

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi yang biasa disebut sebagai silent killer atau penyakit berbahaya yang tidak terlihat karena pada awalnya tidak ada tanda gejala apapun sampai terjadi krisis medis yang parah seperti serangan jantung, stroke, atau penyakit ginjal kronis (Rachmawati dkk., 2023). Hipertensi yang tidak terkontrol berdampak lebih tinggi kerusakan ginjal hingga mencapai tahap akhir (Mulyana dkk., 2020).

Faktor Penyebab Hipertensi terbagi menjadi 2 jenis yaitu hipertensi primer dan hipertensi sekunder (Dila, 2023). Faktor yang mempengaruhi kejadian hipertensi meliputi jenis kelamin, usia, aktivitas fisik, dan obesitas (Khasanah, 2021). Konsumsi natrium/garam yang berlebihan juga dapat menjadi faktor risiko hipertensi (Firman, 2024). Faktor risiko hipertensi bisa dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti, genetik, stress, kurang aktif secara fisik, merokok, konsumsi alkohol dan kopi. Hipertensi bisa dikendalikan melalui pola makan dan gaya hidup sehat, tidak mengonsumsi rokok dan alkohol, serta mengurangi konsumsi garam dan lemak (Riyada dkk., 2024). Salah satu penyebab hipertensi juga masih banyak yaitu pola makan yang tidak teratur serta banyak yang suka mengonsumsi makanan cepat saji (Sari, 2022).

Prevalensi hipertensi di seluruh dunia terdata sekitar 1,4 miliar orang dewasa dari usia 30 tahun hingga 79 tahun menderita kasus hipertensi pada tahun 2024, mewakili 33% dari populasi dalam rentan usia tersebut. Angka prevalensi yang tinggi ini didominasi oleh negara berpendapatan rendah dan

menengah, tempat tinggal bagi dua pertiga dari seluruh pengidap hipertensi (WHO, 2025). Terdapat hampir 506 juta orang (44,2%) orang tanpa pengendalian tekanan darah yang tinggal di negara-negara berpenghasilan menengah ke atas, diikuti oleh 443,8 juta (38,7%) di negara-negara berpenghasilan menengah ke bawah, 134,1 juta (11,7%) di negara-negara berpenghasilan tinggi dan 61,5 juta (5,4%) di negara-negara berpenghasilan rendah dibandingkan dengan 28,3% di negara-negara berpenghasilan tinggi (Mishra *et al.*, 2025).

Hasil Survei Kesehatan Indonesia (2023) menyatakan penduduk di Indonesia yang menderita hipertensi adalah 29,2%. Prevalensi tertinggi adalah Provinsi Kalimantan Tengah memiliki angka yaitu 38,7%. Prevalensi hipertensi di Indonesia menunjukkan pada jenis kelamin laki-laki lebih kecil (26,9%) dibandingkan dengan jenis kelamin perempuan sebesar (34,7%). Prevalensi tekanan darah di perkotaan lebih tinggi (31,3%) dibandingkan dengan prevalensi tekanan darah perdesaan yaitu sebesar (30,1%). Sedangkan untuk Provinsi Bengkulu, berdasarkan data SKI, memiliki angka prevalensi hipertensi yaitu 23,5% (SKI, 2023).

Data dinas kesehatan provinsi Bengkulu pada tahun 2024 bahwa penderita hipertensi ini umumnya lebih dari 15 tahun yakni berjumlah 9.515 jiwa, maka dari jumlah tersebut pelayanan kesehatan sesuai standar ini mencapai 6.337 (66,6%) maka dapat dimaknai bahwa pelayanan ini meningkat sebesar 19,8% jika dilihat dari tahun 2023 dimana jumlah pelayanan penderita hipertensi ini hanya sebesar 20,1% (Dinkes, 2024). Berdasarkan data Dinas

Kesehatan Kota Bengkulu pada tahun 2024, jumlah penderita hipertensi tertinggi tercatat di Puskesmas Sukamerindu, disusul Puskesmas Kandang pada urutan kedua, dan Puskesmas Sawah Lebar pada urutan ketiga.

Dampak hipertensi yang paling sering terjadi adalah gagal ginjal dan gagal jantung (Kusuma dan Ariwibowo, 2025). Hipertensi jika tidak diatasi dapat menyebabkan kerusakan pada pembuluh darah arteri dan berbagai organ tubuh, termasuk jantung, otak, ginjal, serta mata. Kondisi ini dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit jantung, stroke, kerusakan ginjal, retinopati, hingga kebutaan (Falo dkk., 2023). Dampak fisik pada hipertensi dapat terlihat dari terjadinya penyempitan pembuluh darah koroner, serangan jantung, pembesaran ventrikel kiri, dan gangguan fungsi jantung. Selain itu, hipertensi juga dapat memicu gangguan pada pembuluh darah otak serta pengerasan pembuluh darah koroner, sehingga menjadi salah satu faktor penting yang berkontribusi terhadap kematian (Prastika dan Siyam, 2021).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kondisi kesehatan pasien hipertensi adalah melalui pemberian asuhan gizi terstandar. Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT) merupakan pendekatan sistematis dalam penyelenggaraan pelayanan gizi yang berkualitas melalui serangkaian kegiatan yang terstruktur, mulai dari mengidentifikasi kebutuhan gizi hingga memberikan pelayanan yang sesuai. Pelaksanaan PAGT bertujuan untuk memenuhi kebutuhan gizi pasien secara optimal sesuai dengan kondisi dan kebutuhannya (Kementrian Kesehatan RI, 2020). Tujuan pemberian diet yaitu

untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi (PERSAGI dan ASDI, 2024).

Berdasarkan survei awal yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu, data dari Dinas Kesehatan Kota Bengkulu menunjukkan bahwa pada tahun 2024 terdapat 580 orang (36,03%) yang didiagnosis hipertensi. Puskesmas Sawah Lebar menempati urutan ketiga dengan jumlah penderita hipertensi tertinggi setelah Puskesmas Sukamerindu dan Puskesmas Kandang. Dalam penelitian ini, subjek yang dipilih adalah seorang lansia yang mengalami riwayat hipertensi. Berdasarkan hasil wawancara dan pengukuran antropometri pada awal pengamatan, diperoleh data Tn. AB, dengan tekanan darah 180/90 mmHg, memiliki berat badan 57 kg dan tinggi badan 162 cm. Melalui pengamatan, selanjutnya akan dianalisis secara mendalam untuk mengevaluasi kondisi gizi, pola konsumsi, serta faktor-faktor lain yang mungkin berpengaruh terhadap kondisi hipertensi.

Berdasarkan uraian data dan informasi di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Proses Asuhan Gizi Terstandar Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025”, dengan tujuan agar penelitian ini dapat memberikan gambaran nyata mengenai pelaksanaan proses asuhan gizi serta menjadi bahan pertimbangan dalam meningkatkan kualitas pelayanan gizi bagi penderitanya hipertensi.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana proses asuhan gizi terstandar (PAGT) pada pasien hipertensi di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Memberikan proses asuhan gizi terstandar (PAGT) pada pasien hipertensi di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu

2. Tujuan Khusus

Tujuan Khusus pada penelitian ini adalah :

1. Melakukan assesment gizi yang meliputi pengkajian pada data riwayat gizi, antropometri data, biokimia data, fisik klinis dan riwayat klien pada pasien hipertensi di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu tahun 2026
2. Menegakkan diagnosa gizi pada pasien hipertensi di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu tahun 2026
3. Mampu melakukan susunan rancangan intervensi gizi pada pasien Hipertensi di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu tahun 2026
4. Merencanakan monitoring dan evaluasi terhadap intervensi gizi yang diberikan pada pasien hipertensi di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2026
5. Mampu memberikan edukasi gizi dan mengevaluasi tingkat pentahuan pasien melalui kuesioner sebelum dan sesudah edukasi pada pasien hipertensi di Puseskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2026

D. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Bagi Akademik

Penelitian ini menambah wawasan dan pengetahuan di bidang gizi, khususnya mengenai penerapan Nutrition Care Process (NCP) pada pasien

hipertensi, sekaligus menjadi bahan pembelajaran bagi mahasiswa dalam menghubungkan teori dengan praktik di lapangan.

b. Manfaat Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menambah bukti ilmiah mengenai Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT) pada Pasien Hipertensi, sekaligus memberikan informasi yang bermanfaat bagi penelitian selanjutnya di bidang gizi klinik maupun masyarakat.

c. Manfaat Bagi Pasien Hipertensi

Penelitian ini bermanfaat dalam memberikan edukasi dan intervensi gizi yang tepat kepada pasien, sehingga mereka lebih memahami kondisi kesehatannya, mampu menerapkan pola makan yang sesuai, serta menurunkan risiko terjadinya komplikasi hipertensi.

d. Manfaat Bagi Puskesmas

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tambahan mengenai Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT) pada pasien hipertensi di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu, sehingga dapat mendukung peningkatan mutu pelayanan gizi di fasilitas kesehatan.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Hasil	Persamaan Penelitian	Perbedaan Penelitian
1.	Soro <i>et al.</i> , (2019)	Kajian Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT) pada Pasien Hipertensi di RSUD Ende	Studi Kasus (deskriptif kualitatif)	Hasil penelitian menunjukkan bahwa PAGT di RSUD Ende sudah terlaksana dengan baik, tetapi belum optimal karena tenaga ahli gizi masih kurang dan pengetahuan perawat tentang gizi juga terbatas.	Penelitian berfokus pada penerapan Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT) pada pasien hipertensi.	Waktu, tempat penelitian, pasien.
2.	Cahyani Hia, (2023)	Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pasien Hipertensi di Rumah Sakit Jakarta	Kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional menggunakan pendekatan studi cross sectional	Terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan (p value=0,000) dan dukungan keluarga (p value=0,000) dengan kepatuhan diet pasien hipertensi. Semakin baik pengetahuan dan dukungan keluarga, semakin baik kepatuhan diet.	Keduanya meneliti pasien hipertensi dengan fokus pada faktor yang memengaruhi pengelolaan kondisi, khususnya terkait perilaku diet.	Tempat, waktu, desain penelitian, pasien.
3	Lasty, (2023)	Proses Asuhan Gizi Terstandar pada Pasien Post Stroke dengan Hipertensi dan Epilepsi	Studi Kasus (deskriptif kualitatif)	Proses asuhan gizi terstandar selama 3 hari menunjukkan perbaikan kadar biokimia (natrium, kalium, klorida, albumin), suhu tubuh, dan denyut nadi pasien menuju normal. Namun, tekanan darah masih tinggi, asupan gizi belum terpenuhi optimal,	Penelitian menggunakan proses asuhan gizi terstandar, metode studi kasus deskriptif kualitatif.	Penelitian terdahulu meneliti pasien post-stroke dengan komplikasi dan penelitian ini fokus pada pasien hipertensi di puskesmas.

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Hasil	Persamaan Penelitian	Perbedaan Penelitian
4	Syamsu <i>et al.</i> , (2025)	Asuhan Gizi pada Penderita Hipertensi di Layanan Primer: Literatur Review	Literature Review (2020–2025, 10 artikel)	Mayoritas literatur menunjukkan adanya hubungan signifikan antara asupan gizi (garam, lemak, kalium, magnesium, kalsium, vitamin, protein, serta pola diet DASH) dengan kejadian hipertensi	Penelitian membahas hipertensi di layanan primer dan menekankan pentingnya asuhan gizi dalam mengendalikan tekanan darah.	Penelitian ini menggunakan studi kasus langsung pada pasien hipertensi sedangkan penelitian terdahulu menggunakan tinjauan literatur dari berbagai penelitian.

