

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi menjadi tantangan Kesehatan global yang signifikan karena berpotensi memicu kematian dini di seluruh dunia. Data WHO tahun 2021 menunjukkan prevalensi hipertensi global saat ini mencapai 26,4% populasi, atau sekitar 972 juta orang. Jumlah ini diperkirakan meningkat 29,2% pada tahun 2030. Dari total 972 juta penderita tersebut, sebagian besar (639 juta) berada di negara berkembang, sementara 333 juta sisanya berada di negara maju. Secara regional, prevalensi hipertensi tertinggi tercatat di Afrika, di mana 46% orang dewasa berusia >25 tahun telah didiagnosis menderita penyakit hipertensi. (Aulia, 2024)

Berdasarkan data dari WHO tahun 2023, diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa (usia 30-79 tahun) di seluruh dunia menderita hipertensi. Mayoritas penderita ini berada di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Hampir setengah (46%) dari penderita tersebut tidak menyadari kondisi mereka. Meskipun 46% berhasil didiagnosis dan diobati, tingginya kasus hipertensi menjadikannya penyebab utama kematian dini secara global. (Sihombing et al., 2024)

Menurut Laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023 prevalensi hipertensi Indonesia umur ≥ 18 tahun menurut provinsi dimana jumlah penderita hipertensi berdasarkan hasil pengukuran dengan jenis kelamin Laki-laki sebanyak 283.746 kasus dan Perempuan 283.137 kasus dengan jumlah penderita sekitar 566.883 kasus. (Syarifah Liza Munira, 2023)

Data dari Dinas Kesehatan Sumatera Utara menunjukkan tren peningkatan kasus hipertensi yang signifikan setiap tahunnya. Pada tahun 2021, tercatat sebanyak 2.143.538 kasus. Kemudian melonjak 3.217.618 kasus pada tahun 2022. Dari total di tahun 2022, hanya 395.690 yang mendapatkan layanan Kesehatan. Mengalami kenaikan pada tahun 2023 dengan jumlah penderita kategori usia di atas 18 tahun mencapai 3.273.879 orang. (Waluyani, 2024). Kota Medan salah satu kota di Indonesia memiliki jumlah kasus penyakit hipertensi yang semakin banyak bertambah setiap tahunnya. Tahun 2020, jumlah yang menderita hipertensi di kota Medan 61.353 orang. Tahun

2021, mengalami penurunan 54.545 orang. Namun, di tahun 2022, hipertensi kembali naik mencapai 65.904 orang. (Nurhaini, 2025)

Efikasi diri memegang peran dalam meningkatkan kepatuhan pasien terhadap diet rendah garam. Hal ini terjadi karena keyakinan diri tersebut mampu memperkuat niat, yang menghubungkan antara sikap, norma subjektif, serta persepsi kendali perilaku dengan tindakan nyata.. (WIRTAWAN, 2024). Adapun faktor lain yang memengaruhi kemampuan penderita hipertensi untuk mengikuti program diet, salah satunya adalah dukungan keluarga. Peran keluarga sangat penting sebagai faktor penguat yang mampu meningkatkan kepatuhan pasien terhadap diet yang dianjurkan. Selain itu, keluarga berperan dalam mengawasi, mencegah terjadinya komplikasi, serta ikut menentukan pilihan pola diet yang akan dijalani penderita hipertensi. (Meilinda Meilinda et al., 2025)

Pengurangan asupan natrium (garam) adalah strategi diet untuk mengatur tekanan darah. Kemampuan seseorang menjalankan diet dipengaruhi keyakinan, sikap, kepribadian, efikasi diri yang kurang. Efikasi diri tinggi memotivasi untuk menjaga perilaku sehat rutin melakukan pengobatan dan menjaga asupan garam. Efikasi diri rendah menjadi kendala dalam mengambil tindakan yang diperlukan untuk mengelola hipertensi secara efektif. (Reviana & Sudaryanto, 2025).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Kadek Devia Pramita Sari di Wilayah kerja UPT Puskesmas Kuta Utara tahun 2022, menunjukkan dari 23 sampel yang patuh dalam melaksanakan diet rendah garam 12 sampel (52,2%) memiliki efikasi diri tinggi, dan dari 19 sampel yang tidak patuh dalam melaksanakan diet rendah garam 13 sampel (68,4%), dengan tingkat efikasi diri rendah. Berdasarkan hasil uji statistik dengan Rank Spearman pada taraf signifikan $p = <0,05$ dimana diperoleh hasil $p = 0,004$, terdapat hubungan antara tingkat efikasi diri dengan kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi.(Sari et al., 2023).

