

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Obesitas dan hipertensi merupakan dua masalah kesehatan yang saling terkait dan menjadi perhatian utama di Indonesia. Obesitas didefinisikan sebagai akumulasi lemak yang berlebihan hingga dapat membahayakan kesehatan, dan sering kali diukur menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT). Hipertensi, atau tekanan darah tinggi, merupakan kondisi medis yang dapat menyebabkan komplikasi serius seperti penyakit jantung dan stroke. (Marlina, 2024).

Penyebab obesitas dengan Hipertensi disebabkan karena konsumsi makanan tinggi kalori dan makanan yang tinggi natrium tanpa memikirkan batasan natrium perhari. (Rahma & Gusrianti, 2019) orang dengan obesitas cenderung memiliki resiko terkena hipertensi lebih tinggi dibandingkan dengan orang bertubuh normal, orang obesitas akan lebih berdampak pada kadar hormon leptin dalam tubuh. leptin berperan dalam resistensi insulin dengan mengganggu penyerapan glukosa sehingga meningkatkan kadar gula darah. (Badriyah, 2024).

Menurut WHO diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30–79 tahun di dunia menderita hipertensi dengan obesitas (WHO, 2023) sedangkan obesitas dengan hipertensi pada dewasa diindonesia paling banyak adalah kota DKI Jakarta mencapai 60-70% ditahun 2023. (Rumaisyah, 2023). Kemudian prevalensi status gizi obesitas dengan hipertensi di kota pontianak adalah 4,71% dimana hal tersebut lebih tinggi dari angka nasional yaitu 4,0% . (Tania, 2022).

Faktor risiko yang berkaitan pada obesitas dengan hipertensi faktor risiko yang meliputi pola makan yang tidak sehat (konsumsi garam berlebihan, pola makan tinggi lemak jenuh dan lemak trans, asupan buah dan sayur yang rendah), kurangnya aktivitas fisik, konsumsi tembakau dan alkohol, serta kelebihan berat badan atau obesitas. Selain itu, ada faktor risiko lingkungan untuk hipertensi dan penyakit terkait, di mana polusi udara merupakan yang paling signifikan. (WHO, 2023).

Pengobatan untuk obesitas dengan hipertensi adalah dengan diet DASH (*Dietary Approaches to Stop Hypertension*). tidak seperti diet populer untuk menurunkan Berat badan yang belum banyak diuji secara klinis diet DASH yang bertujuan untuk mengurangi tekanan darah tinggi telah lebih banyak diteliti. diet DASH merupakan pola makan yang kaya buah-buahan, sayuran, biji-bijian, kacang-kacangan, ikan, dan susu rendah lemak. makanan ini memiliki tinggi zat gizi penting, seperti kalium, magnesium, kalsium, serat, dan protein. diet DASH dapat menurunkan tekanan darah karena akan mengurangi garam dan gula dalam diet ini. Diet DASH juga menghindari minuman manis, lemak, daging merah, dan daging olahan Yang membedakan antara diet DASH dengan diet Rendah garam ialah diet DASH mengutamakan konsumsi banyak sayur, buah, dan makanan atau produk rendah lemak serta mengurangi konsumsi makanan atau produk lemak jenuh. yang bervariasi tentang penerapan diet DASH yang juga bisa menurunkan berat badan.(Astuti , 2021).

Tatalaksana obesitas dengan hipertensi dilakukan melalui dua cara yaitu terapi obesitas dan terapi hipertensi. serta pengobatan dengan mengurangi berat badan, merubah gaya hidup, serta mengkonsumsi obat resep dari dokter.(Oktavia , 2020) manajemen obesitas dan hipertensi memerlukan pendekatan, dengan intervensi gizi memegang peranan penting. Proses Asuhan Gizi Terstandar (*Nutrition Care Process*) menjadi sangat penting dalam memberikan perawatan yang efektif dan berbasis bukti untuk pasien dengan kondisi ini.(Doddy , 2014).

PAGT pada pasien obesitas dengan hipertensi memerlukan pendekatan, mencakup modifikasi gaya hidup dan terapi menggunakan obat.(Nadhira , 2023) Intervensi gaya hidup meliputi penurunan berat badan, pembatasan asupan garam, peningkatan aktivitas fisik, dan pemberhentian merokok jika pasien merokok pemantauan rutin tekanan darah, profil lipid, dan fungsi ginjal diperlukan untuk mengevaluasi efektivitas terapi dan mencegah komplikasi lebih lanjut. Pendekatan yang

melibatkan dokter, ahli gizi, dan spesialis olahraga dapat meningkatkan keberhasilan tatalaksana pada pasien-pasien ini (Piepoli et al, 2016).

Rumah sakit YARSI telah terakreditasi sebagai rumah sakit kelas C, serta menyediakan lingkungan yang mendukung kolaborasi penelitian pada mahasiswa dan pegabdian masyarakat. (Dwi, 2019). Adapun saya memilih rumah yarsi pontianak karena memiliki beberapa keunggulan bagi mahasiswa dalam kegiatan penelitian, saya melakukan penelitian ini dikarenakan sangat dekat dengan poltekkes sehingga membuat penelitian saya akan lebih mudah.

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimana pelaksanaan Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT) pada pasien Obesitas dengan Hipertensi di Rumah Sakit Umum Yarsi Pontianak.

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui penataaksanaan Proses Asuhan Gizi Terstandar Pada Pasien Obesitas Dengan Hipertensi di Rumah Sakit Umum Yarsi Pontianak

### 2. Tujuan Khusus

- a) Mengetahui gambaran Assesment pengkajian seperti Antropometri, Biokimia, Riwayat Fisik/Klinis, Riwayat Gzi dan Riwayat Personal di Rumah Sakit Umum Yarsi Pontianak.
- b) Mengetahui gambaran Diagnosis Gizi Pada Pasien Obesitas dengan Hipertensi di Rumah Sakit Umum Yarsi Pontianak.
- c) Mengetahui gambaran Intervensi Gizi pada pasien Obesitas Dengan Hipertensi di Rumah Sakit Umum Yarsi Pontianak.
- d) Mengetahui gambaran Monitoring Evaluasi pada pasien Obesitas dengan Hipertensi di Rumah Sakit Umum Yarsi Pontianak.

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

Untuk meningkatkan pengetahuan serta pemahaman dan langsung mempraktekkan ilmu yang telah diperoleh selama kuliah kemudian dapat langsung dilakukan di lapangan.

### 2. Manfaat Praktis

a) Bagi Pasien dan Keluarga Pasien

Diharapkan dapat dijadikan bahan tambahan informasi bagi pasien dan keluarga tentang proses asuhan gizi tentang Obesitas dengan Hipertensi.

b) Bagi Rumah Sakit

Sebagai bahan pertimbangan dalam pemecahan masalah yang meningkatkan penatalaksanaan gizi pada pasien Obesitas dengan Hipertensi.

c) Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat menjadi masukan bagi institusi pendidikan untuk menambah bahan masukan dan literatur bagi perpustakaan, sebagai referensi bagi mata kuliah gizi dan pedoman sebagai acuan penelitian berikutnya tentang Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT) pada pasien Obesitas Hipertensi di rumah sakit umum Yarsi.

d) Bagi Penulis

Untuk meningkatkan kemampuan dan gambaran dalam pembuatan Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT) dan memperbanyak pengalaman dalam memberikan dan menyusun PAGT pada pasien Obesitas Dengan Hipertensi