

Jawa Timur, sebesar 13,47% atau sekitar 935.736 penduduk, dengan proporsi laki-laki sebesar 13,7% (387.913 penduduk) dan perempuan sebesar 13.25% (547.823 penduduk). Sedangkan data dari Dinas Kesehatan (Dinkes) Kabupaten Mojokerto pada tahun 2016 melalui pengukuran tekanan darah penduduk ≥ 18 tahun menurut jenis kelamin, Kecamatan dan Puskesmas Kabupaten Mojokerto didapatkan total jumlah penduduk yang menderita hipertensi sebanyak 34.958 jiwa dari 783.157 jumlah penduduk ≥ 18 tahun Kabupaten Mojokerto. Sedangkan Trawas mencapai angka yang tinggi yaitu 2.043 jiwa dari 22.226 jumlah penduduk ≥ 18 tahun Kecamatan Trawas (Dinkes Mojokerto, 2016).

Menurut penelitian lain yang dilakukan oleh Kristiana Puji Purwandari, dkk. (2018), hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang patuh terhadap dietnya memiliki tekanan darah normal sebanyak 24 responden (40%), sedangkan responden yang tidak patuh terhadap diet dan memiliki tekanan darah tinggi sebanyak 22 responden (36,7%). Hal ini bermakna bahwa tingkat kepatuhan diet memiliki makna yang signifikan dan positif terhadap tekanan darah responden pada pasien hipertensi. Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada tanggal 12 Desember 2018 di Desa Penanggungan Kecamatan Trawas Kabupaten Mojokerto. Didapatkan data dari Puskesmas Trawas dan perawat Desa Penanggungan bahwa Desa Penanggungan penderita hipertensi semakin meningkat setiap tahunnya. Pada tahun 2018 Desa Penanggungan yang terdiri dari 4 dusun didapatkan data penderita hipertensi sebanyak 182 pasien yang menderita hipertensi. Hasil wawancara pada penderita hipertensi sebanyak 10 orang, diperoleh data 7 orang (70%) tidak patuh dalam diet hipertensi dengan 3 orang menjawab makanan ikan

asin adalah makanan kesukaannya, 3 orang menjawab tidak suka makan sayuran dan 1 orang menjawab tidak suka sayuran dan suka makan ikan asin dan 3 orang (30%) patuh dalam diet hipertensi dengan 3 orang menjawab suka makan sayuran dan tidak suka makanan yang terlalu asin.

Darah diangkut dari jantung menuju seluruh organ tubuh melalui pembuluh darah. Setiap waktu jantung berdenyut adalah untuk memompa darah menuju pembuluh darah. Tekanan darah dibentuk oleh tekanan dari tekanan darah yang mendorong melawan dinding arteri yang dipompa oleh jantung. Salah satu penyebab tekanan darah meningkat adalah ketidakpatuhan dalam menjalankan diet. Berhubungan dengan pola makan, dengan pola makan yang tinggi garam dapat mempengaruhi peningkatan tekanan darah karena ada kandungan NaCl pada garam. Dengan makan-makanan yang berkolesterol, lemak yang ada dapat menyebabkan penempelan pada pembuluh darah yang dapat menyebabkan plak pada pembuluh darah atau aterosklerosis sehingga menyebabkan peningkatan pada tekanan darah. Makan-makanan yang rendah serat juga dapat meningkatkan tekanan darah karena dapat menghambat proses metabolisme dalam tubuh dan menjadikan kelebihan lemak, lemak jenuh dan kolesterol. Dan dengan makan-makanan yang tinggi kalori dapat meningkatkan berat badan sehingga dapat menyebabkan tekanan darah meningkat dan semua itu yang menyebabkan angka kejadian hipertensi semakin meningkat. Sehingga diet pada penderita hipertensi yaitu dengan diet hipertensi yang terdiri dari diet rendah garam, diet rendah kolesterol, diet tinggi serat dan diet rendah kalori / diet kegemukan.

Untuk penanganan hipertensi secara non farmakologi yaitu dengan diet hipertensi. Dengan adanya kepatuhan diet maka dapat menyebabkan penurunan tekanan darah dan mempertahankannya menuju normal. Disamping itu, diet juga ditujukan untuk menurunkan faktor resiko lain seperti berat badan yang berlebih, tingginya kadar lemak kolesterol dan asam urat dalam darah. Mengatur menu makanan sangat dianjurkan bagi penderita hipertensi untuk menghindari dan membatasi makanan yang dapat meningkatkan kadar kolesterol darah serta meningkatkan tekanan darah (Musayarah, 2011). Dengan melakukan kepatuhan diet yang teratur dapat menormalkan hipertensi, yaitu dengan mengurangi makanan dengan tinggi garam, makanan yang berlemak, mengkonsumsi makanan yang tinggi serat dan melakukan aktivitas olahraga (Nurul Yazid, 2015). Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk meneliti lebih dalam terkait hubungan kepatuhan diet dengan tekanan darah pada penderita hipertensi di Desa Penanggungan Kecamatan Trawas Kabupaten Mojokerto.

1.2 Rumusan Masalah

Adapun Rumusan Masalah pada penelitian ini adalah: “Adakah Hubungan Kepatuhan Diet dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Desa Penanggungan Kecamatan Trawas Kabupaten Mojokerto?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui Hubungan Kepatuhan Diet dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Desa Penanggungan Kecamatan Trawas Kabupaten Mojokerto.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi kepatuhan diet pada penderita hipertensi di Desa Penanggungan Kecamatan Trawas Kabupaten Mojokerto.
2. Mengidentifikasi tekanan darah pada penderita hipertensi Desa Penanggungan Kecamatan Trawas Kabupaten Mojokerto.
3. Menganalisa hubungan kepatuhan diet dengan tekanan darah pada penderita hipertensi Desa Penanggungan Kecamatan Trawas Kabupaten Mojokerto.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Responden

Sebagai bahan masukan supaya dapat mengetahui dengan baik tentang diet bagi penderita hipertensi dalam mencegah komplikasi pada penderita hipertensi.

1.4.2 Bagi Tempat Penelitian

Sebagai masukan bagi masyarakat khususnya pada penderita hipertensi dalam menjalankan diet hipertensi.

1.4.3 Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan kepustakaan dan pengetahuan yang berguna bagi mahasiswa, khususnya pada mahasiswa Program S1 Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Sehat PPNI Mojokerto.

1.4.4 Bagi Peneliti

Untuk menambah pengalaman dan pengetahuan penelitian sekaligus sebagai media dalam mengemukakan pendapat secara obyektif tentang kepatuhan diet yang mempengaruhi tekanan darah.

1.4.5 Bagi Tenaga Kesehatan

Sebagai upaya peningkatan pelayanan, peningkatan kualitas untuk bahan masukan bagi tenaga kesehatan dalam upaya peningkatan pelayanan kesehatan, dalam kepatuhan diet hipertensi.