

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang dapat membunuh orang secara tiba-tiba yang dalam istilah lain disebut “*silent killer*” dimana penderitanya terus meningkat setiap tahunnya sehingga menjadi fenomena gunung es di Indonesia dan tidak bisa disembuhkan (Linggariyana et al., 2023). Pasien hipertensi diharuskan untuk mengkonsumsi obat antihipertensi dan diimbangi dengan menerapkan pola hidup yang sehat, olahraga rutin dan mengatur pola makan dimana ketiganya membutuhkan komitmen. Salah satu bentuk komitmen adalah dengan tetap patuh untuk melakukan diet hipertensi sesuai anjuran tenaga medis. Kepatuhan merupakan bentuk ketaatan, perilaku positif dalam mencapai tujuan terapi dan berpengaruh dalam mencapai keberhasilan dan pencegahan kekambuhan penyakit yang berkaitan dengan tanggung jawab seseorang terhadap dirinya. Kepatuhan melakukan diet hipertensi akan terlaksana dengan baik apabila penderita hipertensi dapat dengan konsisten melaksanakan diet sehingga dapat mencegah komplikasi dan menurunkan angka prevalensi kejadian hipertensi (Huda et al, 2021).

Prevalensi global hipertensi saat ini menurut *World Health Organization* (WHO) diperkirakan sebesar 22% dari total populasi dunia. Asia Tenggara menempati urutan ke-3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% dari total populasi. Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) menunjukkan bahwa angka prevalensi hipertensi pada penduduk usia > 18

tahun di Indonesia adalah 34,1% (Watung et al., 2023). Data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Jember tahun 2022 menyebutkan bahwa hipertensi yang terjadi pada rentang tahun 2019 – 2021 merupakan penyakit tidak menular tertinggi dan dapat segera ditangani (Dinkes Provinsi Jatim, 2022). Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan secara acak pada pasien hipertensi di Puskesmas Kaliwates, diperoleh hasil bahwa dari 15 pasien penderita hipertensi, 3 orang telah melakukan diet hipertensi dalam pengawasan keluarga, 5 orang melakukan diet hipertensi atas informasi dari tenaga kesehatan, dan 7 orang tidak melakukan diet hipertensi dan keluarga juga tidak memberikan saran untuk melakukan diet hipertensi.

Kepatuhan diet hipertensi merupakan salah satu upaya untuk menurunkan komplikasi hipertensi. Kepatuhan diet hipertensi akan terlaksana dengan baik jika pasien dapat dengan konsisten melaksanakan diet yang telah dianjurkan oleh tenaga kesehatan. Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan yaitu kepatuhan dalam melaksanakan program diet terkait pemahaman tentang instruksi, tingkat pendidikan dan pengetahuan, kesakitan dalam pengobatan, keyakinan, sikap dan kepribadian pasien, serta dukungan keluarga (Andriyani et al., 2022). Berdasarkan beberapa faktor tersebut, dukungan keluarga merupakan salah satu faktor yang tidak dapat diabaikan begitu saja, karena dukungan keluarga merupakan salah satu faktor yang memiliki kontribusi yang cukup berarti dan sebagai faktor penguat yang mempengaruhi kepatuhan pasien. Dukungan keluarga merupakan faktor penting dalam proses pengendalian hipertensi untuk mencegah terjadinya komplikasi. Dukungan keluarga yang kurang baik ini dapat membuat

responden tidak melakukan diet hipertensi sehingga tindakan tersebut menyebabkan responden tidak melakukan pencegahan dan pengendalian yang dapat berakibat pada tekanan darah yang tidak terkontrol dan komplikasi (Rinawati & Marasabessy, 2022). Dukungan keluarga sangat membantu dalam meningkatkan semangat hidup sehingga responden memiliki komitmen yang tinggi dalam menjalani diet hipertensinya hal ini sebagai salah satu bentuk upaya pengendalian hipertensi. Pemberian dukungan dari keluarga ini menjadi motivasi bagi responden dalam mengendalikan penyakitnya dan dapat membantu dalam pemeliharaan kesehatannya (Maulidah et al., 2022).

