

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Konsep Keluarga**

##### **2.1.1 Pengertian Keluarga**

Keluarga adalah sebagai sebuah sistem sosial kecil yang terdiri atas suatu rangkaian bagian yang sangat saling bergantung dan dipengaruhi oleh struktur internal maupun eksteralnya (Friedmen, 2010). Keluarga adalah salah satu aspek terpenting dari perawatan. Keluarga merupakan unit terkecil dalam masyarakat yang merupakan entry point dalam upaya mencapai kesehatan masyarakat secara optimal. Keluarga juga disebut sebagai sistem sosial karena terdiri dari individu-individu yang bergabung dan berinteraksi secara teratur antara satu dengan yang lain yang diwujudkan dengan adanya saling ketergantungan dan berhubungan untuk mencapai tujuan bersama. Dalam hal ini, keluarga mempunyai anggota yang terdiri dari ayah, ibu dan anak atau sesama individu yang tinggal di rumah tangga tersebut (Andarmoyo, 2012) dalam (Ns. Tri Wahyuni, S. Kep, M. Kep; Ns. Parliani, MNS Dwiva Hayati, 2021)

##### **2.1.2 Tipe Keluarga**

Menurut Nadirawati (2018) dalam (Smith et al., 2020) pembagian tipe keluarga adalah :

1. Keluarga Tradisional
  - a. Keluarga Inti (The Nuclear Family) adalah keluarga yang terdiri dari suami, istri, dan anak baik dari sebab biologis maupun adopsi yang tinggal bersama dalam satu rumah. Tipe keluarga inti diantaranya:

- 1) Keluarga Tanpa Anak (*The Dyad Family*) yaitu keluarga dengan suami dan istri (tanpa anak) yang hidup bersama dalam satu rumah.
  - 2) *The Childless Family* yaitu keluarga tanpa anak dikarenakan terlambat menikah dan untuk mendapatkan anak terlambat waktunya disebabkan mengejar karir/pendidikan yang terjadi pada wanita.
  - 3) Keluarga Adopsi yaitu keluarga yang mengambil tanggung jawab secara sah dari orang tua kandung ke keluarga yang menginginkan anak.
- b. Keluarga Besar (*The Extended Family*) yaitu keluarga yang terdiri dari tiga generasi yang hidup bersama dalam satu rumah, contohnya seperti nuclear family disertai paman, tante, kakek dan nenek.
- c. Keluarga Orang Tua Tunggal (*The Single-Parent Family*) yaitu keluarga yang terdiri dari satu orang tua (ayah atau ibu) dengan anak. Hal ini biasanya terjadi karena perceraian, kematian atau karena ditinggalkan (menyalahi hukum pernikahan).
- d. *Commuter Family* yaitu kedua orang tua (suami-istri) bekerja di kota yang berbeda, tetapi salah satu kota tersebut sebagai tempat tinggal dan yang bekerja di luar kota bisa berkumpul dengan anggota keluarga pada saat akhir minggu, bulan atau pada waktu-waktu tertentu.
- e. *Multigeneration Family* yaitu keluarga dengan beberapa generasi atau kelompok umur yang tinggal bersama dalam satu rumah.
- f. *Kin-Network Family* yaitu beberapa keluarga inti yang tinggal dalam satu rumah atau berdekatan dan saling menggunakan barang-barang dan

pelayanan yang sama. Contohnya seperti kamar mandi, dapur, televisi dan lain-lain.

