

I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu faktor risiko utama penyakit jantung dan pembuluh darah. Hipertensi merupakan faktor risiko ketiga terbesar yang menyebabkan kematian dini. Diperkirakan tahun 2020, penderita hipertensi akan mencapai lebih dari 1,5 milyar orang (Ariani,2013). Hipertensi telah membunuh hampir delapan juta orang setiap tahunnya, sekitar hampir 1,5 juta adalah wilayah Asia Tenggara (WHO, 2011).

Prevalensi hipertensi di Indonesia yang didapat melalui pengukuran pada umur ≥ 18 tahun sebesar 25,8 persen, terbanyak di Bangka Belitung (30,9%), untuk provinsi Lampung sebesar 24,7 % (Riskesdas, 2013). Menurut daftar rekam medis Puskesmas Bumidaya, Kecamatan Palas, Lampung Selatan pada tahun 2014, hipertensi menempati posisi pertama dari 10 daftar penyakit terbanyak di puskesmas dengan jumlah total 158 orang yang merupakan pasien baru dan pasien lama.

Faktor pencetus terjadinya hipertensi diperkirakan multifaktoral yang timbul terutama karena interaksi faktor–faktor resiko tertentu yaitu diet dan asupan garam, stress, ras, obesitas, merokok, usia, kurang aktivitas fisik, jenis kelamin dan genetic riwayat keluarga (Sudoyo, 2009). Makanan yang diawetkan dan garam dapur serta bumbu penyedap dalam jumlah yang tinggi, misalnya monosodium glutamate (*MSG*), dapat menaikkan tekanan darah karena mengandung natrium dalam jumlah yang berlebih (Tanumang, 2012).

Pelaksanaan diet yang teratur dapat menstabilkan tekanan darah, yaitu dengan mengurangi makanan dengan tinggi garam, makanan yang berlemak, mengonsumsi makanan yang tinggi serat dan melakukan aktivitas olahraga (Novian, 2013). Saat ini banyak penderita hipertensi yang tidak patuh melaksanakan diet yang diberikan karena kurangnya pengetahuan penderita tentang diet hipertensi (Tumenggung, 2013).

Kajian inilah yang menjadi dasar bagi penulis untuk melakukan suatu penelitian mengenai hubungan tingkat pengetahuan dan sikap terhadap perilaku diet rendah garam pasien hipertensi di Puskesmas Bumidaya, Kecamatan Palas, Lampung Selatan.

1.2 Rumusan Permasalahan

Hipertensi kini menjadi masalah global karena prevalensinya yang terus meningkat sejalan dengan perubahan gaya hidup, terutama dalam pola makan

(Sarasaty, 2011). Faktor pemicu hipertensi dapat dibedakan menjadi yang tidak dapat dikontrol seperti riwayat keluarga, jenis kelamin, dan usia, serta faktor yang dapat dikontrol seperti pola konsumsi makanan yang mengandung natrium, lemak, perilaku merokok, obesitas, dan kurangnya aktivitas fisik (Nuarima, 2009).

Penatalaksanaan hipertensi adalah dengan mempertahankan tekanan darah dibawah 140/90 mmHg (Sinaga, 2012). Penanganannya dapat dilakukan dengan cara nonfarmakologi dan farmakologi. Terapi non farmakologis terdiri dari menghentikan kebiasaan merokok, menurunkan berat badan berlebih, konsumsi alkohol berlebih, asupan garam dan asupan lemak, latihan fisik serta meningkatkan konsumsi buah dan sayur (Anggraini, 2009).

Penyakit hipertensi dan penyakit kardiovaskular masih cukup tinggi dan bahkan cenderung meningkat seiring dengan gaya hidup yang jauh dari perilaku hidup sehat serta mahalnya biaya pengobatan hipertensi. Saat ini banyak penderita hipertensi tidak patuh melaksanakan diet yang diberikan karena kurangnya pengetahuan penderita tentang diet hipertensi (Tumenggung, 2013). Sikap dan perilaku memainkan peran penting karena mempengaruhi respon seseorang sakit dan penyakit, persepsinya terhadap sakit, pengetahuan tentang gejala dan penyebab penyakit, dan sebagainya (Notoatmodjo, 2007). Dengan demikian, di dalam penelitian ini dapat dirumuskan masalah apakah terdapat hubungan tingkat pengetahuan dan sikap

terhadap perilaku diet rendah garam pasien hipertensi di Puskesmas Bumidaya, Kecamatan Palas, Lampung Selatan?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dan sikap terhadap perilaku diet rendah garam pasien hipertensi di Puskesmas Bumidaya, Kecamatan Palas, Lampung Selatan.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat pengetahuan diet rendah garam pasien hipertensi di Puskesmas Bumidaya, Kecamatan Palas, Lampung Selatan.
- b. Mengetahui sikap diet rendah garam pasien hipertensi di Puskesmas Bumidaya, Kecamatan Palas, Lampung Selatan.
- c. Mengetahui perilaku diet rendah garam pasien hipertensi di Puskesmas Bumidaya, Kecamatan Palas, Lampung Selatan.
- d. Menganalisis hubungan tingkat pengetahuan dan sikap diet rendah garam terhadap perilaku diet rendah garam pasien hipertensi di Puskesmas Bumidaya, Kecamatan Palas, Lampung Selatan.

