

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah yang terjadi akibat produksi renin secara berlebih. Kelebihan renin di dalam tubuh akan meningkatkan terbentuknya angiotensin II dan menyebabkan retensi natrium di dalam tubuh sehingga akan mempengaruhi tekanan darah. Penyakit ini sering terjadi tanpa gejala, namun menimbulkan efek jangka panjang. Hipertensi berdasarkan etiologinya terbagi menjadi dua yakni hipertensi primer dan hipertensi sekunder. Hipertensi primer merupakan peningkatan tekanan darah tanpa disertai komplikasi atau pengaruh karena gaya hidup dan pola makan. Sedangkan hipertensi sekunder adalah peningkatan tekanan darah yang disebabkan pasien menderita penyakit tertentu, seperti gagal jantung, stroke, penyakit jantung koroner dan gangguan fungsi ginjal (Scanlon dan Sanders, 2006; Gunawan, 2007).

Berdasarkan *World Health Organization* (WHO) (2012) hipertensi merupakan salah satu kontributor paling banyak untuk penyakit jantung dan stroke. Penyakit ini juga menjadi penyebab kematian dan kecacatan nomor satu. Hipertensi memberikan kontribusi hampir 9,4 juta kematian akibat penyakit kardiovaskuler setiap tahun.

Hasil Riset Kesehatan Dasar (2013) menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di Indonesia yaitu sebesar 26,5 persen. Sedangkan angka prevalensi hipertensi di provinsi Jawa Timur pada usia ≥ 18 tahun sebesar 26,2 %. Untuk prevalensi jantung koroner berdasarkan wawancara terdiagnosis dokter di Indonesia sebesar 0,5 persen, dan berdasarkan terdiagnosis dokter atau gejala sebesar 1,5 persen. Sedangkan prevalensi jantung koroner berdasarkan wawancara terdiagnosis dokter di provinsi Jawa Timur sebesar 0,5 persen, dan berdasarkan terdiagnosis dokter atau gejala sebesar 1,3 persen.

Salah satu faktor terjadinya hipertensi karena retensi cairan dan kadar natrium dalam tubuh. Pada pasien hipertensi dengan komplikasi gangguan jantung yakni penyakit jantung koroner dan gagal jantung kemungkinan menunjukkan hasil laboratorium kadar natrium yang tinggi. Hal ini berkaitan dengan kadar

kolesterol dalam darah. Penyempitan pembuluh darah oleh lemak atau *aterosklerosis* yang menjadi salah satu penyebab penyakit jantung koroner. Lemak yang menyumbat aliran darah dapat membuat jantung bekerja lebih berat untuk memompa darah dan mengakibatkan peningkatan tekanan darah. Selain itu, *aterosklerosis* akan memperlambat proses absorpsi natrium yang dibawa oleh aliran darah ke ginjal. Maka diberikan diet rendah garam untuk menurunkan kadar natrium yang dapat mempengaruhi tekanan darah. Penurunan kadar natrium dan tekanan darah berhasil apabila pasien patuh dalam menjalani diet yang diberikan (Rosita dan Nurpalah, 2014; Guyton dan Hall, 2007).

Selain pemberian diet rendah garam, pasien hipertensi khususnya dengan gangguan jantung juga diberikan diet rendah lemak. Tujuan diet ini untuk mengurangi atau mencegah gejala yang timbul dari penyakit hipertensi. Pada pasien dengan gangguan jantung koroner dan gagal jantung diberikan terapi diet rendah lemak untuk mengurangi atau menghilangkan *plak* atau lemak yang menyumbat pembuluh darah. Sehingga dapat menurunkan tekanan darah dan melancarkan aliran darah yang mengangkut natrium menuju ginjal (Fitri, 2014).

Terapi diet yang diberikan oleh pihak instalasi gizi rumah sakit RSUD dr.Abdoer Rahem Situbondo kepada pasien hipertensi dengan gangguan jantung yaitu diet rendah garam rendah lemak. Hal ini disebabkan asupan natrium dan lemak dalam jumlah banyak akan meningkatkan tekanan darah. Asupan natrium yang berlebihan akan mempengaruhi volume cairan ekstraseluler yang berakibat menaikkan tekanan arteri. Sedangkan asupan lemak secara berlebih akan meningkatkan tekanan darah, hal ini berkaitan bahwa lemak dapat menyumbat pembuluh darah sehingga berpengaruh terhadap tekanan darah arteri (Guyton dan Hall, 2007; Fathina, 2007).

Pemberian diet rendah garam rendah lemak di Rumah Sakit belum tentu dijalani oleh pasien hipertensi, disebabkan beberapa faktor yaitu tingkat pendidikan, pengetahuan, dukungan keluarga dan peran petugas kesehatan. Sehingga pasien lebih memilih mengonsumsi makanan dari rumah. Padahal tanpa disadari, makanan yang dikonsumsi tersebut bisa saja mempengaruhi tekanan darah dan kadar natrium di dalam tubuhnya. Jumlah natrium dalam tubuh

merupakan gambaran keseimbangan antara natrium yang masuk dan natrium yang dikeluarkan (Novian, 2013; Yaswir dan Ferawati, 2012).