- g. Keluarga Campuran (*Blended Family*) yaitu duda atau janda (karena perceraian) yang menikah kembali dan membesarkan anak dari hasil perkawinan atau dari perkawinan sebelumnya.
- h. Dewasa Lajang yang Tinggal Sendiri (*The Single Adult Living Alone*), yaitu keluarga yang terdiri dari orang dewasa yang hidup sendiri karena pilihannya atau perpisahan (separasi), seperti perceraian atau ditinggal mati.
- i. *Foster Family* yaitu pelayanan untuk suatu keluarga dimana anak ditempatkan di rumah terpisah dari orang tua aslinya jika orang tua dinyatakan tidak merawat anak-anak mereka dengan baik. Anak tersebut akan dikembalikan kepada orang tuanya jika orang tuanya sudah mampu untuk merawat.
- j. Keluarga Binuklir yaitu bentuk keluarga setelah cerai di mana anak menjadi anggota dari suatu sistem yang terdiri dari dua rumah tangga inti.

## 2. Keluarga Non-tradisional

- a. *The Unmarried Teenage Mother* yaitu keluarga yang terdiri dari orang tua (terutama ibu) dengan anak dari hubungan tanpa nikah.
- b. *The Step Parent Family* yaitu keluarga dengan orang tua tiri.
- c. *Commune Family* yaitu beberapa keluarga (dengan anak) yang tidak ada hubungan saudara yang hidup bersama dalam satu rumah, sumber, dan fasilitas yang sama, pengalaman yang sama; serta sosialisasi anak melalui aktivitas kelompok/membesarkan anak bersama.

- d. Keluarga Kumpul Kebo Heteroseksual (*The Nonmarital Heterosexual Cohabiting Family*), keluarga yang hidup bersama berganti-ganti pasangan tanpa melakukan pernikahan.
- e. *Gay and Lesbian Families*, yaitu seseorang yang mempunyai persamaan seks hidup bersama sebagaimana '*marital partners*'.
- f. *Cohabiting Family* yaitu orang dewasa yang tinggal bersama diluar hubungan perkawinan melainkan dengan alasan tertentu.
- g. *Group-Marriage Family*, yaitu beberapa orang dewasa yang menggunakan alat-alat rumah tangga bersama yang saling merasa menikah satu dengan lainnya, berbagi sesuatu termasuk seksual dan membesarkan anak.
- h. *Group Network Family*, keluarga inti yang dibatasi aturan/nilai-nilai, hidup berdekatan satu sama lain, dan saling menggunakan alat-alat rumah tangga bersama, pelayanan, dan bertanggung jawab membesarkan anaknya.
- i. *Foster Family*, keluarga menerima anak yang tidak ada hubungan keluarga/saudara di dalam waktu sementara, pada saat orang tua anak tersebut perlu mendapatkan bantuan untuk menyatukan kembali keluarga aslinya.
- j. *Homeless Family*, yaitu keluarga yang terbentuk dan tidak mempunyai perlindungan yang permanen karena krisis personal yang dihubungkan dengan keadaan ekonomi dan atau masalah kesehatan mental.
- k. *Gang*, bentuk keluarga yang destruktif dari orang-orang muda yang mencari ikatan emosional dan keluarga mempunyai perhatian, tetapi berkembang dalam kekerasan dan kriminal dalam kehidupannya.

### **2.1.3 Tugas Keluarga:**

Menurut (Smith et al., 2020):

- a. Mengetahui masalah Kesehatan pada setiap anggota keluarganya
- b. Mengambil keputusan yang tepat untuk melakukan Tindakan
- c. Memberikan perawatan pada anggota keluarga yang mengalami masalah Kesehatan
- d. Mempertahankan suasana di dalam rumah yang dapat menguntungkan bagi Kesehatan anggota keluarga
- e. Mempertahankan hubungan timbal balik antara anggota keluarga

### **2.1.4 Fungsi Keluarga**

- a. Fungsi Afektif

Keluarga yang utama untuk mengajarkan segala sesuatu untuk mempersiapkan anggota keluarga berhubungan dengan orang lain.

- b. Fungsi Sosialisasi

Mengembangkan dan tempat melatih anak untuk berkehidupan social sebelum meninggalkan rumah untuk berhubungan dengan orang lain di luar rumah.

- c. Fungsi Reproduksi

Untuk mempertahankan generasi dan menjaga kelangsungan keluarga.

