

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Hipertensi menjadi masalah kesehatan perlu mendapatkan perhatian karena morbiditas dan mortalitasnya yang tinggi. Badan Kesehatan Dunia *World Health Organization* (WHO) menyatakan jumlah penderita hipertensi akan terus meningkat seiring dengan jumlah penduduk yang membesar. Pada 2025 mendatang, diproyeksikan sekitar 29% warga dunia terkena hipertensi. Persentase penderita hipertensi saat ini paling banyak terdapat di negara berkembang. Data *Global Status Report on Non Communicable Diseases* tahun 2010 menyebutkan persentase penderita hipertensi saat ini paling banyak terdapat 40% di negara ekonomi berkembang, sedangkan negara maju hanya 35%. Data statistik terbaru menyatakan bahwa terdapat 24,7% penduduk Asia Tenggara dan 23,3% penduduk Indonesia berusia 18 tahun ke atas mengalami hipertensi pada tahun 2014 (WHO, 2015).

Prevalensi di Indonesia penyakit hipertensi mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Data statistik menunjukkan bahwa pada tahun 2013 persentase 26,5%, dan pada tahun 2018 melonjak menjadi 34,1%, terjadi peningkatan 8,3 % kasus hipertensi dari tahun 2013 ke tahun 2018 (Risikesdas, 2018). Menurut profil kesehatan provinsi Jawa Barat Pada tahun 2016 ditemukan 790.382 orang kasus hipertensi (2,46 % terhadap jumlah penduduk ≥ 18 tahun), dengan jumlah kasus yang diperiksa sebanyak 8.029.245 orang. Penemuan kasus tertinggi di Kota Cirebon (17,18 %) sedangkan kabupaten Tasikmalaya (4,46%).

Hipertensi merupakan faktor utama penyakit-penyakit kardiovaskular yang merupakan penyebab kematian tertinggi di Indonesia (Tumenggung, 2013)). Hipertensi dikategorikan

sebagai penyakit *the silent disease*. Hipertensi yang terjadi dalam jangka lama dan terus menerus memicu stroke, serangan jantung, gagal jantung dan merupakan penyebab gagal ginjal kronik. Fenomena ini disebabkan karena perubahan gaya hidup masyarakat secara global, seperti kebiasaan mengkonsumsi makanan siap saji membuat konsumsi sayuran segar dan serat berkurang, konsumsi makanan tinggi garam, lemak, gula, dan kalori ataupun kepatuhan diet yang kurang sehingga berperan besar dalam meningkatkan angka kejadian hipertensi (Agrina & Hairitama, 2013).

Diet merupakan salah satu metode pengendalian hipertensi secara alami jika dibandingkan dengan obat penurun tekanan darah yang dapat menimbulkan berbagai efek samping yang terjadi, untuk diet hipertensi anjurkan diet rendah garam, diet rendah kolesterol, dan diet rendah purin. Tujuan dari diet ini adalah untuk membantu menurunkan tekanan darah tinggi serta mampu menghilangkan penimbunan garam atau air dalam jaringan tubuh (Lany Sutrani, 2015)

Menurut Devita (2014) kepatuhan dalam melaksanakan diet memiliki beberapa faktor yang mempengaruhi kepatuhan penderita termasuk dalam kepatuhan dalam melaksanakan diet yaitu pemahaman tentang intruksi, tingkat pendidikan dan pengetahuan, kesakitan dalam pengobatan, keyakinan, sikap dan kepribadian pasien, serta dukungan dari keluarga. Dari ke lima faktor tersebut, dukungan keluarga merupakan salah satu faktor yang tidak dapat diabaikan begitu saja, karena keluarga sangat berpengaruh terhadap motivasi penderita dalam melaksanakan pengelolaan penyakit hipertensi. Apabila ada dukungan keluarga rasa percaya diri akan bertambah dan motivasi untuk menghadapi masalah yang terjadi akan meningkat (Noorkasiani, 2009).

