

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu dari banyak penyakit tidak menular yang masih menjadi masalah kesehatan, karena keberadaannya sangat berbahaya dan dapat mematikan (*silent killer*). Hipertensi merupakan penyebab utama penyakit kardiovaskular dan kematian di seluruh dunia terutama di Negara-negara berpendapatan rendah dan menengah (WHO, 2019). Hipertensi dikategorikan sebagai penyakit *silent killer* karena kebanyakan penderita tidak menyadari bahwa dirinya menderita hipertensi sebelum melakukan pengukuran tekanan darah. Hipertensi adalah tekanan darah sistolik yang sama dengan atau di atas 140 mmHg dan tekanan darah diastolik sama dengan atau di atas 90 mmHg (Riskesdas, 2018).

Data *World Health Organization* (WHO) Tahun 2019 menunjukkan hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi salah satu penyebab utama kematian prematur di dunia. Organisasi kesehatan dunia WHO mengestimasi saat ini prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk dunia. Penderita Hipertensi yang melakukan upaya pengendalian terhadap tekanan darah yang dimiliki hanya kurang dari seperlima. Prevalensi hipertensi tertinggi di Afrika mencapai (27%) sedangkan prevalensi hipertensi terendah di Amerika sebesar 18% (WHO, 2019).

Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang (34,11%), sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi

sebesar 427.218 kematian. Hipertensi terjadi pada kelompok umur 31- 44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%). Angka prevalensi hipertensi pada penduduk usia > 18 tahun di Indonesia adalah 34,1%. Prevalensi tersebut diperoleh dengan melakukan pengukuran tekanan darah yaitu apabila tekanan darah >140/90 mmHg. Angka prevalensi ini lebih tinggi dari tahun 2013 yaitu sebesar 25,8% (Riskesdas, 2018).

Profil kesehatan Provinsi Jawa Barat Tahun 2019 mencatat prevalensi hipertensi di Jawa Barat tahun 2019 sebesar 41,6%, sedangkan hasil Riskesdas 2018 sebesar 39,6% mengalami peningkatan dibandingkan hasil riskesdas 2013 yaitu sebesar 29,4%. Penyakit hipertensi pada tahun 2020 di Kota Cirebon menempati urutan kedua dengan jumlah kasus 26.574 orang (28,9%). Sedangkan penyakit hipertensi di Kabupaten Cirebon tahun 2020 sebanyak 644.577 orang dan jumlah penderita hipertensi yang mendapat pelayanan kesehatan sebanyak 27,1 % dari jumlah penderita seluruhnya (Dinas Kesehatan Kota Cirebon, 2021).

Pengaruh asupan natrium terhadap timbulnya hipertensi terjadi melalui peningkatan volume plasma darah, curah jantung, dan tekanan darah. Konsumsi natrium yang berlebih menyebabkan konsentrasi natrium di dalam cairan ekstraseluler meningkat. Untuk menormalkannya, cairan intraseluler ditarik keluar sehingga cairan ekstraseluler meningkat. Meningkatnya cairan ekstraseluler cairan tersebut meningkatkan volume darah.

Asupan natrium hendaknya dibatasi <100 mmol atau 2 g per hari setara dengan 5 g (satu sendok teh kecil) garam dapur. Cara ini berhasil

menurunkan tekanan darah sistolik 3.7 mmHg dan tekanan darah diastolik 2 mmHg. Untuk pasien hipertensi asupan natrium dibatasi lebih rendah lagi menjadi 1.5 g per hari (P2PTM Kemenkes RI,2018).

Beberapa penelitian mengungkapkan, penerapan diet rendah garam baik pengganti garam mampu menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi didaerah pedesaan dengan cara pemberian yaitu mengganti garam normal dengan pengganti garam atau garam rendah natrium yang terdiri 65% natrium klorida, 25% kalium klorida dan 10% magnesium sulfat kedalam makanan maupun pengawetan. Diet rendah garam bisa diterapkan pada pasien hipertensi untuk menurunkan tekanan darah baik sistolik maupun diastolik (Patricia, 2021).

Diambil dari data 10 besar penyakit Rumah Sakit Ciremai Cirebon, rumah sakit ciremai merupakan rumah sakit yang mempunyai pasien hipertensi di urutan ke-10 dengan jumlah 37 pasien periode bulan Desember tahun 2023. Berdasarkan hasil uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai asuhan gizi terstandar pada pasien hipertensi dengan asupan natrium di ruang rawat inap Rumah Sakit Ciremai Cirebon.

B. Rumusan Masalah

Penyakit hipertensi merupakan penyakit yang sangat berbahaya dan dapat mematikan (*silent killer*). Hipertensi dikategorikan sebagai penyakit *silent killer* karena kebanyakan penderita tidak menyadari bahwa dirinya menderita hipertensi sebelum melakukan pengukuran tekanan darah. Salah satu upaya untuk mencegah hipertensi yaitu mengendalikan konsumsi garam

atau asupan natrium yang berlebih, pengaturan makanan juga menjadi upaya untuk penyembuhan penyakit hipertensi ini disamping obat-obatan. Pemberian asuhan gizi, pemberian natrium, serta pemberian makanan yang cukup dan nilai gizinya terpenuhi di Rumah Sakit dapat menurunkan tekanan darah. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka dapat dirumuskan masalah pada penelitian ini “Bagaimana asuhan gizi terstandar pada pasien hipertensi dengan asupan natrium di ruang rawat inap Rumah Sakit Ciremai Cirebon? “.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui asuhan gizi terstandar pada pasien hipertensi terhadap asupan natrium di ruang rawat inap Rumah Sakit Ciremai Cirebon.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran umum Rumah Sakit Ciremai Cirebon.
- b. Mengetahui karakteristik responden penyakit hipertensi.
- c. Mengetahui penatalaksanaan asuhan gizi terstandar yang akan diberikan kepada responden penyakit hipertensi.
- d. Mengetahui asupan natrium pada pasien hipertensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Rumah Sakit

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dan informasi bagi Rumah Sakit Ciremai Cirebon dalam proses asuhan gizi bagi penderita penyakit hipertensi.

2. Manfaat Bagi Program Studi D III Gizi Cirebon

Hasil dari penelitian ini diharapkan agar dapat menambah wawasan, pemahaman, dan dapat dijadikan bahan referensi untuk program studi D III Gizi Cirebon mengenai proses asuhan gizi penyakit hipertensi pada pasien rawat inap di Rumah Sakit.

3. Manfaat Bagi Responden

Hasil dari penelitian ini diharapkan sebagai bahan pertimbangan dan masukan yang bermanfaat dalam proses penyembuhan.

4. Manfaat bagi peneliti

Hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat untuk peneliti sebagai menambah wawasan, pemahaman, dan untuk menambah referensi atau wacana untuk mengembangkan ilmu pengetahuan tentang mengenai proses asuhan gizi penyakit hipertensi pada pasien rawat inap di Rumah Sakit.