Pengaturan diet pada pasien hipertensi dan terkontrolnya pemeriksaan tekanan darah akan berhasil apabila pasien patuh. Kepatuhan merupakan tingkat seseorang dalam melaksanakan aturan-aturan perilaku yang disarankan. Kepatuhan pada penderita hipertensi diartikan sebagai ketaatan untuk melaksanakan sesuatu yang dianjurkan dokter atau petugas kesehatan. Pengetahuan dan dukungan keluarga sangat berpengaruh terhadap kepatuhan dalam menjalankan diet. Kepatuhan diet rendah garam rendah lemak dapat mempengaruhi tekanan darah. Konsumsi garam dalam jumlah sedikit akan mencegah terjadinya pelepasan hormon natriuretik. Maka dapat menghambat transport natrium intraseluler yang akan meningkatkan kerja jantung untuk memompa darah sehingga terjadi kenaikan tekanan darah. Selain itu, mengurangi konsumsi lemak khususnya lemak jenuh akan berpengaruh terhadap aliran darah. Lemak yang menyumbat pembuluh darah secara perlahan akan berkurang. Sehingga akan melancarkan peredaran darah dan dapat menurunkan tekanan darah (Herwati dan Sartika, 2011; Relawati, Marretina, dan Musaadah, 2012; Kusumastuti, 2014).

Pria dan wanita dapat berisiko gangguan jantung sejak usia 30 tahun. Penyempitan pembuluh darah atau *aterosklerosis* dengan derajat ringan sering ditemukan di antara orang dewasa berusia 40 tahun. Semakin bertambah usia maka besar kemungkinan berisiko penyakit hipertensi dengan komplikasi atau sering disebut dengan hipertensi sekunder (Rahman, 2007; Beck, 2011).

Berdasarkan data Rekam Medis RSUD dr. Abdoer Rahem Situbondo jumlah pasien hipertensi sekunder dengan penyakit jantung koroner dan gagal jantung pada tahun 2013 sebanyak 111 orang. Pada tahun 2014 terjadi peningkatan jumlah pasien hipertensi sekunder yaitu sebanyak 140 orang. Terjadi peningkatan jumlah penderita hipertensi sekunder pada tahun 2015 yaitu 186 orang. Hal ini kemungkinan disebabkan karena pola makan salah atau tidak patuh dalam menjalani terapi diet yang diberikan.

Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan kepatuhan diet rendah garam rendah lemak dengan tekanan darah dan kadar natrium pada pasien hipertensi sekunder di rawat inap RSUD dr.Abdoer Rahem Situbondo.

1.2 Rumusan Masalah :

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

Apakah ada hubungan antara kepatuhan diet rendah garam rendah lemak dengan tekanan darah dan kadar natrium pada pasien hipertensi sekunder di rawat inap di RSUD dr.Abdoer Rahem Situbondo?

1.3 Tujuan Penelitian :

1.3.1 Tujuan Umum:

Mengetahui hubungan kepatuhan diet rendah garam rendah lemak dengan tekanan darah dan kadar natrium pada pasien hipertensi sekunder di rawat inap RSUD dr.Abdoer Rahem Situbondo.

1.3.2 Tujuan Khusus :

- a. Mengetahui karakteristik responden menurut usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan
- b. Mengidentifikasi kadar natrium dan tekanan darah pasien hipertensi sekunder di rawat inap RSUD dr.Abdoer Rahem Situbondo
- c. Mengetahui hubungan kepatuhan diet rendah garam rendah lemak dengan tekanan darah pada pasien hipertensi sekunder di rawat inap RSUD dr.Abdoer Rahem Situbondo
- d. Mengetahui hubungan kepatuhan diet rendah garam rendah lemak dengan kadar natrium pada pasien hipertensi sekunder di rawat inap RSUD dr.Abdoer Rahem Situbondo

1.4 Manfaat Penelitian :

1. Bagi Pasien Hipertensi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan pengetahuan sehingga patuh dalam menjalani diet rendah garam rendah lemak, serta memahami pengaruhnya terhadap tekanan darah dan kadar natrium.

2. Bagi Pihak Instalasi Gizi Rumah Sakit

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang hubungan kepatuhan diet rendah garam rendah lemak dengan tekanan darah dan kadar natrium serta memperbaiki pelayanan gizi kepada pasien hipertensi dengan mempertimbangkan pemilihan bahan makanan, cara penyajian, dan juga melakukan pendekatan kepada pasien hipertensi.

3. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan informasi bagi masyarakat tentang pentingnya menjaga pola makan serta dapat memahami tentang diet rendah garam rendah lemak dan kadar natrium, dan pengaruhnya terhadap tekanan darah.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi literatur atau memberikan informasi mengenai kepatuhan diet, diet rendah garam rendah lemak, dan kadar natrium dalam tubuh serta pengaruhnya terhadap tekanan darah.