- d. Fungsi Ekonomi

Keluarga berfungsi untuk memenuhi kebutuhan keluarga secara ekonomi dan tempat untuk mengembangkan kemampuan individu dalam meningkatkan penghasilan untuk memenuhi keluarga.

## **2.1.5 Konsep Dukungan Keluarga**

### **2.1.5.1 Pengertian Dukungan Keluarga**

Dukungan keluarga merupakan suatu bentuk komunikasi yang didalamnya terdapat sikap saling memberi dan menerima bantuan nyata dari hubungan keluarga (suami, istri, saudara, ibu mertua, orang tua) dengan ibu (Hidayat, 2011).

Dukungan keluarga merupakan proses yang berkesinambungan sepanjang hidup, dengan sifat dan jenis dukungan yang berbeda-beda pada berbagai tahap siklus hidup. Dukungan keluarga merupakan sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap pasien.

### **2.1.5.2 Fungsi Dukungan Keluarga**

Dukungan keluarga memegang peranan yang sangat penting karena keluarga dapat memberikan rangsangan fisik dan mental. Ada beberapa dari mereka di keluarga fungsi pendukung yaitu (Zahara & Anastasya, 2021):

#### **a. Dukungan informasi**

Keluarga berperan sebagai pengumpul dan distributor. informasi tentang dunia. Menjelaskan saran, rekomendasi dan informasi yang dapat digunakan untuk mengungkap permasalahan tersebut. Manfaatkan dukungan ini mampu mencegah munculnya faktor stres berkat informasi yang diberikan dapat memberikan rekomendasi tindakan spesifik kepada individu. Aspek Dukungan ini meliputi nasehat, saran, rekomendasi, bimbingan dan donasi informasi.

#### **b. Dukungan evaluasi**

Keluarga bertindak sebagai pembimbing yang sugestif, pembimbing dan menyampaikan pemecahan masalah sebagai sumber dan penguat identitas Anggota keluarga memberikan dukungan, penghargaan dan perhatian. Bentuk

dukungan ini meliputi pemberian informasi, nasehat atau saran situasi dan keadaan individu. Jenis informasi ini dapat bermanfaat masyarakat dapat dengan mudah mengidentifikasi dan memecahkan masalah.

c. Dukungan instrumen

Dukungan instrumental adalah bantuan yang diberikan secara langsung, berupa fasilitas atau material, misalnya penyediaan sumber daya yang diperlukan, meminjamkan uang, menawarkan makanan, permainan atau bantuan lainnya. Keluarga antara lain merupakan sumber pertolongan yang praktis dan konkrit kebutuhan pasien yang berhubungan dengan kesehatan untuk makan dan minum, istirahat, mencegah kelelahan. Menurut dukungan instrumental Friedman ada dukungan keluarga yang langsung membantu dan memberi kenyamanan dan kedekatan.

d. Bantuan emosional

Keluarga sebagai tempat peristirahatan yang aman dan tenteram menyembuhkan dan membantu mengendalikan emosi. Aspek Dukungan emosional mencakup dukungan yang diungkapkan dalam bentuk cinta, kepercayaan, perhatian, mendengarkan dan mendengarkan. membentuk Dukungan ini membuat masyarakat merasa nyaman dan yakin bahwa dirinya diperhatikan dan dicintai oleh keluarga. Dukungan emosional mencakup ekspresi empati, kepedulian dan kepedulian terhadap manusia. Hibah ini telah diterima pasangan atau keluarga, bagaimana memahami masalahnya ketika menghadapi atau mendengarkan keluhan.

