

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kelompok orang tua merupakan kelompok yang berkembang dengan risiko yang memperburuk kesehatan mereka. Masalah kesehatan yang dihadapi oleh lansia sering kali berhubungan dengan proses penuaan. Menurut Rosiana (2020), penuaan adalah tahap dalam kehidupan yang ditandai oleh penurunan fungsi organ tubuh seseorang, yang membuat tubuh menjadi lebih rentan terhadap berbagai penyakit yang bisa mengancam nyawa. Penuaan juga dianggap sebagai fenomena atau proses alami yang berlangsung sepanjang hidup manusia, dimulai dari masa anak-anak, kemudian pada masa dewasa, dan akhirnya pada masa tua. Pernyataan di atas menunjukkan bahwa kelompok lansia mengalami banyak masalah, salah satunya adalah hipertensi di kalangan mereka.

Prevalensi hipertensi di kalangan lansia di Indonesia mencapai 23,7% dari total 1,7 juta, menurut Hariawan (2020). Sementara itu, World Health Organization (WHO) pada tahun 2022 menyatakan bahwa hipertensi mempengaruhi 22% populasi dunia dan mencapai 36% di Indonesia. Hipertensi juga merupakan penyebab kematian dengan presentase 23,7% dari total 1,7 juta kematian di daerah DIY Sleman pada tahun 2016, menurut Hariawan (2020). Nurbaya (2024) menyebutkan bahwa kepatuhan diet untuk pasien hipertensi berkaitan dengan kesesuaian pasien dalam mengikuti pola makan yang dianjurkan dalam mengatur tekanan darah. Ini mencakup pengurangan asupan garam, peningkatan konsumsi sayur dan buah, serta Wijaya (2023) memilih sumber protein yang menyehatkan. Kepatuhan diet juga meliputi pengawasan asupan kalori dan menjaga berat badan ideal. Tujuan dari hal ini adalah untuk menstabilkan tekanan darah dan menghindari komplikasi lebih lanjut. Kesadaran serta motivasi dari pasien sangat penting guna mencapai kepatuhan diet yang efektif.

Faktor-faktor yang mempengaruhi hipertensi dipengaruhi oleh berbagai elemen, baik yang dapat dimodifikasi maupun yang tidak dapat diubah. Di antara faktor-faktor yang dapat diubah, terdapat genetik, gaya hidup, obesitas, kurangnya aktivitas fisik, konsumsi garam berlebihan, usia, stres, kondisi kesehatan, pernapasan, dan penggunaan obat-obatan sebagaimana dijelaskan oleh Nurbaya (2024). Sementara itu, Pangaribuan (2020) juga mengemukakan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi hipertensi dikategorikan menjadi dua, yaitu yang dapat dikendalikan dan yang tidak bisa. Faktor-faktor yang tidak bisa dikendalikan mencakup usia, gender, dan faktor keturunan. Sedangkan faktor-faktor yang bisa dikendalikan meliputi obesitas, kebiasaan merokok, olahraga, dan aktivitas fisik. Menurut data yang ada, kelompok lansia paling rentan terhadap faktor-faktor yang bisa dimodifikasi, seperti genetik, gaya hidup, obesitas, kurangnya aktivitas fisik, konsumsi garam berlebih, usia, dan stres.

Kualitas hidup dipahami sebagai suatu konsep yang beragam, meliputi elemen fisik serta sosial, yang berkaitan dengan keadaan kesehatan dan perawatan menurut Anggereini (2023). Manajemen hipertensi bisa dilakukan jika pasien menunjukkan motivasi untuk menjalani diet hipertensi dengan tepat dan berperan aktif dalam aktivitas, menurut Brilianifah (2017). Salah satu metode untuk mengurangi risiko komplikasi pada pasien hipertensi adalah dengan secara disiplin mengikuti diet khusus untuk hipertensi, ungkap Amelia (2020). Setiap orang bisa mengambil langkah proaktif dalam mengelola keadaan kesehatannya, dengan berbagai faktor yang memengaruhi pengendalian penyakit yang dialami, seperti pemahaman pasien mengenai pentingnya perawatan dan pemeriksaan untuk kesembuhan, demografi, kondisi medis, program terapi, elemen psikososial, serta dukungan dari pihak keluarga, demikian diungkapkan oleh Brilianifah (2017).

