

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang selalu mendapat perhatian di dunia, pasalnya penyakit hipertensi ini merupakan salah satu penyebab morbiditas terbesar di dunia. Hipertensi atau penyakit darah tinggi merupakan suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah diatas ambang batas normal yaitu 120/80 mmHg (Hidayati et al., 2022).

Menurut penelitian Pegram (2020), pola konsumsi masyarakat saat ini cenderung mengarah pada makanan yang kurang sehat. Hal ini disebabkan oleh kemudahan dalam memperoleh makanan siap saji dan siap olah seiring dengan perkembangan teknologi yang pesat. Makanan jenis ini umumnya memiliki kandungan nutrisi yang rendah, namun tinggi gula, garam, lemak, serta zat aditif lainnya. Dalam jangka panjang, kebiasaan mengonsumsi makanan berisiko tersebut dapat memicu terjadinya berbagai penyakit tidak menular, salah satunya adalah hipertensi.

Secara umum, hipertensi dipengaruhi oleh dua jenis faktor risiko, yaitu faktor yang dapat dikendalikan dan faktor yang tidak dapat dikendalikan. Faktor risiko yang tidak dapat dikendalikan meliputi keturunan, umur, gender dan etnis. Selain itu, pada faktor resiko yang dapat dikendalikan, yaitu konsumsi makanan dengan kandungan garam yang tinggi, obesitas, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol dan kopi, kurangnya aktivitas fisik, stres, serta kondisi mental (Putri et al., 2023).

Salah satu faktor yang memicu peningkatan tekanan darah adalah indeks massa tubuh (IMT). Individu dengan kategori obesitas (IMT tinggi)

memiliki risiko hingga lima kali lebih besar untuk mengalami hipertensi dibandingkan dengan mereka yang memiliki berat badan normal. Obesitas diperkirakan menjadi penyebab sekitar 65% hingga 78% kasus hipertensi primer. Indeks Masa Tubuh (IMT) merupakan alat sederhana yang digunakan untuk memantau status gizi pada orang dewasa, terutama yang berkaitan dengan kekurangan maupun kelebihan berat badan (Niswatin, Cahyawati, dan Rosida, 2021).

Data dari *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa sekitar 50%–70% pasien tidak patuh terhadap pengobatan antihipertensi yang telah diresepkan. Rendahnya kepatuhan ini dapat menghambat tercapainya kontrol tekanan darah yang optimal, serta berhubungan dengan peningkatan biaya perawatan atau rawat inap dan risiko komplikasi penyakit jantung (WHO, 2023).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar di Indonesia, prevalensi hipertensi mencapai 34,1%. Angka ini menunjukkan proporsi penduduk usia di atas 18 tahun berdasarkan provinsi di Indonesia. Hipertensi masih menjadi salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia termasuk di Indonesia yang dijuluki sebagai the silent killer dan merupakan salah satu penyakit kardiovaskular yang dapat berpengaruh pada penyakit kardiovaskular lainnya seperti serangan jantung, stroke, gagal jantung, dan penyakit arteri koroner (Tamburian et al 2020; Santi et al 2022).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Maluku, rekapitulasi kasus baru PTM di Maluku Tahun 2020 secara keseluruhan dilaporkan sebanyak 322.530 kasus. Prevalensi jumlah kasus hipertensi sebanyak

25.410 kasus pada perhitungan kasus penyakit tidak menular di Provinsi Maluku (Dinkes Provinsi Maluku, 2021).

Berdasarkan data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan adanya peningkatan jumlah kasus hipertensi pada usia produktif, berdasarkan diagnosis dokter atau minum obat anti hipertensi menurut Kabupaten/Kota menunjukkan bahwa secara berturut-turut angka prevalensi tertinggi terdapat di Kota Ambon sebesar 3.056 kasus.

Berdasarkan hasil pengambilan data awal yang saya peroleh dari Puskesmas Nania, pada tahun 2024 jumlah pasien sebanyak 40 orang, yang terdiri dari 21 orang (52,5%) dari desa nania dan 19 orang (47,5%) dari desa waiheru. Selanjutnya, pada tahun 2025 jumlah pasien hipertensi tercatat sebanyak 43 orang, yang terdiri dari 20 orang (46,5%) dari desa nania dan 23 orang (53,5%) dari desa waiheru.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul, Bagaimana Gambaran Status Gizi, Asupan Lemak dan Natrium Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Nania Kota Ambon.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Gambaran Status Gizi, Asupan Lemak dan Natrium Pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Nania Kota Ambon.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui gambaran status gizi pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Nania Kota Ambon.

- b. Untuk mengetahui gambaran asupan lemak pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Nania Kota Ambon.
- c. Untuk Mengetahui gambaran asupan natrium pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Nania Kota Ambon.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam membantu dan mengatasi status gizi, asupan lemak dan natrium pada penderita hipertensi.

2. Praktis

a. Bagi Penulis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi tenaga kesehatan, khususnya tenaga gizi dalam memberikan asuhan gizi pada pasien hipertensi, serta memberika intervensi untuk meningkatkan status gizi pasien hipertensi.

b. Bagi Responden

Sebagai informasi dan pengetahuan bagi pasien tentang pentingnya mengatur asupan lemak dan natrium serta menjaga status gizi agar tetap dalam keadaan normal.