## **2.2 Konsep Hipertensi**

### **2.2.1 Pengertian Hipertensi**

Hipertensi adalah suatu penyakit yang dapat mengganggu pembuluh darah, yang mengakibatkan jumlah oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat menuju ke jaringan di seluruh tubuh. Individu dengan penyakit hipertensi umumnya menunjukkan tanda dan gejala yang ringan seperti pusing, gelisah, mimisan dan sakit kepala. Setelah dilakukan pemeriksaan maka akan diketahui kenaikan tekanan darah pada individu (Retnaningsih, 2019).

Berdasarkan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan tahun 2013 hipertensi merupakan suatu kondisi dimana tekanan darah di pembuluh darah mengalami peningkatan secara berkepanjangan. Jika dibiarkan, penyakit ini dapat mengganggu fungsi organ-organ lain, terutama organ-organ vital seperti jantung dan ginjal. Kriteria hipertensi yang digunakan pada penetapan kasus merujuk pada kriteria diagnosis JNC VII 2003, yaitu hasil pengukuran tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg atau tekanan darah diastolik  $\geq 90$  mmHg (Wirakhmi & Novitasari, 2021).

Hipertensi adalah tekanan darah yang abnormal atau meningkat baik peningkatan darah sistolik atau diastolik. Hipertensi yaitu tekanan darah tinggi dimana tekanan darah sistolik diatas 140mmHg dan tekanan diastoliknya diatas 90mmHg. Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam kondisi istirahat. Peningkatan tekanan darah yang berlangsung secara persisten dapat menimbulkan kerusakan pada ginjal, jantung dan otak seperti penyakit gagal ginjal, jantung coroner dan stroke ketika tidak terkontrol dan mendapat pengobatan yang sesuai (Rohmaniah, 2023).

### 2.2.2 Etiologi Hipertensi

Menurut Safitri (2020), etiologi terjadinya hipertensi adalah sebagai berikut.

a. Hipertensi Primer (esensial)

Kondisi terjadinya tekanan darah tinggi karena pengaruh dari gaya hidup seseorang. Faktor – faktor penyebab hipertensi jenis ini meliputi : faktor lingkungan, kelainan metabolisme intra seluler dan faktor yang meningkatkan risiko obesitas, konsumsi alkohol, akibat merokok dan kelainan darah (polisitemia) dapat beresiko terkena hipertensi.

b. Hipertensi Sekunder (renal)

Kondisi terjadinya peningkatan tekanan darah tinggi akibat dari seseorang yang menderita penyakit lainnya seperti : gagal jantung, gagal ginjal dan kerusakan sistem hormone tubuh. Faktor – faktor penyebab hipertensi jenis ini meliputi : gangguan hormonal, penyakit jantung, diabetes, ginjal, penyakit pembuluh darah atau berhubungan dengan kehamilan.

### 2.2.3 Klasifikasi Hipertensi

Menurut Rohmaniah (2023), klasifikasi hipertensi sebagai berikut.

- a. Hipertensi borderline: tekanan darah antara 140/90 mmHg dan 160/95 mmHg
- b. Hipertensi ringan : tekanan darah antara 160/95 mmHg dan 200/110 mmHg
- c. Hipertensi moderate : tekanan darah antara 200/110 mmHg dan 230/120 mmHg
- d. Hipertensi berat : tekanan darah antara 230/120 mmHg dan 280/140 mmHg

## **2.2.4 Cara Mengatasi Hipertensi**

Pengobatan dan pengendalian hipertensi dilakukan dalam waktu yang lama. Pengendaliannya dapat dilakukan dengan cara membiasakan pola hidup yang sehat. Hal yang dapat dilakukan adalah sebagai berikut.

