

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi, adalah salah satu masalah kesehatan yang semakin meningkat prevalensinya di seluruh dunia. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) satu miliar orang di dunia menderita hipertensi, sebagian besar berada di negara berkembang dengan pendapatan cenderung rendah hingga menengah. Prevalensi hipertensi diprediksi semakin meningkat hingga tahun 2025, dengan perkiraan sekitar 29% dari orang dewasa diseluruh dunia akan menderita hipertensi pada tahun 2025. Hipertensi juga menjadi penyebab 8 juta kematian setiap tahunnya, dan sepertiga terjadi di Asia Tenggara (WHO, 2013) dalam (Purba et al., 2023).

Menurut data Riskesdas tahun 2018 prevalensi hipertensi di Indonesia juga meningkat hingga mencapai 34,1% (Kemenkes RI, 2019) dalam (Adam, 2019). Provinsi Jawa Timur memiliki presentase hipertensi sebesar 22,71% atau sekitar 2.360.592 jiwa, dengan laki-laki sebesar 18,99% (808.009 jiwa) dan proporsi perempuan sebesar 18,76% (1.146.412 jiwa) (Dinkes Jatim, 2018). Menurut data Pengabdian Masyarakat di Desa Jimbe Kademangan tahun 2023 diperoleh data dari 268 orang yang menderita Hipertensi sebanyak 149 orang (55,6%). Pada data pengabmas terdapat data lansia yang menderita hipertensi sebanyak 39 orang, dengan laki-laki sebanyak 9 orang dan perempuan sebanyak 30 orang (Mujito, 2023)

Hipertensi merupakan meningkatnya tekanan darah diatas 140/90 mmHg. Hipertensi adalah masalah kesehatan serius di Indonesia dan dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius jika tidak dikelola dengan baik. Menurut profil kesehatan Indonesia menyatakan jika penyakit hipertensi tidak dikendalikan dan ditangani dengan baik akan menimbulkan dampak yang sangat kronis seperti kecacatan permanen dan kematian tidak terduga (Carista et al, 2018) dalam (Gao et al., 2023).

Upaya mengelola hipertensi, terapi farmakologis seringkali menjadi pilihan utama. Terapi non-farmakologis juga memiliki peran penting dalam pengendalian tekanan darah, selain itu penderita hipertensi juga diharuskan untuk menerapkan pola hidup sehat, dari olahraga rutin, mematuhi diet hipertensi, dan menurunkan berat badan.

Mengontrol kepatuhan diit pada penderita penyakit hipertensi adalah salah satu cara yang berpengaruh dalam pencegahan kambuhnya hipertensi. Kepatuhan adalah derajat penderita mengikuti anjuran dari dokter yang berhubungan dengan teratur minum obat, mengikuti anjuran diet dan merubah gaya hidup yang lebih sehat. Penderita penyakit hipertensi diharuskan melaksanakan diet yang teratur agar dapat menurunkan tekanan darah, salah satunya dengan mengurangi konsumsi makanan yang tinggi garam, makanan yang berlemak, mengkonsumsi makanan tinggi serat, dan rajin melakukan olahraga. Hipertensi dan komplikasinya dapat diatasi dan dicegah dengan menjaga gaya hidup. Menurut (Palupi, 2014) dalam (Nita & Oktavia, 2018) Gaya hidup pada pasien hipertensi yaitu kepatuhan menjalankan diet, menurunkan berat badan, rajin olahraga, mengurangi konsumsi garam, diet rendah lemak, rendah kolesterol, tidak merokok, tidak mengkonsumsi

alkohol, kurangi makan yang mengandung kalium tinggi, batasi kafein, hindari stress dan kontrol tekanan darah secara teratur.

Menurut hasil penelitian Effendy & Rosyid (2011) dalam (Rangkuti et al., 2021) menunjukkan bahwa rendahnya angka kepatuhan terhadap diet rendah garam membuat meningkatnya angka kejadian kekambuhan hipertensi, sehingga perlu dilakukan perbaikan intervensi lain untuk meningkatkan angka kepatuhan diet rendah garam pada penderita hipertensi. Salah satu factor yang mempengaruhi kepatuhan pasien hipertensi dalam mentaati diet hipertensi adalah dukungan dari keluarga. Menurut (Rangkuti et al., 2021) mengatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan kepatuhan diet pasien hipertensi. Semakin baik pendampingan perilaku diet yang diberikan oleh keluarga maka akan semakin baik pula kepatuhan diet pada penderita hipertensi. Menurut hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa dari 75 responden di dapatkan sebanyak 20 responden atau 26,67% memiliki kurang dukungan sosial keluarga dan sebanyak 55 responden atau 73,33 % memiliki dukungan sosial keluarga dengan kategori baik.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kepatuhan diet penderita hipertensi.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas dapat dirumuskan masalah penelitian ini, sebagai berikut: bagaimana hubungan dukungan keluarga terhadap tingkat kepatuhan diet hipertensi di Desa Jimbe Kec. Kademangan Kab.Blitar?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan dukungan keluarga terhadap tingkat kepatuhan diet hipertensi pada anggota keluarga.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi dukungan keluarga pada anggota keluarga yang menderita hipertensi
2. Mengidentifikasi kepatuhan diet hipertensi bagi penderita
3. Menganalisis hubungan dukungan keluarga terhadap tingkat kepatuhan diet hipertensi pada anggota keluarga.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Praktis

Diharapkan penelitian ini dapat menambah wawasan bagi keluarga mengenai pentingnya dukungan keluarga terhadap diet hipertensi

1.4.2 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk, sebagai berikut:

Bahan rujukan untuk penelitian tentang dukungan keluarga terhadap tingkat kepatuhan diet hipertensi pada anggota keluarga.