1.4 Manfaat Penelitian

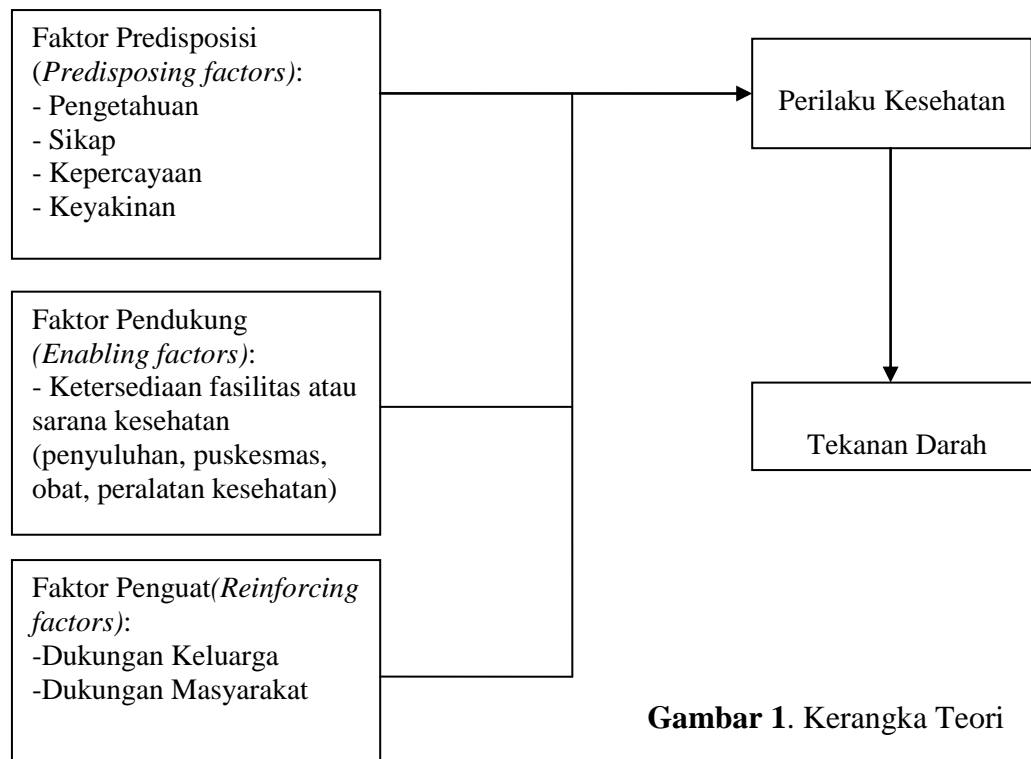
Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat:

1. Bagi peneliti/penulis, menambah ilmu pengetahuan di bidang ilmu gizi dan ilmu kedokteran komunitas.
2. Bagi institusi/masyarakat:
 - a. Dapat meningkatkan pengetahuan mengenai diet pada pasien hipertensi di Puskesmas Bumidaya Kecamatan Palas Lampung Selatan.
 - b. Dapat dijadikan sumber bacaan penderita sebagai sumber ilmu pengetahuan.
 - c. Dapat menambah bahan kepustakaan dalam lingkungan Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
3. Penelitian ini juga diharapkan dapat berguna sebagai referensi bagi penelitian selanjutnya.

1.5 Kerangka Pemikiran

1.5.1 Kerangka Teori

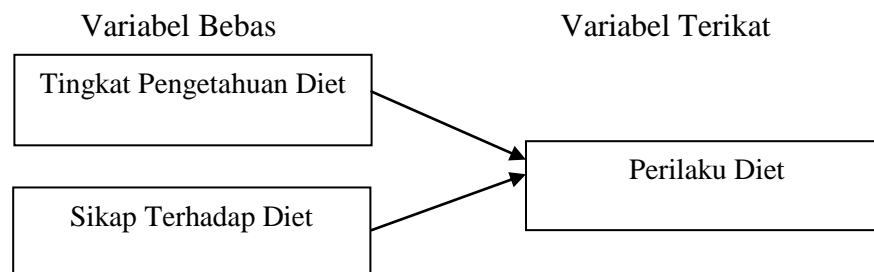
Berdasarkan teori Lawrence Green, dimana perilaku dibentuk dari tiga faktor, yaitu faktor predisposisi atau penguat, faktor pendukung, dan faktor pendorong.



Gambar 1. Kerangka Teori

Teori: Lawrence W. Green

1.5.2 Kerangka Konsep



Gambar 2. Kerangka Konsep

1.6 Hipotesis

Berdasarkan kerangka pemikiran di atas maka dapat diturunkan hipotesis yaitu terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dan sikap terhadap perilaku diet rendah garam pasien hipertensi di Puskesmas Bumidaya Kecamatan Palas, Lampung Selatan.