

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi yaitu suatu penyakit kronis yang membutuhkan pengelolaan jangka panjang, namun permasalahan utama tidak sebatas ada pada angka kejadian yang tinggi, melainkan kemampuan pasien yang rendah dalam melakukan perawatan diri (*self-care management*). Banyak pasien hipertensi dalam menjalankan perilaku kesehatan yang belum maksimal contohnya kontrol tekanan darah secara rutin, aktivitas fisik, kepatuhan minum obat, serta diet rendah garam. Hal ini menunjukkan bahwa pengendalian hipertensi tidak cukup sebatas mengandalkan terapi medis, namun sangat dipengaruhi oleh perilaku dan dukungan lingkungan, terutama keluarga (Pramadaningati et al., 2021).

Keluarga yang menjadi unit paling kecil dalam masyarakat mempunyai peranan yang penting dalam proses perawatan anggota keluarga yang mengalami hipertensi. Keluarga berfungsi sebagai pemberi dukungan, pengawas, serta fasilitator dalam membantu pasien menjalankan pengobatan dan perubahan gaya hidup. Akan tetapi, kenyataan di lapangan tidak sedikit keluarga yang belum cukup keterampilan dan pengetahuan dalam merawat anggota keluarga yang mengalami hipertensi. Kurangnya keterlibatan keluarga ini berdampak pada rendahnya *self-care management* pasien, sehingga mendorong peningkatan risiko komplikasi contohnya penyakit jantung serta stroke (Ayuningjati & Rosyid, 2024).

Self-care management hipertensi sendiri mencakup berbagai aspek, yaitu kepatuhan terhadap terapi farmakologi, pengaturan diet (terutama rendah garam), manajemen stres, aktivitas fisik teratur, serta pemantauan tekanan darah dengan berkala. Ketika aspek-aspek ini tidak dilakukan secara konsisten, maka tekanan darah menjadi tidak terkontrol. Oleh karena itu, keberhasilan *self-care management* tidak sebatas dipengaruhi faktor individu, namun dipengaruhi pula dukungan keluarga (Kurdi et al., 2024).

Data dari WHO tahun 2023 memperlihatkan bahwa secara global terdapat 33% jumlah penyandang hipertensi, dimana ini memiliki arti satu dari tiga orang penduduk mengalami hipertensi di dunia. Sepanjang tahunnya terus terdapat peningkatan jumlah penderita hipertensi serta pada tahun 2025 diprediksi bisa sejumlah 1,5 miliar orang (Abidin & Kainama, 2025). Angka kejadian hipertensi yang tinggi juga diikuti kemampuan pasien yang rendah dalam melakukan *self-care management*, seperti kontrol tekanan darah rutin, aktivitas fisik, pengaturan diet rendah garam, serta kepatuhan minum obat.

Hipertensi di Indonesia masih menjadi permasalahan kesehatan dengan angka yang tergolong cukup tinggi. mengacu pada Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 diterangkan bahwa terdapat hingga 34,1% prevalensi hipertensi kelompok usia sekitar 18–24 tahun dan terdapat sebesar 17,4% untuk kelompok usia 25–34 tahun. Penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa lebih dari separuh penderita hipertensi masih mempunyai *self-care management* kurang baik, sejumlah 53,1% dilaporkan dalam kategori rendah (Kemenkes RI, 2023). Mengacu pada

Profil Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur diterangkan bahwa terdapat 49,7% atau 5.803.143 orang untuk angka prevalensi capaian pelayanan kesehatan penderita hipertensi di Jawa Timur atau di bawah dari yang pemerintah targetkan yakni 100% (Dinas Kesehatan Jawa Timur, 2021). Tingginya prevalensi tersebut menunjukkan bahwa pengendalian hipertensi masih menjadi tantangan yang memerlukan keterlibatan aktif pasien melalui *self-care management* (Yulianti, 2023). Kondisi serupa juga ditemukan di Kabupaten Jember, di mana ketidakmampuan melakukan *self-care management* masih menjadi faktor yang berkontribusi terhadap peningkatan kasus hipertensi pada lansia di Jember tahun 2020 yakni sejumlah 741.735 di UPT PSTW Jember menjelaskan bahwa peningkatan kasus hipertensi lansia berkaitan dengan *self-care management* hipertensi yang tidak bisa dilakukan secara optimal. Penelitian yang ada memperlihatkan bahwa *self-care management* masih menjadi faktor penting yang perlu ditingkatkan untuk mencegah komplikasi hipertensi (Kurdi et al., 2024).

Rendahnya *self-care management* pada pasien hipertensi tidak hanya dipengaruhi oleh faktor individu, namun oleh keterlibatan keluarga dalam perawatan. Peran keluarga sangatlah vital untuk menjadi pendukung utama bagi pasien menjalankan pengobatan, memberikan motivasi, mengingatkan kontrol kesehatan, serta membantu penerapan pola hidup sehat. Akan tetapi, kenyataan di lapangan tidak sedikit keluarga yang belum cukup keterampilan sekaligus pengetahuan dalam merawat anggota keluarga yang mengalami hipertensi. Kurangnya keterlibatan keluarga

tersebut menyebabkan *self-care management* menjadi kurang optimal dan meningkatkan risiko terjadinya komplikasi (Ayuningjati & Rosyid, 2024).

