

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang paling umum dan yang paling banyak disandang di masyarakat (Andri et al., 2021). Tekanan darah merupakan salah satu faktor yang berpengaruh pada sistem peredaran darah (Andri et al., 2021). Tekanan darah tinggi atau hipertensi merupakan penyakit degeneratif dengan risiko kematian yang tinggi, terutama jika tekanan darah tidak terkontrol secara teratur (Sumathy & Monika, 2019).

Hipertensi termasuk isu kesehatan didalam masyarakat yang penting dimana pada umumnya jarang menyebabkan gejala pada kesehatan fungsional pada penderitanya. Tekanan darah tinggi salah satu penyebabnya karena gangguan pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai jaringan tubuh yang membutuhkannya. Hipertensi termasuk faktor resiko utama pada penyakit jantung koroner, gagal jantung, dan stroke (WHO, 2015).

Berdasarkan data WHO (*World Health Organization*) 2019 menunjukkan bahwa saat ini prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia. Wilayah Afrika memiliki prevalensi hipertensi tertinggi sebesar 27% dan wilayah Amerika memiliki prevalensi hipertensi terendah yakni 18%. Sedangkan Asia Tenggara sendiri berada diposisi ke-3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% terhadap total penduduk. WHO juga memperkirakan 1 diantara 5 orang perempuan di seluruh dunia memiliki hipertensi. Jumlah ini lebih besar diantara kelompok laki-laki yaitu 1 diantara 4 orang mereka memiliki hipertensi.

Menurut Riskesdas 2018 prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 34,1%, mengalami peningkatan dibandingkan prevalensi hipertensi pada Riskesdas Tahun 2013 sebesar 25,8%, sedangkan di provinsi Lampung sebesar 15,10 % (Kemenkes, 2018).

Klasifikasi hipertensi berdasarkan peningkatan terbagi menjadi tekanan darah sistolik dan diastolik. Derajat keterparahan hipertensi dibagi menjadi beberapa pembagian pada, yang pertama hipertensi derajat I dengan nilai tekanan darah sistolik 140-159 mmHg dan tekanan darah diastolik 90-99 mmHg, hipertensi derajat II dengan nilai tekanan darah sistolik 160-179 mmHg dan tekanan darah diastolik 100-109 mmHg, hipertensi derajat III dengan nilai tekanan darah sistolik  $\geq 180$  mmHg dan tekanan darah diastolik  $\geq 110$  mmHg (PERKI, 2019).

Berdasarkan Survei Konsumsi Makanan Individu (SKMI) dalam Studi Diet Total pada tahun 2014 secara nasional prevalensi asupan natrium sebesar 52.7% dengan rata-rata asupan natrium 2764 mg/orang/hari dimana melebihi AKG tahun 2019 dengan rata-rata asupan natrium 1500 mg/orang/hari.

Natrium merupakan komponen yang biasa dikonsumsi dalam bentuk garam dapur. Jika asupannya meningkat, ginjal akan merespon dengan meningkatkan ekskresi garam bersama urin. Jika upaya ekskresi natrium melebihi ambang kemampuan, ginjal akan meretensi air sehingga volume intravaskular meningkat. Peningkatan volume intravaskular menyebabkan peningkatan tekanan darah (Zainuddin & Yunawati, 2018).

Kalium memiliki muatan ion yang sama dengan natrium, sehingga kecukupan kalium diperlukan untuk menjaga keseimbangan elektrolit (Lingga, 2012). Kalium merupakan ion bermuatan positif. Kalium terutama terdapat di dalam sel. Perbandingan natrium dan kalium dalam cairan intraseluler adalah 1:10, Sedangkan di dalam cairan ekstraseluler 28:1. Kalium berfungsi sebagai penyeimbang jumlah natrium dalam cairan sel (Almatsier, 2013).

Kalium banyak terdapat pada makanan mentah/segar, terutama buah, sayuran, dan kacang-kacangan. Jumlah natrium akan menumpuk apabila makanan yang dikonsumsi kurang mengandung kalium atau tubuh tidak mempertahankannya dalam jumlah yang cukup (Edi, dkk, 2013).

Kekurangan kalium menyebabkan lemah, lesu, kehilangan nafsu makan, dan jantung akan berdebar detaknya, dan menurunkan kemampuannya untuk memompa darah. (Edi, dkk, 2013).

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah, maka dapat dibuat rumusan masalah sebagai berikut “Bagaimana Gambaran Asupan Natrium, Kalium dan Tingkat Pengetahuan Gizi pada Pasien Hipertensi di Rumah Sakit Umum Daerah Menggala?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk diketahuinya Gambaran Asupan Natrium, Kalium dan Tingkat Pengetahuan Gizi pada Pasien Hipertensi Rawat Jalan di Rumah Sakit Umum Daerah Menggala.

### 2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus meliputi :

- a. Untuk diketahui gambaran asupan Natrium pada pasien hipertensi di rumah sakit umum daerah Menggala.
- b. Untuk diketahui gambaran asupan Kalium pada pasien hipertensi di rumah sakit umum daerah Menggala.
- c. Untuk diketahui gambaran tingkat pengetahuan pada pasien hipertensi di rumah sakit umum daerah Menggala.

## **D. Manfaat penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan bagi pembaca khususnya mahasiswa tentang Gambaran asupan Natrium, Kalium dan tingkat pengetahuan pada pasien hipertensi dan juga dapat dijadikan sebagai bahan pembelajaran dan masukan bagi kalangan yang akan melanjutkan penelitian lebih lanjut.

## 2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan atau dorongan bagi tenaga kesehatan dalam meningkatkan upaya promotif dan preventif untuk mencegah terjadinya dampak-dampak buruk yang timbul akibat penyakit hipertensi.

## 3. Bagi Instansi Kesehatan

Untuk memberikan informasi dan manfaat kepada instansi kesehatan agar lebih meningkatkan program dan melakukan skrining pada masyarakat agar terjaring dan dapat langsung ditangani.

## 4. Bagi Masyarakat

Untuk memberikan wawasan kepada masyarakat agar dapat lebih memperhatikan kesehatan serta untuk melakukan pencegahan dini agar tidak mengalami masalah kesehatan seperti Penyakit Tidak Menular (Hipertensi).

## 5. Bagi institusi

Poltekkes Tanjungkarang Untuk memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu kesehatan dan diharapkan dapat membantu peneliti selanjutnya dalam pengerjaan tugas serta untuk menambah pengetahuan tentang penyakit Hipertensi.

## **E. Ruang lingkup**

Dalam penelitian ini adalah studi gambaran yang bertujuan untuk mengetahui gambaran asupan natrium kalium dan tingkat pengetahuan gizi pada pasien hipertensi dirumah sakit umum daerah menggala. Dengan sampel adalah, pasien hipertensi rawat jalan dengan metode rumus sampling (slovin), penelitian ini dilakukan pada bulan April 2024 dengan variabel yang digunakan Asupan Natrium Kalium (*Food Recall* 24 jam ) dan Tingkat Pengetahuan Gizi (Kuesioner), Analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah deskriptif, dengan sampel 31 responden.