

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Seiring berkembangnya zaman perubahan gaya hidup di kalangan masyarakat banyak memicu berbagai penyakit degeneratif. Hal yang menyebabkan terjadi penyakit degeneratif yaitu adanya penurunan fungsi organ tubuh yang dimana sering terjadi pada usia lanjut. Salah satu penyakit degeneratif yang sering terjadi pada lansia adalah hipertensi (Fatihaturahmi *et al.*, 2023). Hipertensi dapat diartikan sebagai peningkatan tekanan darah sistolik sama dengan atau di atas 140 mmHg dan peningkatan tekanan darah diastolik sama dengan atau di atas 90 mmHg (Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia, 2021). Tekanan darah merupakan tekanan yang terjadi saat darah dipompa oleh jantung untuk mengalir dalam pembuluh darah. Pembuluh darah memiliki dinding elastis yang bergerak untuk membantu aliran darah (Jain, 2018). Tekanan darah adalah salah satu penanda kondisi kesehatan yang dapat menunjukkan adanya perubahan, seperti tekanan darah rendah (hipotensi) maupun tekanan darah tinggi (hipertensi) (Melinia, 2022). Melakukan pemeriksaan tekanan darah secara berkala merupakan cara yang paling efektif untuk mendeteksi adanya hipertensi sejak dini.

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2023 hipertensi merupakan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Prevalensi hipertensi diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30 hingga 79 tahun di seluruh dunia, menyebabkan hipertensi. Diperkirakan 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak menyadari bahwa mereka memiliki kondisi ini. Setengah dari orang dewasa yang

menderita hipertensi (42%) telah didiagnosis dan dirawat. Sekitar satu dari lima orang dewasa yang menderita hipertensi (21%) dapat mengendalikannya. Tujuan global untuk penyakit tidak menular adalah untuk mengurangi prevalensi hipertensi sebesar 33% antara 2010 dan 2030.

Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi penyakit hipertensi pada penduduk Indonesia yang berusia 18 tahun ke atas yaitu 30,6% dan prevalensi hipertensi pada penduduk di Provinsi Sumatera Utara pada tahun 2023 yaitu sebesar 24,4% (Kemenkes RI, 2023). Menurut Profil Kesehatan Kota Medan tahun 2023 prevalensi hipertensi pada penduduk di Kota mencapai 18,6% dan terdapat sebanyak 8.323 jiwa penderita hipertensi yang berusia di atas 15 tahun di Kecamatan Medan Maimun (Dinas Kesehatan Kota Medan, 2023). Prevalensi hipertensi secara global dan di Kota Medan mengalami peningkatan, sedangkan di Indonesia dan Sumatera Utara mengalami penurunan. Menurut WHO tahun 2015, kasus hipertensi mencapai 1,13 miliar dan di Kota Medan tahun 2022 tercatat 18,3%. Sementara itu, prevalensi di Indonesia menurun dari 34,1% (Kemenkes, 2018), dan di Sumatera Utara dari 52,24% pada tahun 2022.

Tingginya prevalensi di Indonesia perlu menjadi perhatian karena hipertensi merupakan penyakit kardiovaskular dan salah satu pintu masuk atau faktor risiko penyakit seperti jantung, gagal ginjal, diabetes dan stroke (Wagiyanti *et al.*, 2024). Menurut Lamangida *et al.*, (2025) ada beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya hipertensi yaitu, faktor risiko yang tidak dapat diubah yang meliputi usia, jenis kelamin dan genetik. Faktor risiko yang dapat diubah yaitu kepatuhan

penderita dalam konsumsi obat antihipertensi dan memperbaiki pola makan seperti meningkatkan asupan kalium agar tekanan darah tetap terjaga.

Kontrol tekanan darah adalah kegiatan yang harus dilakukan oleh pasien penderita hipertensi. Pada lansia penderita hipertensi, pengendalian tekanan darah dipengaruhi oleh berbagai faktor yang menentukan apakah tekanan darah dapat terkontrol atau tidak terkontrol. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tekanan darah terkontrol pada lansia penderita hipertensi yaitu kepatuhan dalam mengkonsumsi obat antihipertensi. Menurut Anwar *et al.*, (2024) kepatuhan dalam minum obat mempengaruhi seseorang dalam upaya pengendalian penyakit hipertensi. Semakin patuh seorang pasien dalam minum obat, maka semakin terkontrol juga tekanan darah pasien. Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 prevalensi tingkat kepatuhan minum obat masyarakat Indonesia terdapat 46,7% penderita hipertensi yang teratur minum obat anti hipertensi, 36,4% tidak teratur minum obat anti hipertensi dan 16,9% tidak minum obat anti hipertensi (Kemenkes RI, 2023). Kepatuhan penderita hipertensi dalam pengobatan sangat penting untuk meningkatkan kualitas hidup dan mencegah komplikasi. Namun, ketidakpatuhan dapat disebabkan oleh pengalaman pasien terhadap efek samping, kenyamanan obat, persepsi terhadap kemanjuran obat, dan faktor ekonomi (Toh *et al.*, 2021).

