

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan global yang hingga saat ini masih menjadi penyebab utama morbiditas dan mortalitas di berbagai negara. Hipertensi merupakan kondisi ketika tekanan darah meningkat secara tidak normal dan berlangsung dalam jangka waktu lama, ditandai dengan tekanan sistolik di atas 120 mmHg dan diastolik di atas 80 mmHg. Kondisi ini sering kali tidak menunjukkan gejala, namun dapat memicu perubahan pada pembuluh darah yang berpotensi menimbulkan komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, serta gangguan kesehatan lainnya jika tidak dikelola dengan baik. (Wulandari et al., 2023)

Menurut WHO pada tahun 2024, diperkirakan sekitar 1,4 miliar individu berusia 30 hingga 79 tahun di seluruh dunia mengalami hipertensi, yang berarti mencakup sekitar sepertiga atau 33% dari populasi pada rentang usia tersebut. Sebagian besar dari mereka, yakni sekitar dua pertiga, berada di negara dengan tingkat pendapatan rendah hingga menengah. Selain itu, sekitar 600 juta orang dewasa yang menderita hipertensi, atau sekitar 44%, belum menyadari bahwa mereka memiliki kondisi tersebut (World Health Organization, 2025).

Di Indonesia, menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dan studi kohor penyakit tidak menular (PTM) 2011-2021, hipertensi merupakan faktor risiko tertinggi penyebab kematian keempat dengan persentase 10,2% (Tarmizi, 2024).

Pada tingkat daerah, berdasarkan hasil RISKESDAS tahun 2018, prevalensi hipertensi di Aceh menunjukkan peningkatan dari 21,5% pada tahun 2013 menjadi 26,45%. Prevalensi tertinggi tercatat di Kabupaten Bener Meriah sebesar 36,75%, sedangkan yang terendah di Simeulue sebesar 18,47%. Selain itu, data dari Dinas Kesehatan Aceh Besar menunjukkan bahwa jumlah penderita hipertensi pada tahun 2023 mencapai 24.111 jiwa. Data tersebut mengindikasikan bahwa hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang

signifikan di tingkat lokal (Muhammad Furqan et al., 2024).

Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menimbulkan berbagai komplikasi serius seperti penyakit jantung dan stroke. Oleh karena itu, pengendalian tekanan darah menjadi hal yang sangat penting bagi penderita hipertensi. Salah satu upaya yang efektif dalam mengontrol tekanan darah adalah melalui penerapan diet rendah garam. Diet ini terbukti dapat membantu menurunkan tekanan darah dan mencegah komplikasi lebih lanjut. Namun, dalam praktiknya masih banyak penderita hipertensi yang menunjukkan tingkat kepatuhan yang rendah terhadap diet rendah garam (Novitasari et al., 2025).

Kepatuhan terhadap diet tidak hanya dipengaruhi oleh faktor individu seperti pengetahuan, tetapi juga oleh faktor eksternal, salah satunya adalah dukungan keluarga. Keluarga merupakan sistem pendukung utama dalam kehidupan individu, termasuk dalam hal kesehatan. Dukungan keluarga dapat berupa perhatian, motivasi, pengawasan, serta bantuan dalam menjalankan pola hidup sehat. Individu yang mendapatkan dukungan keluarga yang baik cenderung lebih patuh terhadap anjuran medis, termasuk dalam menjalankan diet rendah garam (Lisna Khairani Nasution, 2022).

Beberapa penelitian terdahulu juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan pasien dalam menjalankan terapi, termasuk diet pada penderita hipertensi. Dukungan yang baik dari keluarga dapat meningkatkan motivasi dan kesadaran pasien untuk menjaga kesehatannya, sehingga berdampak pada peningkatan kepatuhan terhadap diet

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dilihat bahwa hipertensi merupakan masalah kesehatan yang masih tinggi prevalensinya, baik secara global, nasional, maupun daerah. Di sisi lain, kepatuhan terhadap diet rendah garam sebagai salah satu upaya pengendalian hipertensi masih rendah, dan dukungan keluarga diduga memiliki peran penting dalam meningkatkan kepatuhan tersebut. Oleh karena itu, penelitian mengenai hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam pada lansia penderita hipertensi menjadi penting untuk dilakukan guna memberikan gambaran yang lebih jelas serta sebagai dasar dalam upaya

peningkatan kualitas pelayanan kesehatan.

Berdasarkan fenomena diatas, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang “hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi”.

B. Rumusan masalah

Bagaimanakah dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis Dukungan Keluarga terhadap kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi dukungan keluarga pada penderita hipertensi.
- b. Mengidentifikasi kepatuhan diet rendah garam pada penderita hipertensi.
- c. Menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam penderita hipertensi.

D. Manfaat penelitian

3. Bagi Penelitan

Hasil analisa ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian yang memiliki tema sama dengan penelitian penulis.

4. Bagi masyarakat

Hasil analisa ini diharap dapat memberikan informasi, wawasan serta pengetahuan terhadap masyarakat khususnya pasien yang mengalami hipertensi.

5. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil analisa ini diharap sebagai salah satu media pembelajaran, sumber informasi, wacana kapustakaan terkait dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi