

# BAB I PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang

Hipertensi adalah kondisi di mana seseorang mengalami kenaikan tekanan darah melebihi batas normal. Seseorang dianggap mengalami hipertensi jika Hipertensi didefinisikan sebagai kondisi di mana tekanan darah sistolik mencapai  $\geq 130$  mmHg atau diastolik mencapai  $\geq 80$  mmHg. Jika tidak dikelola dengan baik, penyakit ini dapat merusak organ vital seperti jantung, otak, ginjal, mata, hingga pembuluh darah, tergantung pada tingkat keparahan dan durasi hipertensi. Mengingat hipertensi sering kali tidak menimbulkan gejala, langkah terbaik untuk menekan risiko komplikasi dan angka kematian adalah dengan melakukan kontrol tekanan darah secara konsisten. Menurut rekomendasi Joint National Committee 8, langkah-langkah untuk menurunkan tekanan darah meliputi perubahan gaya hidup seperti memperbaiki pola makan, meningkatkan aktivitas fisik, mengurangi konsumsi garam, dan menurunkan berat badan. Jika usaha-usaha tersebut tidak sukses, maka obat anti hipertensi dapat diberikan. Faktanya, hanya sebagian kecil orang yang mengidap hipertensi yang menjalani pengobatan teratur untuk mengendalikan tekanan darah (Silvianah & Indrawati, 2024).

Tingkat kejadian hipertensi di Indonesia mencapai 36%. Menurut Riset Kesehatan Dasar Indonesia, prevalensi hipertensi mencapai 34.1% (Kemenkes RI, 2023). Berdasarkan American Heart Association (AHA), terdapat 74,5 juta orang di Amerika berusia di atas 20 tahun yang mengalami hipertensi, tetapi sekitar 95% dari kasus tersebut tidak diketahui penyebabnya

(WHO, 2023). Prevalensi hipertensi yang terdiagnosis pada populasi berusia lebih dari 18 tahun menurut provinsi di Indonesia menunjukkan bahwa provinsi D.I. Yogyakarta berada dalam kategori kedua tertinggi. Data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menunjukkan bahwa 50%-70% pasien tidak mematuhi pengobatan antihipertensi yang diberikan. Kepatuhan yang rendah terhadap pengobatan hipertensi dapat menghambat tercapainya kontrol tekanan darah dan dikaitkan dengan kenaikan biaya / rawat inap serta

komplikasi penyakit jantung (WHO, 2023). Data dari penelitian awal di desa Tanggung Prigel Kecamatan Glagah Kabupaten Lamongan menunjukkan bahwa ada 15 lansia yang menderita hipertensi, dan 10 lansia mengkonsumsi obat hipertensi hanya saat mengalami keluhan gejala hipertensi. Fakta ini secara tidak langsung menunjukkan bahwa kesadaran penderita hipertensi untuk mengonsumsi obat antihipertensi masih relatif rendah.

Dampak ini sering kali terjadi secara kronologis, dimulai dari momen diagnosis hingga penyesuaian jangka panjang. Pada tahap awal, keluarga dihadapkan pada kejutan dan kecemasan, yang dapat menimbulkan ketidakpastian emosional. Selanjutnya, seiring berjalannya waktu, keluarga harus beradaptasi dengan perubahan gaya hidup yang drastis, termasuk penyesuaian pola makan, jadwal pengobatan, dan aktivitas sehari-hari. Perubahan ini sering kali menyebabkan pergeseran peran dan tanggung jawab, di mana salah satu anggota keluarga mungkin mengambil peran sebagai "pengasuh" utama, yang dapat menimbulkan beban fisik dan psikologis tambahan. Selain itu, pengelolaan hipertensi dalam jangka panjang

juga membawa implikasi finansial yang tidak sedikit bagi keluarga, seperti biaya obat-obatan, konsultasi rutin, dan peralatan pemantauan kesehatan. Oleh karena itu, penting untuk memahami bahwa hipertensi bukan hanya tantangan medis individu, melainkan juga tantangan sosial dan emosional bagi seluruh unit keluarga. Pemahaman yang mendalam mengenai dampak kronologis ini sangat krusial untuk merancang intervensi yang tidak hanya berfokus pada pengobatan pasien, tetapi juga memberikan edukasi *home based coaching* kepada keluarga untuk meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan (Adib-Hajbaghery et al., 2023).

*Home based coaching*, merupakan proses pembinaan atau pendampingan yang dilakukan di lingkungan rumah pasien. Konsep ini memadukan prinsip *coaching* dengan kenyamanan, keamanan, dan keterjangkauan rumah sebagai lokasi pembelajaran. *Home based coaching* memiliki relevansi tinggi dalam berbagai konteks, baik pendidikan, kesehatan, maupun pengembangan diri. Dalam bidang pendidikan, penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua dan lingkungan rumah yang kondusif berperan signifikan dalam meningkatkan hasil belajar anak. Sementara dalam bidang kesehatan, program *home based coaching* terbukti efektif meningkatkan kepatuhan pasien terhadap rencana terapi, misalnya pada penderita penyakit kronis seperti hipertensi atau diabetes (Smith et al., 2020).

Berdasarkan penjelasan yang ada, diperlukan studi lanjutan untuk menganalisis hasil mengenai Implementasi *Home Based Coaching* dalam

perawatan keluarga yang mengalami hipertensi, yang sangat berkaitan dengan peran keluarga

## 1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana implementasi *home based coaching* dalam asuhan keperawatan keluarga pada keluarga yang memiliki anggota dengan hipertensi ?

## 1.3 Tujuan

### 1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk memahami dan menilai pelaksanaan pelatihan di rumah dalam perawatan keluarga yang menghadapi hipertensi, bertujuan untuk memperkuat kemampuan keluarga dalam mengelola penyakit secara mandiri dan berkelanjutan.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi karakteristik keluarga dengan anggota yang mengalami hipertensi.
- 2) Mendeskripsikan konsep dan prinsip *home based coaching* dalam konteks perawatan keluarga.
- 3) Menjelaskan proses implementasi *home based coaching* dalam asuhan keperawatan keluarga yang mengalami hipertensi.

## 1.4 Manfaat

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu keperawatan komunitas, khususnya dalam pendekatan *home based coaching* sebagai strategi inovatif dalam asuhan keperawatan keluarga yang mengalami hipertensi.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi

#### 1. Keluarga

Meningkatkan kapasitas keluarga, baik dari segi pengetahuan maupun keterampilan, agar mampu memberikan perawatan hipertensi secara mandiri, konsisten, dan efektif di lingkungan rumah

#### 2. Perawat

Menjadi acuan dalam penerapan *home based coaching* sebagai bagian dari intervensi keperawatan yang dapat meningkatkan efektivitas edukasi dan pengelolaan hipertensi berbasis keluarga.

#### 3. Institusi Pendidikan

Menjadi dasar pengembangan program *home based coaching* sebagai bagian dari layanan rehabilitasi dan pemberdayaan keluarga dengan pasien hipertensi.

#### 4. Peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan bermanfaat sebagai acuan bagi peneliti lain yang ingin mendalami topik hipertensi.