

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Hipertensi merupakan masalah kesehatan global yang penting. Dengan menggunakan data populasi dari 154 negara, perkiraan jumlah orang dewasa dengan tekanan darah sistolik (SBP)  $\geq 140$  mm Hg pada tahun 2015 adalah 874 juta orang, dan jumlah orang dewasa dengan SBP minimal 110-115 mm Hg adalah 3,5 miliar. Telah diketahui bahwa peningkatan tekanan darah (TD) berhubungan dengan morbiditas dan mortalitas kardiovaskular, dan pengendalian tekanan darah (TD) yang baik merupakan pendekatan yang efektif untuk mengurangi risiko kerusakan organ target dan kejadian kardiovaskular terkait hipertensi. Namun demikian, komplikasi kardiovaskular akibat hipertensi terus menyebabkan morbiditas dan mortalitas yang signifikan di seluruh dunia, sebagian besar disebabkan oleh tidak memadainya strategi pencegahan, diagnosis, dan pengendalian hipertensi pada populasi lansia di seluruh dunia, yang banyak di antaranya mengalami perubahan kondisi sosial dan ekonomi (*Amelia,R & Kurniawati, I,2020*).

Kepadatan penduduk yang tinggi di beberapa wilayah Asia berarti bahwa jumlah absolut orang yang terkena hipertensi cukup besar. Berdasarkan angka tahun 2015, 258 juta (23%) dari 1,13 miliar orang dewasa dengan peningkatan tekanan darah tinggal di Asia Selatan (199 juta di antaranya tinggal di India) dan 235 juta (21%) lainnya tinggal di Asia Timur (226 juta di Tiongkok) .8Oleh karena itu, dampak negatif dari tekanan darah tinggi dan pengendalian tekanan darah yang buruk sangatlah signifikan, sehingga hipertensi menjadi masalah kesehatan masyarakat yang penting di wilayah ini (*Kemenkes RI, 2018*).

Hipertensi menjadi penyakit dengan penyebab utama kematian dini di seluruh dunia (*WHO, 2023*). Hal ini disebabkan karena penyakit hipertensi dapat menjadi pintu gerbang munculnya penyakit kronis lainnya seperti, jantung, gagal ginjal, diabetes, stroke dan lainnya (*BPS, 2019*) Berdasarkan data World Health Organization (WHO) tahun 2015 menunjukkan ada kurang lebih 1,13 Miliar orang di dunia terdeteksi hipertensi, hal ini akan meningkat setiap tahunnya, dan diperkirakan tahun 2025 mendatang. 1,5 Miliar orang akan mengalami penyakit

uu lebih parahnya lagi ada sekitar 9,4 juta orang setiap tahunnya dapat meninggal dunia akibat penyakit ini (BPS, 2019). Merucut pada masalah tersebut, Asia Tenggara menjadi benua dengan urutan ketiga masyarakatnya mengidap penyakit hipertensi terbanyak di dunia dengan persentase 25% (Kemenkes RI, 2019).

Di Indonesia Hipertensi merupakan manifestasi dari gangguan keseimbangan hemodinamik multi faktor pada sistem kardiovaskuler, sehingga mekanismenya tidak dapat dijelaskan secara tunggal. (Menurut Kaplan 2019), hipertensi banyak kaitannya dengan faktor genetik, lingkungan dan pusat regulasi hemodinamik. Jika disederhanakan, hipertensi adalah interaksi curah jantung (CO) dan resistensi perifer total (TPR).<sup>1</sup> Tekanan darah tinggi atau hipertensi adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami peningkatan tekanan darah di atas normal yang menunjukkan angka sistolik dan diastolik pada pemeriksaan tekanan darah dengan menggunakan alat pengukur tekanan darah. Peningkatan tekanan darah dapat menyebabkan berbagai komplikasi seperti stroke, gagal ginjal, dan hipertrofi ventrikel kanan, hipertensi juga masih menjadi salah satu penyakit atau masalah kesehatan yang paling tinggi dan menempati urutan pertama pada masalah kesehatan (Kemenkes RI, 2019).