Dukungan keluarga inti (ayah, ibu, dan anak) juga sangat diperlukan pada penderita hipertensi dalam upaya meningkatkan kepatuhan diet pada penderita hipertensi. Keluarga memegang peranan penting dalam pengaturan menu makan pasien hipertensi, karena perlu menghindari dan membatasi makanan yang dapat meningkatkan kolesterol dalam darah dan meningkatkan tekanan darah (Purbasary et al., 2022). Selain itu, tujuan melakukan diet hipertensi adalah untuk menurunkan faktor risiko lain yang dapat memperburuk kondisi pasien. Faktor risiko yang dapat timbul diantaranya adalah berat badan yang berlebih dan tingginya kadar lemak kolesterol (Aryatika et al., 2023).

Dukungan keluarga merupakan bentuk pemberian dukungan terhadap anggota keluarga lain yang mengalami permasalahan, yaitu dukungan pemeliharaan, emosional untuk mencapai kesejahteraan anggota keluarga dan memenuhi kebutuhan psikososial (Amelia & Kurniawati, 2020). Terkait dengan pemaparan masalah tersebut, peneliti berpendapat bahwa kurangnya dukungan keluarga dalam melakukan perawatan hipertensi terkait dengan

kepatuhan diet hipertensi akan mengakibatkan berbagai komplikasi yang muncul. Berkaitan dengan hal tersebut, maka perlu dilakukan penelitian tentang “Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliwates”.

## **B. Rumusan Masalah**

### 1. Pernyataan Masalah

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang dapat membunuh orang secara tiba-tiba yang dalam istilah lain disebut “*silent killer*” dimana penderitanya terus meningkat setiap tahunnya dan tidak bisa disembuhkan. Pasien hipertensi diharuskan untuk mengkonsumsi obat antihipertensi dan diimbangi dengan menerapkan pola hidup yang sehat, olah raga rutin dan mengatur pola makan dimana ketiganya membutuhkan komitmen. Salah satu bentuk komitmen adalah dengan tetap patuh untuk melakukan diet hipertensi. Faktor yang mempengaruhi kepatuhan yaitu kepatuhan dalam melaksanakan program diet terkait pemahaman tentang instruksi, tingkat pendidikan dan pengetahuan, kesakitan dalam pengobatan, keyakinan, sikap dan kepribadian pasien, serta dukungan keluarga. Dukungan keluarga merupakan bentuk pemberian dukungan terhadap anggota keluarga lain yang mengalami permasalahan, yaitu dukungan pemeliharaan, emosional untuk mencapai kesejahteraan anggota keluarga.

### 2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimanakah dukungan keluarga terhadap penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliwates?.

- b. Bagaimanakah kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliwates?.
- c. Adakah hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliwates?.

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Mengidentifikasi hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliwates.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi dukungan keluarga pada penderita hipertensi.
- b. Mengidentifikasi kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi.
- c. Menganalisis hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi .

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Bagi Instansi Terkait

Informasi dan masukan yang dapat diberikan kepada Dinas Kesehatan agar menjadi acuan untuk merancang program pengendalian terpadu Penyakit Tidak Menular (PTM) khususnya hipertensi dan dapat menurunkan risiko terjadinya komplikasi yang timbul akibat tidak patuh melakukan diet hipertensi.

#### 2. Tenaga Kesehatan

Informasi dan masukan yang dapat diberikan kepada puskesmas dan institusi yang lain untuk menjadi acuan untuk menjalankan program pengendalian terpadu Penyakit Tidak Menular (PTM).

### 3. Responden Penelitian

Memberikan informasi kepada masyarakat tentang kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi sehingga dapat mengurangi faktor risiko yang dapat timbul.

### 4. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan sebagai data dasar untuk penelitian selanjutnya serta diharapkan dapat memberikan tambahan pengetahuan dan pertimbangan maupun perbandingan dalam menyusun penelitian terkait dengan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kaliwates.