Merujuk pada penelitian sebelumnya oleh Wijaya (2023) yang mempelajari Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Tingkat Hipertensi Pada Lansia Di Dusun 14 Sungapan Tirtorahayu Galur Kulon Progo Yogyakarta. Berdasarkan studi awal yang dilakukan peneliti, serta pengukuran tekanan darah yang dilakukan pada posyandu lansia pada tanggal 18 November 2010 di Dusun Sungapan Tirtorahayu Galur Kulon Progo Yogyakarta, ditemukan data awal bahwa terdapat 28 dari 52 lansia yang memiliki tekanan darah sistolik di atas 140 mmHg saat menghadiri posyandu tersebut. Penelitian ini berbeda dengan yang dilakukan oleh Dewi (2024) yang menunjukkan adanya hubungan antara pola makan dan tingkat hipertensi pada lansia. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa 61,3% responden menderita hipertensi, 67,7% responden memiliki pola makan yang kurang baik, dan 32,3% memiliki pola makan yang baik.

Sedangkan, penelitian yang dilakukan oleh Wijaya (2020) mengungkapkan bahwa tidak terdapat kaitan antara kepatuhan diet dan tingkat hipertensi pada orang tua, di mana dijelaskan bahwa kepatuhan diet bukanlah salah satu faktor utama yang menyebabkan hipertensi pada kelompok usia tersebut. Wijaya (2020) mengemukakan bahwa penelitian ini membandingkan dengan studi lain, di mana setiap kategori dalam instrumen kepatuhan diet terdiri dari subkategori yang masing-masing memiliki kode yang telah ditentukan. Mengingat masih adanya kasus hipertensi, penulis berniat untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Tingkat Hipertensi Pada Usia Lanjut di Poliklinik Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta.”

Hasil dari studi awal yang dilakukan dengan menggunakan data rekam medis melalui metode wawancara menunjukkan informasi yang diperoleh dari Instalasi Pendidikan, Pelatihan, dan Penelitian (Diklit) di Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta serta dari data rekam medis. Pada tahun 2020, jumlah pasien yang menderita hipertensi tercatat sebanyak 5.979 orang, sementara di tahun 2021 angkanya menurun menjadi 5.087 orang, tahun berikutnya kembali naik menjadi 6.145 orang, dan pada tahun 2023 naik lagi menjadi 6.613 orang. Dari informasi ini, dapat disimpulkan bahwa kasus hipertensi menunjukkan peningkatan setiap tahunnya.

Berkenaan dengan kepatuhan diet pada lansia, khususnya di Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta, pengetahuan yang memadai serta kepatuhan terhadap pola makan yang benar dapat membantu pasien mengimplementasikan diet yang sesuai. Cara pandang seseorang terhadap perilaku dan sikap mengenai diet hipertensi sangat dipengaruhi oleh pengetahuan yang mereka miliki. Memiliki informasi yang cukup dapat memudahkan individu untuk mengikuti diet, karena mereka memahami manfaat yang dapat diperoleh dari diet tersebut.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan yang signifikan antara kepatuhan diet dengan tingkat hipertensi pada usia lanjut di Poliklinik Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan kepatuhan diet dengan tingkat hipertensi pada usia lanjut di Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1.3.2.1 Mengetahui karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan
- 1.3.2.2 Mengidentifikasi tingkat kepatuhan diet hipertensi pada kelompok usia lanjut di rumah sakit panti rapih Yogyakarta
- 1.3.2.3 Mengidentifikasi tingkat hipertensi pada kelompok usia lanjut di Poliklinik Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta
- 1.3.2.4 Menganalisis hubungan kepatuhan diet dengan tingkat hipertensi pada usia lanjut di Poliklinik Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta

.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademis

Yaitu dapat memberikan kontribusi pada literatur ilmiah tentang bagaimana cara untuk diet rendah garam yang mempengaruhi kepatuhan diet hipertensi di kalangan kelompok usia lanjut serta mendorong kesadaran dan motivasi kelompok usia lanjut untuk meningkatkan atau memperbaiki bagaimana caranya untuk melakukan diet rendah garam untuk mengurangi terjadinya penyakit hipertensi.

1.4.2. Manfaat Praktis

1.4.2.1 Untuk Rumah Sakit Panti Rapih

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan cara membuat leaflet yang akan dijadikan bahan informasi untuk pasien yang datang ke rumah sakit dan diharapkan dapat memberikan informasi kepada kelompok lansia di Poliklinik Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta untuk memudahkan informasi komunikasi.

1.4.2.2 Untuk Pasien

Hasil penelitian ini dilakukan oleh peneliti diharapkan pasien bisa mengikuti dan membiasakan untuk tetap mengatur kepatuhan diet pada pasien usia lanjut.

1.4.2.3 Untuk Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dilakukan oleh peneliti diharapkan peneliti selanjutnya bisa memahami bagaimana cara mengatur kepatuhan diet pada kelompok lansia.

1.4.3 Manfaat Untuk Peneliti

Hasil dari studi ini diharapkan dapat menyusun permasalahan yang berfungsi sebagai panduan dan memberikan wawasan kepada kelompok usia lanjut mengenai pentingnya memahami kepatuhan terhadap diet yang berisiko, guna mencegah hipertensi yang bisa memicu penyakit gastritis