Untuk menurunkan angka prevalensi hipertensi salah satunya dengan melakukan diet hipertensi. Diet merupakan pengaturan pola makan atau konsumsi makanan serta minuman yang di larang tetapi dibatasi jumlahnya atau diperbolehkan dengan jumlah tertentu untuk tujuan terapi penyakit yang diderita, kesehatan, atau untuk menurunkan berat badan yang berlebihan, penurunan tingginya kadar lemak kolesterol dan penurunan tekanan darah tinggi. Di Indonesia pencegahan dan pengobatan hipertensi masih belum optimis, serta tingkat kontrol hipertensi juga masih rendah. Berdasarkan dari beberapa jurnal penelitian yang menyajikan mengenai kepatuhan diet hipertensi yang berasal dari dukungan keluarga didapatkan banyak yang mengatakan tekanan darahnya sering meningkat karena tidak patuh menjalankan diet hipertensi, kesulitan dalam menaati aturan pola makan, minum obat dan juga merasa kurang mendapatkan perhatian dari keluarga misalnya keluarga jarang mengingatkan penderita untuk mematuhi aturan diet hipertensi, minum obat secara teratur dan mengantar untuk kontrol kesehatannya. Rendahnya angka kepatuhan diet hipertensi membuat meningkatnya angka kejadian hipertensi sehingga dalam hal ini dukungan keluarga juga sangat berperan penting dalam menjalankan kepatuhan diet hipertensi (Notoatmodjo, S, 2019).

Hipertensi ini tidak hanya berdampak pada fisik saja tetapi juga berdampak pada psikis, dimana seseorang yang menderita hipertensi akan merasa cemas, dan tidak bisa kontrol emosi. Ketika psikologis individu rendah maka ancaman yang serius yang sebagian besar terdapat bentuk depresi dan kecemasan terkait dengan penyakit hipertensi. Emosi dan kecemasan merupakan hal yang mempengaruhi dari faktor psikologis karena ketika seseorang memiliki perasaan yang negatif dalam tubuh, maka tubuh akan memproduksi hormon yang dapat meningkatkan tekanan darah, peningkatan tekanan darah ini akan memicu terjadinya komplikasi terhadap penyakit tersebut dan dapat berdampak pada kualitas hidup yang rendah. Setiap emosi negatif sangat kuat pengaruhnya bagi sistem imun tubuh seseorang, dan akan melepaskan hormon-hormon dalam tubuh yang pada perkembangannya dapat memicu timbulnya suatu penyakit saat penderita hipertensi merasakan kecemasan, stress, rasa tertekan, sedih, dan marah (Rahmanti.A, 2020).

Didalam ini kita dianjurkan untuk menjaga diri, tidak menjerumuskan diri ke hal-hal yang buruk seperti yang dipahami. Maka dari itu kita sesama manusia terutama keluarga harus saling memberi dukungan karena dukungan keluarga sangat berperan penting, keluarga adalah unit terkecil didalam masyarakat dan berfungsi sebagai penerima asuhan keperawatan. Dukungan dari keluarga inti seperti ayah, ibu dan anak-anaknya sangat dibutuhkan oleh penderita hipertensi dalam upaya meningkatkan kepatuhan diet pada penderita hipertensi (Rahmayani.S.T, 2019).

Hipertensi masih menjadi masalah kesehatan masyarakat saat ini karena prevalensi yang semakin meningkat. Prevalensi hipertensi di Sumatera Utara mencapai 5,52% dari jumlah penduduk di Sumatera Utara. Prevalensi hipertensi di Kota Medan sebesar 4,97%. Jumlah penderita hipertensi di Sumatra utara pada tahun 2019 sebanyak 842 orang dan pada Tahun 2020 sebanyak 1162 orang. Tujuan penelitian ini adalah menganalisa hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi, dengan kejadian Hipertensi di Kota Medan Tahun 2021. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional study*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 1975 orang dengan sampel 92 orang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Metode analisa dengan cara univariat, analisis bivariat dan analisis multivariat. Hasil penelitian menunjukkan hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi. Disimpulkan bahwa faktor-faktor yang berhubungan dengan

hipertensi adalah hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi (*Dinkes Kota Medan 2019*).

## **B. Rumusan Masalah**

Adanya ketidakpatuhan pasien pada diet hipertensi sehingga penyakit hipertensi kembali mengalami kekambuhan, dan salah satu faktor dapat mengontrol turunnya tekanan darah yaitu adanya dukungan keluarga, dukungan dari keluarga dapat berpengaruh positif dalam mengontrol penyakit yang diderita oleh pasien, untuk itu dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi perlu ditingkatkan. Sehingga dari masalah tersebut peneliti ingin meneliti "Bagaimana hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi."

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana dengan hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi.

## **D. Manfaat Penelitian**

1. Penelitian diharapkan dapat menjadi bahan masukan serta sebagai sumber ilmu dan informasi terkait bagaimana hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi.
2. Peneliti diharapkan agar dapat menambah wawasan peneliti dan dapat dijadikan referensi dan acuan bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti dengan judul yang sama.
3. Peneliti diharapkan mampu menambah wawasan masyarakat terkhusus pada keluarga agar dapat selalu memberikan perhatian, dukungan dan motivasi kepada penderita hipertensi agar memiliki kepatuhan menjalankan diet hipertensi.