**BAB I**

**PENDAHULUAN**

1. **Latar Belakang**

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang banyak dialami oleh masyarakat di Indonesia. Prevalensi hipertensi pada penduduk umur >18 tahun mengalami peningkatan dari 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,1% di tahun 2018 (Riskesdas, 2018). Menurut Profil Kesehatan Indonesia tahun 2017, prevalensi penduduk dengan tekanan darah tinggi secara nasional sebesar 30,9%. Prevalensi tekanan darah tinggi pada perempuan (32,9%) lebih tinggi dibanding dengan laki-laki (28,7%). Prevalensi di perkotaan sedikit lebih tinggi (31,7%) dibandingkan dengan perdesaan (30,2%). Prevalensi ini akan semakin meningkat dengan bertambahnya usia karena penurunan fungsi fisiologis akibat proses degeneratif (penuaan). Pada lansia berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2013, prevalensi penyakit hipertensi sebesar 57,6%.

Di Kota Malang penyakit hipertensi menjadi urutan kedua dari daftar sepuluh besar penyakit di Kota Malang tahun 2015-2017. Data Profil Kesehatan Kota Malang 2017 menunjukkan bahwa dari 404.328 orang yang dilakukan pengukuran tekanan darah di pelayanan kesehatan, didapatkan 14,66% atau 59.283 orang dikategorikan dalam hipertensi/ tekanan darah tinggi. Berdasarkan laporan rumah sakit melalui Sistem Informasi Rumah Sakit (SIRS) tahun 2010, 10 peringkat terbesar penyakit rawat jalan pada kelompok usia 45-64 tahun dan >65 tahun yang paling tingggi adalah hipertensi esensial (Pusdatin, 2013).

Berdasarkan hasil penelitian Syahrini, dkk (2012) menyatakan bahwa faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian hipertensi adalah umur, obesitas, kebiasaan konsumsi garam, dan kebiasaan konsumsi makanan berlemak. Faktor risiko tersebut berkaitan dengan gaya hidup tidak sehat yang dapat dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan gizi. Menurut Soraya (2017) dan Agrina (2011) menyatakan bahwa pengetahuan gizi secara tidak langsung mempengaruhi status gizi dan kepatuhan diet yang menjadi landasan dalam menentukan konsumsi makanan. Penderita yang memiliki pengetahuan yang baik akan patuh menjalankan diet hipertensi, sehingga dapat menghindari pemilihan konsumsi makanan yang dapat menyebabkan tekanan darah tinggi atau hipertensi seperti kandungan lemak dan natrium yang tinggi.

Salah satu upaya untuk menangani hipertensi adalah dengan pemberian informasi tentang penyakit dan penatalaksanaan diet hipertensi melalui konseling gizi. Konseling gizi bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan pasien hipertensi dan perubahan pola hidup ke arah yang lebih sehat. Menurut Suwarni (2009) menyatakan bahwa dalam mendukung kegiatan konseling biasanya dibantu dengan pemberian media misalnya leaflet. Konseling gizi yang disertai dengan pemberian leaflet berpengaruh signifikan terhadap asupan zat gizi dan penurunan tekanan darah dibandingkan dengan sampel yang hanya diberikan leaflet saja.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh konseling gizi terhadap tingkat pengetahuan, tingkat konsumsi (energi, protein, dan lemak) dan asupan(kalium dan natrium) pada pasien hipertensi di Puskesmas Cisadea Malang.

1. **Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian pada latar belakang, maka dapat dirumuskan masalah pada penelitian ini adalah : Apakah pemberian konseling gizi dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan, tingkat konsumsi (energi, protein, dan lemak) dan asupan (kalium dan natrium) pada pasien hipertensi di Puskesmas Cisadea Malang?

1. **Tujuan Penelitian**
2. **Tujuan umum**

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konseling gizi terhadap tingkat pengetahuan, tingkat konsumsi (energi, protein, dan lemak) dan asupan (kalium dan natrium) pada pasien hipertensi di Puskesmas Cisadea Malang.

1. **Tujuan Khusus**
2. Menganalisis pengaruh konseling gizi terhadap tingkat pengetahuan pada pasien hipertensi di Puskesmas Cisadea Malang.
3. Menganalisis pengaruh konseling gizi terhadap tingkat konsumsi energi pada pasien hipertensi di Puskesmas Cisadea Malang.
4. Menganalisis pengaruh konseling gizi terhadap tingkat konsumsi protein pada pasien hipertensi di Puskesmas Cisadea Malang.
5. Menganalisis pengaruh konseling gizi terhadap tingkat konsumsi lemak pada pasien hipertensi di Puskesmas Cisadea Malang.
6. Menganalisis pengaruh konseling gizi terhadap asupankalium pada pasien hipertensi di Puskesmas Cisadea Malang.
7. Menganalisis pengaruh konseling gizi terhadap asupan natrium pada pasien hipertensi di Puskesmas Cisadea Malang.
8. **Manfaat Penelitian**
9. **Manfaat Teoritis**

Bagi peneliti, memberikan informasi tentang pentingnya konseling gizi untuk meningkatkan pengetahuan gizi dan merubah perilaku makan pasien hipertensi.

1. **Manfaat Praktis**

Bagi pihak puskesmas dan masyarakat, setelah penelitian ini dilakukan diharapkan dapat memberikan informasi tentang pentingnya konseling gizi dan rutinitas atau frekuensi pemberian konseling dalam merubah perilaku hidup sehat terutama kepatuhan diet pasien hipertensi sesuai dengan penatalaksanaan diet hipertensi.

1. **Kerangka Konsep**

Dapat Diubah

Faktor Risiko

Tidak Dapat Diubah

Pola Makan

Usia

Genetik

Riwayat Keluarga

Jenis Kelamin

Aktivitas fisik

**Hipertensi**

Penatalaksanaan

Medis

Konseling Gizi

Terapi Diet

Pengetahuan

Aktivitas Fisik

Tingkat Konsumsi dan Asupan

Energi

Protein

Lemak

Kalium

Natrium

Tekanan Darah

**Gambar 1. Kerangka Konsep Penelitian tentang Konseling Gizi Terhadap**

**Pengetahuan, Tingkat Konsumsi, dan Asupan**

Keterangan :

= variabel yang diteliti

= variabel yang tidak diteliti

1. **Hipotesis Penelitian**
2. Ada pengaruh konseling gizi terhadap tingkat pengetahuan pada pasien hipertensi di Puskesmas Cisadea Malang.
3. Ada pengaruh konseling gizi terhadap tingkat konsumsi energi pada pasien hipertensi di Puskesmas Cisadea Malang.
4. Ada pengaruh konselinggizi terhadap tingkat konsumsi protein pada pasien hipertensi di Puskesmas Cisadea Malang.
5. Ada pengaruh konselinggizi terhadap tingkat konsumsi lemak pada pasien hipertensi di Puskesmas Cisadea Malang.
6. Ada pengaruh konselinggizi terhadap asupan kalium pada pasien hipertensi di Puskesmas Cisadea Malang.
7. Ada pengaruh konseling gizi terhadap asupan natrium pada pasien hipertensi di Puskesmas Cisadea Malang.