Hasil studi yang dilakukan oleh Rosa Amelia dan Indah Kurniawati (2020) tentang dampak dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet pada pasien hipertensi di Kelurahan Tapos Depok

menunjukkan responden yang menerima dukungan keluarga, sebanyak 55 orang (78,6%) patuh menjalani diet hipertensi, sementara 15 orang (21,4%) meski mendapatkan dukungan, tidak patuh terhadap diet tersebut. Responden yang tidak mendapatkan dukungan keluarga, nilai yang diperoleh 0,001. Karena nilai $\alpha \leq (0,05)$, terdapat hubungan antara dukungan keluarga dan kepatuhan diet pasien hipertensi di Kelurahan Tapos Depok. Nilai OR= 5,704 menunjukkan responden mendapat dukungan keluarga memiliki kemungkinan 5,704 kali lebih besar untuk mematuhi diet hipertensi dibandingkan dengan responden yang tidak memperoleh dukungan keluarga. (Chasanah, 2022).

Meskipun banyak riset yang telah dilakukan terkait kepatuhan diet rendah garam pada penderita hipertensi, faktor dominan mempengaruhi kepatuhan diet rendah garam masih belum konsisten dan masih beragam. Penelitian sebelumnya fokus pada satu faktor misalnya hanya membahas faktor efikasi diri saja atau faktor dukungan keluarganya saja. Pada penelitian ini, peneliti memilih dua faktor sekaligus untuk melihat faktor apa lebih signifikan mempengaruhinya. Penelitian ini banyak diteliti pada kelompok umur lansia, oleh karena itu peneliti ingin meneliti lebih lanjut pada usia produktif usia 20-65 tahun.

Berdasarkan laporan kunjungan pasien hipertensi di Puskesmas Bestari tahun 2023 terdapat 924 pasien. Meskipun Berbagai upaya dilakukan tenaga kesehatan di puskesmas untuk menurunkan kejadian hipertensi, tetapi jumlah penderita hipertensi masih banyak di setiap bulannya. Setelah kami lakukan observasi dengan wawancara pada salah satu pasien kami melihat bahwa wilayah puskesmas dekat dengan Pasar Petisah. Mayoritas pekerjaan yaitu berdagang yang memungkinkan kesibukan membuat mereka lalai terhadap kesehatan mereka. Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan efikasi diri dan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet rendah garam pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Bestari.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka dirumuskan masalah pada penelitian ini adalah bagaimanakah hubungan efikasi diri dan dukungan

keluarga terhadap kepatuhan diet rendah garam pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Bestari Tahun 2026

1.3 Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis efikasi diri dan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet rendah garam pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas bestari pada tahun 2026

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis karakteristik (umur, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan) penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas bestari pada tahun 2026
- b. Mengidentifikasi efikasi diri pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas bestari pada tahun 2026
- c. Mengidentifikasi dukungan keluarga pada penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas bestari pada tahun 2026

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Bagi peneliti hasil penelitian ini sebagai dasar tentang penelitian selanjutnya tentang hubungan efikasi diri dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam pada penderita hipertensi.

2. Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan masyarakat tentang hipertensi sehingga masyarakat dapat meningkatkan Kesehatan.

3. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil Penelitian ini diharapkan mampu menambah referensi dalam khususnya penyakit Hipertensi dan mewujudkan self efficacy kepada pasien dan dapat bermanfaat untuk menjalankan sebagai tenaga Kesehatan.