Dukungan keluarga dapat diberikan kepada anggota keluarga dalam merawat dan meningkatkan status kesehatannya adalah dengan memberikan rasa nyaman, perhatian, penghargaan, dan pertolongan atau memberikan pelayanan dengan sikap menerima kondisinya (Tumenggung, 2013). Dukungan dari keluarga sangat diperlukan untuk menambah rasa percaya diri dan motivasi untuk menghadapi masalah dan meningkatkan kepatuhan diet hipertensi. Peran keluarga harus dilibatkan dalam pemenuhan kebutuhan, mengetahui kapan keluarga harus mencari pertolongan serta mendukung dalam kepatuhan untuk mengurangi resiko kekambuhan dan komplikasi. Keluarga dapat membantu dalam perawatan hipertensi dengan mengatur pola makan yang sehat, mengajak berolahraga, menemani dan meningkatkan pemeriksaan secara rutin dalam pemeriksaan tekanan darah (Susriyanti, 2014). Menurunkan kadar kolesterol, mengurangi konsumsi garam, diet tinggi serat, mengkonsumsi buah-buahan dan sayuran segar (Dewi, 2016).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Dian (2017) menunjukkan bahwa dari 31 responden yang diteliti terdapat 15 orang responden (48,4%) patuh terhadap diet hipertensi, terdapat 11 responden (43%) cukup patuh dan 5 responden tidak patuh terhadap diet hipertensi. Keluarga memiliki peran penting dalam kepatuhan diet hipertensi penderita hipertensi, seperti hasil penelitian (Herlinah & Rekawati, 2013) menemukan bahwa ada hubungan antara dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan informasional, dan dukungan instrumental dengan perilaku diet hipertensi dalam pengendalian hipertensi dengan nilai ($p < 0,05$). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Hastuti & Tyastuti, 2017) yang menunjukkan ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam dengan nilai $p = 0,017$ ($p < 0,05$).

Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengambil judul hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi berdasarkan *literature review*.

B. Rumusan Masalah

Hipertensi merupakan faktor utama penyakit-penyakit kardiovaskular yang merupakan penyebab kematian tertinggi di Indonesia. Komplikasi dari hipertensi dapat berupa stroke, serangan jantung, gagal jantung dan merupakan penyebab gagal ginjal kronik. Salah satu faktor penyebab hipertensi adalah gaya hidup, demikian adanya penatalaksanaan yang dapat dilakukan oleh penderita yaitu dengan diet hipertensi yaitu pengendalian hipertensi secara alami dalam mengubah gaya hidup. Demikian adanya, keluarga sebagai orang terdekat memiliki peran untuk memberikan rangsangan bagi penderita dalam kepatuhan diet hipertensi. Penelitian yang terkait dengan pengaruh keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi masih kurang, padahal sangat penting dilakukan untuk membantu menurunkan tekanan darah tinggi serta mampu menghilangkan penimbunan garam atau air dalam jaringan tubuh. Oleh karena itu rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi berdasarkan *literature review*?

C. Tujuan penelitian

Untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi berdasarkan *literature review*.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Diharapkan dapat memberi informasi bagi pihak institusi pendidikan serta dapat dijadikan sebagai bahan untuk Catur Dharma perguruan tinggi melalui peningkatan keilmuan melalui pendidikan dan Pengajaran, Penelitian, Pengabdian Masyarakat dan Pengembangan Keilmuan.

2. Bagi Profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi pengembangan pelayanan keperawatan berbasis praktik perawatan (*Evidence Based Practice*) mengenai hubungan kepatuhan diet penderita hipertensi sehingga dapat dijadikan acuan dalam meningkatkan kualitas pelayanan melalui pendidikan kesehatan kepatuhan diet pasien.

3. Bagi Instansi Pelayanan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi tenaga-tenaga kesehatan di rumah sakit dalam upaya meningkatkan pelayanan di bidang kesehatan dalam mencegah komplikasi hipertensi melalui kepatuhan diet hipertensi.

4. Bagi Peneliti

Menambah pengalaman dan pengetahuan tentang dukungan keluarga dengan kepatuhan diet serta sebagai sarana untuk mengembangkan dan menerapkan ilmu yang telah diberikan dan diterima dalam rangka pengembangan kemampuan diri.

5. Bagi Peneliti lain

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai bahan referensi bagi peneliti yang akan meneliti mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi.