Selain tingkat kepatuhan minum obat adapun faktor lain yang dapat mempengaruhi tekanan darah pada penderita hipertensi yaitu asupan kalium. Kalium merupakan senyawa yang masuk dalam golongan mineral dan kalium mampu menurunkan risiko kejadian hipertensi. Responden yang kurang dalam

mengonsumsi kalium akan lebih berisiko untuk memiliki tekanan darah yang tidak terkontrol dibandingkan dengan responden yang mengonsumsi kalium yang cukup (Purnomo *et al.*, 2023). Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) tahun 2019 pemberian kalium pada usia 60 - 69 tahun yaitu 4700 mg. Mekanisme kalium dalam menurunkan tekanan darah ialah terjadinya pelebaran pembuluh darah (vasodilatasi) sehingga ruang dalamnya lebih besar dan darah dapat mengalir lebih lancar karena tidak adanya hambatan atau tekanan yang besar hal ini disebut penurunan resistensi aliran darah. Ketika resistensi aliran darah menurun tekanan terhadap dinding pembuluh darah juga ikut menurun sehingga tekanan darah juga menurun (Yemima, 2024). Kalium juga dapat mengurangi sensitivitas tubuh terhadap natrium. Natrium yang berlebih menyebabkan retensi cairan sehingga dapat meningkatkan volume darah dan tekanan darah naik. Dengan membuang natrium kalium dapat membantu menurunkan volume darah sehingga tekanan darah juga menurun (Brutu, 2021).

Faktor lain yang berkontribusi terhadap tidak terkontrolnya tekanan darah pada penderita hipertensi yaitu kepatuhan pengobatan yang buruk, kurangnya olahraga, asupan garam yang berlebih, obesitas, konsumsi alkohol, dan adanya penyakit penyerta. Pasien dengan tekanan darah yang tidak terkontrol memiliki risiko lebih tinggi mengalami gagal jantung dan kematian akibat komplikasi kardiovaskular hipertensi. Komplikasi jangka panjang seperti infark miokard, stroke dan penyakit ginjal juga meningkat secara signifikan (Solomon *et al.*, 2023).

Berdasarkan hasil observasi di Puskesmas Kampung Baru Maret 2024 diketahui bahwa terdapat 576 lansia yang menderita hipertensi dari total 1080 lansia

yang berusia 60-69 tahun di Puskesmas Kampung Baru. Sehingga prevalensi lansia yang menderita hipertensi di Puskesmas Kampung Baru mencapai 53%. Berdasarkan hasil wawancara menggunakan kuesioner MMAS didapatkan hasil bahwa 7 dari 10 atau sekitar 70% lansia penderita hipertensi belum memiliki kepatuhan terhadap konsumsi obat antihipertensi. Dan untuk mengukur asupan kalium peneliti menggunakan formulir SQ-FFQ dan setelah diobservasi 8 dari 10 atau sekitar 80% lansia masih kurang dalam mengkonsumsi kalium per harinya. Berdasarkan hal tersebut, maka perlu dilakukan penelitian dengan judul **“Hubungan Tingkat Kepatuhan Minum Obat dan Asupan Kalium Dengan Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Baru Kota Medan”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, terdapat masalah masalah yang berkaitan dengan penelitian ini. Masalah tersebut diidentifikasi sebagai berikut:

1. Tingginya kejadian hipertensi pada lansia
2. Tingginya ketidakpatuhan minum obat antihipertensi pada lansia penderita hipertensi.
3. Rendahnya asupan kalium pada lansia penderita hipertensi.
4. Tingginya proporsi lansia penderita hipertensi yang memiliki tekanan darah tidak terkontrol.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah-masalah di atas, permasalahan yang ada cukup luas, sehingga diperlukan adanya pembatasan

masalah yang akan digunakan untuk penelitian, maka penelitian ini akan dibatasi pada ruang lingkup yang meliputi :

1. Tingkat kepatuhan minum obat yang dibatasi pada kepatuhan rendah, kepatuhan sedang, dan kepatuhan tinggi.
2. Asupan kalium lansia dibatasi pada asupan kalium kurang dan asupan kalium cukup.
3. Tekanan darah dibatasi pada tekanan darah tidak terkontrol dan tekanan darah terkontrol.
4. Subjek dibatasi pada lansia usia 60-69 tahun dan menderita hipertensi.
5. Subjek dibatasi pada lansia yang menerima resep obat dari dokter atau pelayanan kesehatan.

1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagaimana karakteristik pada responden lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Baru?
2. Bagaimana tingkat kepatuhan minum obat pada lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Baru?
3. Bagaimana asupan kalium pada lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Baru?
4. Bagaimana tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Baru?

5. Bagaimana hubungan tingkat kepatuhan minum obat dengan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Baru?
6. Bagaimana hubungan asupan kalium dengan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Baru?
7. Bagaimana hubungan tingkat kepatuhan minum obat dan asupan kalium dengan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Baru?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dijelaskan di atas, tujuan penelitian ini untuk mengetahui :

1. Karakteristik pada responden lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Baru.
2. Tingkat kepatuhan minum obat pada lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Baru.
3. Asupan kalium pada lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Baru.
4. Tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Baru.
5. Hubungan tingkat kepatuhan minum obat dengan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Baru.
6. Hubungan asupan kalium dengan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Baru.

7. Hubungan tingkat kepatuhan minum obat dan asupan kalium dengan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Baru.

1.6 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi yang bermanfaat, serta berperan dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terkhususnya lansia yang menderita hipertensi mengenai pentingnya konsumsi obat antihipertensi dan asupan kalium yang cukup di wilayah kerja Puskesmas Kampung Baru, Kota Medan. Selain itu, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pemikiran yang substansial, terutama dalam bidang pengembangan ilmu gizi, sehingga dapat mendorong upaya yang lebih efektif dalam meningkatkan kesehatan masyarakat secara menyeluruh dan berkelanjutan.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan pengetahuan dan informasi yang berharga bagi lansia penderita hipertensi mengenai pentingnya penerapan konsumsi obat antihipertensi secara teratur serta mengkonsumsi makanan tinggi kalium untuk mencegah peningkatan tekanan darah.