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan suatu pendekatan yang bukan sebatas fokus kepada pasien, namun melibatkan keluarga secara aktif dalam perawatan. Pendekatan tersebut contohnya penerapan *Family Centered Empowerment*. Pendekatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, serta kemampuan keluarga merawat anggota keluarga yang mengalami hipertensi melalui edukasi, dukungan, serta keterlibatan keluarga dalam proses mengelola penyakit. Dengan adanya keluarga yang terlibat aktif, maka kepatuhan pasien dalam menjalankan *self-care management* diharapkan dapat meningkat sehingga pengendalian tekanan darah dapat dilakukan secara lebih optimal serta dapat menurunkan risiko terjadinya komplikasi hipertensi. Oleh karena itu, penerapan *Family Centered Empowerment* harapannya bisa menjadi langkah untuk mendorong kepatuhan *self-care management* pada keluarga yang memiliki anggota keluarga yang mengalami hipertensi, khususnya di Desa Rambipuji Kecamatan Rambipuji.

Penelitian yang dilakukan oleh Luthfa (2025) pada 70 lansia hipertensi menunjukkan bahwa penerapan *Family-Centered Empowerment Model* (FCEM) secara signifikan meningkatkan kualitas hidup pasien hipertensi dibandingkan kelompok kontrol. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberdayaan keluarga membantu pasien lebih mampu mengelola penyakit dan mempertahankan kesejahteraan fisik maupun psikologis. Penelitian lain Abidin & Kainama (2025) menemukan bahwa intervensi

Family-Centered Empowerment Model yang diberikan dalam enam sesi efektif meningkatkan pengetahuan, praktik *self-care*, dan motivasi berobat pada pasien hipertensi di komunitas. Hasil ini menunjukkan bahwa keterlibatan keluarga dapat memperkuat kemampuan pasien dalam mengontrol tekanan darah serta mengantisipasi timbulnya komplikasi hipertensi.

1.2 Batasan Masalah

Permasalahan penelitian ini dibatasi terhadap penerapan *Family Centered Empowerment* sebagai intervensi untuk meningkatkan kepatuhan *self-care management* pada keluarga dengan anggota keluarga yang mengalami hipertensi. Penelitian ini berfokus pada penguatan kapasitas keluarga melalui aspek dukungan, keterampilan serta pengetahuan dalam mengelola perawatan mandiri anggota keluarga yang sakit, yang mencakup pengaturan diet, aktivitas fisik, serta kepatuhan pengobatan di Desa Rambipuji, Kecamatan Rambipuji.

1.3 Rumusan Masalah

Bagaimanakah penerapan *Family Centered Empowerment* terhadap kepatuhan *self-care management* pada keluarga dengan anggota keluarga yang mengalami hipertensi di Desa Rambipuji, Kecamatan Rambipuji?

1.4 Tujuan

1.4.1 Umum

Mengetahui pengaruh penerapan *Family Centered Empowerment* terhadap kepatuhan *self-care management* pada

keluarga dengan anggota keluarga yang mengalami hipertensi di Desa Rambipuji, Kecamatan Rambipuji.

1.4.2 Khusus

Penelitian bertujuan untuk mengidentifikasi:

1. Bagaimana *self-care management* pada keluarga dengan anggota keluarga yang mengalami hipertensi sebelum diberikan *Family Centered Empowerment*?
2. Bagaimana *self-care management* pada keluarga dengan anggota keluarga yang mengalami hipertensi setelah diberikan *Family Centered Empowerment*?
3. Bagaimana pengaruh penerapan *Family Centered Empowerment* terhadap kepatuhan *self-care management* pada keluarga dengan anggota keluarga yang mengalami hipertensi?

1.5 Manfaat

1.5.1 Teoritis

Bisa memberi kontribusi ilmiah untuk proses pengembangan ilmu keperawatan, terutama dalam bidang Keperawatan Keluarga dan Keperawatan Komunitas. Selain itu bisa untuk tambahan referensi terkait efektivitas *Family Centered Empowerment* dalam mendorong kepatuhan sekaligus kemandirian perawatan diri (*self-care*) bagi penderita hipertensi.

1.5.2 Praktis

Penelitian ini bisa memberikan manfaat praktis dalam meningkatkan peran keluarga terhadap pengelolaan hipertensi

melalui penerapan *Family Centered Empowerment*. Manfaat praktis dalam penelitian ini bagi:

1. Keluarga

Penelitian ini diharapkan dapat menambah keterampilan, pengetahuan, serta kemandirian keluarga dalam memberikan perawatan secara mandiri bagi anggota keluarga dengan hipertensi, sehingga kepatuhan terhadap diet, aktivitas fisik, dan pengobatan dapat terjaga dengan baik.

2. Perawat

Hasil Penelitian ini bisa untuk menjadi bahan masukan terutama perawat di Puskesmas atau komunitas, dalam menerapkan intervensi keperawatan yang melibatkan keluarga secara aktif guna mengoptimalkan manajemen penyakit tidak menular (PTM) di wilayah kerja.

3. Peneliti Selanjutnya

Hasil Penelitian untuk data dasar serta sumber referensi bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengembangkan intervensi keperawatan keluarga yang lebih inovatif terkait manajemen perawatan diri pada penderita penyakit kronis lainnya.