

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Hipertensi merupakan kondisi dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara kronis (dalam kurun waktu yang lama) yang dapat menyebabkan kesakitan pada seseorang dan bahkan dapat menyebabkan kematian. Seseorang dapat disebut menderita hipertensi jika didapatkan tekanan darah sistolik >140 mmHg dan diastolik >90 mmHg Hipertensi atau tekanan darah tinggi 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 keadaan cukup istirahat/tenang (Ulfa Azhar et al., 2019).

Data (WHO) periode (2015-2020) menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 9,4 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Septiawati Jabani et al., 2021). Hipertensi di Asia Tenggara memiliki angka kejadian 39,9% pada tahun 2020. Menurut data dari Riset Kesehatan Dasar tahun 2021 menunjukkan peningkatan prevalensi hipertensi di Indonesia dengan jumlah penduduk sekitar 260 juta adalah 34,1%, ( Laurensia et al., 2022).

Dinas Kesehatan Provinsi NTT menyatakan bahwa hipertensi merupakan penyakit tidak menular urutan ke 8 pada tahun 2020 sebesar 1.582 kasus pada tahun 2021 sebanyak 7.962 kasus dan tahun 2022 mengalami peningkatan sebesar 12.829 kasus. Jadi, Hipertensi termasuk peringkat ke 10 (Katarina & Syamruth, 2022). Data Dinas Kesehatan Kabupaten Sumba Timur terhadap jumlah penderita hipertensi pada tahun 2020 sebanyak 4.452 penderita, tahun 2021 mengalami penurunan sebanyak 4.489 penderita, tahun 2022 adalah sebanyak 4.489 penderita. Data yang diperoleh dari Puskesmas Waingapu pada periode 3 tahun terakhir pada tahun 2020 sebanyak 770, tahun 2021 menjadi 881 orang, tahun 2022 mengalami penurunan menjadi 679 orang.

Dukungan keluarga merupakan hal yang sangat penting untuk dilakukan, karena keluarga memiliki hubungan yang dekat dengan penderita Hipertensi. Dukungan keluarga merupakan bentuk pemberian dukungan kepada anggota keluarganya. Dukungan keluarga merupakan faktor yang tidak bisa diabaikan karena mempengaruhi kepatuhan penderita dalam menjalankan diet hipertensi pada. Hipertensi sebenarnya bisa dicegah dengan menjaga gaya hidup. Gaya hidup pada penderita hipertensi yaitu kepatuhan menjalankan diet, menurunkan kegemukkan, rajin olahraga, mengurangi konsumsi garam, diet rendah lemak, rendah kolesterol, tidak merokok, tidak mengkonsumsi alkohol, kurangi makan yang mengandung kalium tinggi, batasi kafein, hindari stress, dan kontrol tekanan darah secara teratur. Perhatian keluarga juga dapat mengontrol dan mengingatkan apabila

penderita lupa untuk menjalankan diet dengan baik dan merubah gaya hidup sesuai dengan petunjuk, perhatian keluarga dapat mempercepat proses kesembuhan. Bentuk dukungan tersebut membuat seseorang memiliki perasaan nyaman, yakin, dipedulikan dan dicintai oleh keluarga sehingga seseorang dapat menghadapi masalah dan melaksanakan kepatuhan diet hipertensi dengan baik (Yualita et al., 2017).

Pengawasan dari keluarga berupa dukungan sangat penting bagi penderita penyakit hipertensi dalam upaya pengendalian hipertensi. Keluarga berperan dalam perawatan kesehatan keluarga yang saling berkaitan dan saling mempengaruhi anantara anggota keluarga. Hal ini dimulai dari peningkatan kesehatan, pencegahan, pengobatan, dan rehabilitas. Dukungan keluarga pada pasien hipertensi dibutuhkan selama sakit. Pengawasan keluarga kepada penderita hipertensi dapat diberikan diet hipertensi untuk mencegah atau mengendalikan hipertensi. Hal lain yang dapat dilakukan yaitu mengajurkan untuk berolahraga ataupun datang rutin ke posyandu (Dalyoko, Kusumawati, dan Ambarwati, 2011).

Hasil penelitian yang lakukan oleh fahri salim (2021) dukungan keluarga dalam pengawasan diet pada penderita hipertensi merupakan bentuk dukungan keluarga dalam melakukan diet diperlukan dukungan keluarga karena sangat mempengaruhi kepatuhan pada pasien hipertensi, dimana kepatuhan tersebut meliputi kepatuhan minum obat, diet, berolahraga dan mengelola stress penderita. (Salim Fahri., 2021).

Hasil penelitian Smetzer, (2001) Dalam melakukan terapi, keluarga

dapat menjadi faktor yang sangat berpengaruh dalam program pengobatan tekanan darah. Bimbingan pengawasan dan dorongan secara terus-menerus biasanya diperlukan agar penderita hipertensi tersebut mampu melaksanakan rencana yang dapat diterima untuk bertahan hidup dengan hipertensi dan mematuhi aturan terapinya (Nurmayanti & Kaswari, 2022). Penatalaksanaan penyakit kronik seperti hipertensi membutuhkan dukungan keluarga yang adekuat. Memperluas dukungan keluarga tidak hanya terbatas pada pasangan atau anggota keluarga yang lainnya tetapi juga melibatkan keluarga nuklir (jaringan sosial keluarga). Salah satu solusi yang dapat dilakukan oleh penderita Hipertensi dengan cara memeriksa tekanan darah secara teratur, menjaga berat badan ideal, mengurangi konsumsi garam, jangan merokok, berolahraga secara teratur mengurangi stress, dan menghindari makanan berlemak. Berdasarkan fenomena diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang” Dukungan Keluarga Dalam Pengawasan Diet Pada penderita Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Waingapu”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan Latar Belakang masalah tersebut maka rumusan masalah yang di ajukan yaitu: Bagaimanakah dukungan keluarga dalam pengawasan diet pada penderita dengan Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Waingapu ?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Untuk Mengetahui gambaran dukungan keluarga dalam pengawasan diet pada penderita dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Waingapu.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

1. Bagi Institusi Keperawatan

- a. Untuk menambah referensi pada perpustakaan sebagai pedoman bagi peneliti selanjutnya.
- b. Dapat dimanfaatkan sebagai sumber dalam penelitian lanjutan

2. Bagi Masyarakat

Untuk meningkatkan dukungan pengawasan keluarga terhadap penderita dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Waingapu

3. Bagi Peneliti

Untuk menerapkan teori yang telah diperoleh serta mendapatkan pengalaman langsung dalam mempelajari dan melakukan penelitian.