- a. Menjalani diet sehat seperti diet rendah garam, diet rendah kolesterol, diet tinggi serat, dan diet rendah kalori (Safitri, 2020)
- b. Olahraga secara rutin seperti senam atau olahraga yang bersifat ringan hingga sedang. Olahraga yang dilakukan harus secara teratur agar efektif dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi. Olahraga yang baik adalah dilakukan kurang lebih 30 menit per hari.
- c. Pengendalian stress
- d. Berhenti merokok (jika penderita hipertensi adalah perokok) (Rohmaniah, 2023)
- e. Pengendalian berat badan (jika penderita mengalami obesitas) dan berhenti minum alkohol (Rohmaniah, 2023)

## **2.2.5 Konsep Diet Hipertensi**

### **2.2.5.1 Pengertian Diet Hipertensi**

Diet hipertensi merupakan salah satu cara penanganannya tanpa efek samping yang serius karena merupakan cara pengendalian yang alami (Utami, 2009). kesesuaian makanan dan minuman yang rutin dikonsumsi masyarakat setiap hari. jumlah dan jenis makanan yang dibutuhkan dalam situasi tertentu, seperti penurunan berat badan atau penurunan berat badan dan penanganan penyakit (Februari 2013).

### 2.2.5.2 Tujuan dan Manfaat Diet Hipertensi

Tujuan dari diet hipertensi menurut (Ramayulis, 2008) yaitu:

1. Mengurangi asupan garam

Adapun yang dimaksud dengan diet rendah garam dalam arti yang sebenarnya adalah rendah sodium atau natrium (Na)

2. Memperbanyak serat

Mengonsumsi lebih banyak sayur dan serat dapat mempermudah buang air besar dan menahan sebagian asupan natrium

3. Menghentikan kebiasaan merokok

Menghentikan rokok, kopi, dan alcohol dapat mengurangi beban jantung, sehingga jantung dapat bekerja dengan maksimal. Rokok dapat meningkatkan risiko kerusakan pembuluh darah yang mengendap kolesterol pada pembuluh darah coroner, sehingga membuat jantung bekerja lebih keras.

4. Memperbanyak asupan kalium

Kandungan kalium yang dibutuhkan dalam kehidupan sehari-hari yaitu 800 mg yang setara dengan 3 gelas susu yang dapat mencegah terjadinya komplikasi, terhadap penyakit hipertensi. Makanan yang banyak mengandung kalium seperti keju rendah lemak dan ikan salmon.

5. Manfaat sayur dan bumbu dapur

Sayuran dan bumbu dapur yang bermanfaat untuk mengontrol tekanan darah seperti tomat, seledri, wortel, bawang putih dan kunyit.

### 2.2.5.3 Prinsip dan Syarat Diit Hipertensi

Prinsip diit hipertensi menurut (Utami, 2009) yaitu:

1. Makanan beraneka ragam dan selalu mengutamakan gizi seimbang
2. Jenis dan komposisi makanan disesuaikan dengan kondisi penderita
3. Jumlah garam dibatasi sesuai dengan kesehatan penderita dan jenis makanan dalam daftar diit hipertensi.

### 2.2.5.4 Terapi Diet Hipertensi

Menurut (Febry 2013) terapi diit hipertensi antara lain:

1. Diit Rendah Garam

Diit rendah garam merupakan diit dengan mengonsumsi makanan tanpa garam, umumnya makanan tersebut dimasak dengan tidak menggunakan garam dapur sama sekali dan mengurangi penggunaan bahan makanan yang tinggi natriumnya (Purwanti, 2000). Terbagi menjadi tiga bagian yaitu:

- a. Diet Rendah garam I (200-400 mg Na)

Diet rendah garam I diberikan pada pasien dengan edema, asites atau hipertensi berat. Pada pengobatan makanannya tidak ditambahkan garam dapur. Hindari makanan yang tinggi kadar natriumnya.

- b. Diet Rendah Garam II (600-1200 mg)

Diet rendah garam II diberikan pada pasien dengan edema, asites dan hipertensi tidak berat. Pemberian makanan sehari sama dengan diit rendah garam I. Saat pengolahan makanan boleh menggunakan setengah sendok the garam dapur (2g). Hindari bahan makanan yang tinggi akan kadar natriumnya.

c. Diet Rendah Garam III (1000-1200 mg)

Diet rendah garam III diberikan pada pasien dengan edema, asites dan hipertensi ringan. Pemberian makanan sehari sama dengan diit rendah garam I. Pada pengolahan boleh dengan menggunakan 1 sendok the atau (4g) garam dapur.

