis hubungan motivasi dengan kepatuhan pola makan pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Dasuk

5. Menganalisis hubungan informasi dengan kepatuhan pola makan pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Dasuk

## **Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dalam mengembangkan ilmu keperawatan dalam masyarakat dibidang promosi Kesehatan terkait pentingnya motivasi dan informasi berpengaruh terhadap kepatuhan pada penderita hipertensi dalam menjaga pola makan

### **1.4.2 Manfaat praktis**

1. Bagi instansi

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan evaluasi dan inovasi

2. Bagi penderita hipertensi

Hasil penelitian ini bisa dijadikan solusi atau pedoman dalam melakukan perawatan diri

3. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan bisa lebih dikembangkan lagi untuk penelitian selanjutnya