2. Rendah Kolesterol dan Lemak Berbatas

Terdapat tiga bagian lemak dalam tubuh yaitu kolesterol, trigeserida, dan pospolipid. Kolesterol dapat menjadi berbahaya karena tubuh menerima lebih banyak dari pada yang dibutuhkan. Peningkatan kolesterol terjadi karena terlalu banyak mengkonsumsi makanan yang mengandung tinggi kolesterol dan tubuh akan mengkonsumsi sekitar 25-30% dari setiap makanan yang masuk (Watiningrum et al., 2022)

3. Tinggi Serat

Diit tinggi serat juga penting pada penderita hipertensi, serat terdapat dua jenis yaitu serat kasar dimana banyak terdapat pada sayuran dan buah-buahan, sedangkan serat makanan terdapat pada makanan karbohidrat, seperti kentang, beras dan singkong. Serat kasar berfungsi mencegah penyakit tekanan darah tinggi karena serat kasar mampu mengikat kolesterol dan asam empedu dan selanjutnya akan dibuang bersama kotoran (Amelia, 2020)

4. Rendah Kalori

Diit ini dianjurkan bagi orang yang kelebihan berat badan. Kelebihan berat badan atau obesitas akan berisiko tinggi terkena hipertensi. Demikian juga dengan orang yang berusia 40 tahun ke atas akan mudah sekali terkena hipertensi (Yusuf Sukman, 2017)

Tabel 2. 1 Tabel Diit Hipertensi

No.	Bahan Makanan	Berat (g)	URT (Ukuran Rumah Tangga )
1.	Beras	300	5 gelas nasi
2.	Daging	100	2 potong ukuran sedang
3.	Telur ayam	50	1 butir
4.	Tempe	100	4 potong ukuran sedang
5.	Kacang hijau	25	2,5 sendok makan
6.	Sayuran	200	2 gelas
7.	Buah	200	2 potong papaya berukuran sedang
8.	Minyak	25	2,5 sendok makan
9.	Gula pasir	25	2,5 sendok makan

## 2.3 Konsep Kepatuhan

### 2.3.1 Definisi Kepatuhan

Kepatuhan adalah tingkat perilaku seseorang yang setuju dengan instruksi atau petunjuk yang diberikan dalam bentuk terapi apapun yang ditentukan, baik itu diet, Latihan, dan pengobatan.

### 2.3.2 Faktor yang Mendukung Kepatuhan:

#### 1. Pendidikan

Pendidikan dapat meningkatkan kepatuhan, sepanjang Pendidikan tersebut merupakan Pendidikan yang aktif seperti penggunaan buku-buku dan kaset oleh pasien secara mandiri.

Menurut Penelitian (May et al., 2021) faktor tingkat pendidikan, dapat diketahui bahwa tingkat pendidikan seseorang dapat menyebabkan kurangnya kepatuhan seseorang dalam melaksanakan diit hipertensi, selain itu juga ditemukan pendidikan pasien tinggi dan patuh dalam pelaksanaan diet hipertensi karena semakin tinggi pendidikan seseorang semakin banyak ilmu yang didapatkan dan ada juga pasien yang pendidikannya rendah cenderung tidak patuh dalam pelaksanaan diet hipertensi, sedangkan pasien yang

pendidikannya tinggi akan patuh dalam pelaksanaan diet hipertensi (Umagapi, 2022).

## 2. Dukungan Keluarga

Hal ini berarti membangun dukungan social dengan keluarga. Hubungan antara dukungan keluarga dan kepatuhan mempunyai hubungan yang sangat tinggi dikarenakan dukungan keluarga berkontribusi dalam kepatuhan diet hipertensi.

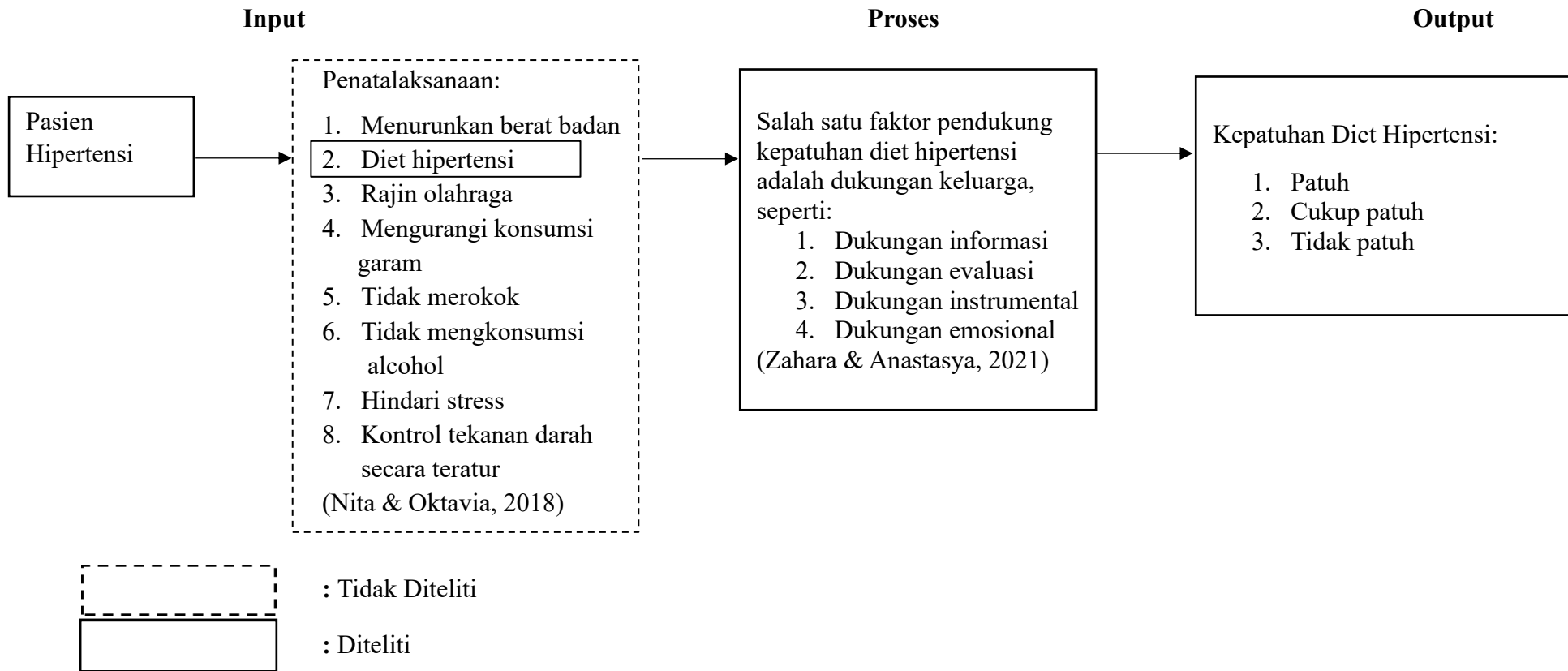
## 3. Perubahan model terapi

Program-program pengobatan dapat dibuat sederhana mungkin, dan pasien aktif dalam program tersebut.

## 4. Meningkatkan interaksi tenaga kesehatan dengan penderita

Interaksi tenaga kesehatan suatu hal penting untuk memberikan umpan balik pada pasien setelah memperoleh informasi tentang diagnosis

### 2.3.3 Kerangka Konsep



Gambar 2. 1 Kerangka konseptual hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi di desa jimbe kademangan