

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar belakang masalah

Hipertensi dikenal oleh masyarakat awam dengan sebutan *darah tinggi* karena kondisi ini memang mengindikasikan tingginya tekanan darah (Mutmainna et al., 2022). Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama kematian dini di seluruh dunia, salah satu target global penyakit tidak menular adalah menurunkan prevalsensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030 (WHO, 2021). Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang cukup berbahaya di dunia, karena hipertensi merupakan faktor resiko utama yang mengarah kepada penyakit kardiovaskuler seperti serangan jantung, gagal jantung, stroke, dan penyakit ginjal yang mana pada tahun 2016 penyakit jantung iskemik dan stroke menjadi dua penyebab utama kematian di dunia (WHO, 2018). Hipertensi dan komplikasinya dapat diatasi dan dicegah dengan perilaku: diet rendah garam dan kontrol tekanan darah secara teratur. Diet yang sering dianjurkan adalah mengonsumsi makanan rendah garam, yaitu hanya 4 gram sehari. Menjaga rasa makanan alami mungkin adalah diet terbaik bagi penderita hipertensi (Ahmad Asyrofi, Setianingsih, 2017). Berdasarkan wawancara terhadap 15 pasien yang mengalami hipertensi yang sedang melakukan pemeriksaan di poli spesialis jantung Rumah Sakit Petrokimia Gresik Driyorejo menyatakan bahwa responden belum mempunyai keinginan untuk melakukan diet rendah garam dalam mencegah hipertensi sehingga masih sering mengalami kekambuhan. Pasien juga mengatakan bahwa keluarga kurang mendukung dalam kesembuhan penyakitnya. Namun

hubungan motivasi diri dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien hipertensi masih belum dapat dijelaskan.

Menurut data World Health Organization (WHO) terdapat sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi, hal tersebut menyimpulkan bahwa 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis menderita hipertensi, hanya 36,8% di antaranya yang mengkonsumsi obat (Imam El Islamy, L. S. 2023) Di Indonesia sendiri hipertensi merupakan penyebab kematian nomor 3 setelah stroke dan tuberkulosis, yakni 6,7% dari populasi kematian pada semua umur. Berdasarkan data riskesdas tahun 2018 estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang. Prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk umur 18 tahun ke atas menurut Kabupaten Gresik yakni 36,42%. Prevalensi hipertensi yang terus meningkat, maka penderita hipertensi dengan tekanan darah tinggi didalam pengendalian tekanan darah memerlukan motivasi yang juga merupakan bagian sebagai penentu perilaku sehat (Br.Siahaan et al., 2022). Berdasarkan Hasil rekam medis pada tahun 2021 didapatkan data kunjungan pasien hipertensi di Rumah Sakit Petrokimia Gresik Driyorejo yaitu sebanyak 1.999 orang dan pada tahun 2022 sebanyak 2.290 orang, hal ini menunjukkan peningkatan sebesar 291 pasien rawat jalan dengan hipertensi. Data pasien pada Bulan Agustus 2024, pasien lansia dengan hipertensi sebanyak 123 orang.

Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya hipertensi dibagi dalam dua kelompok yaitu faktor yang melekat atau tidak dapat diubah seperti jenis kelamin, umur, genetik dan faktor yang dapat diubah seperti pola makan, kebiasaan olahraga dan lain-lain. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tekanan darah yang dapat dikontrol adalah gaya hidup atau pola hidup diantaranya yaitu penerapan

diet. Asupan makanan yang mengandung tinggi natrium menjadi salah satu faktor resiko utama penyebab terjadinya penyakit hipertensi. Frekuensi makan, jenis makanan yang dikonsumsi, makanan siap saji, dan makanan berkadar garam tinggi serta mengandung rendah serat akan memicu terjadinya penyakit hipertensi dan vaskuler. Hipertensi yang terjadi dalam kurun waktu yang lama akan berbahaya sehingga menimbulkan komplikasi. Komplikasi tersebut dapat menyerang berbagai target organ tubuh yaitu otak, mata, jantung, pembuluh darah arteri, serta ginjal (Susanti et al., 2020). Kepatuhan diet akan terlaksana dengan baik apabila seseorang tahu akan manfaat yang dapat diambil dan didukung dengan pemahaman yang memadai. Pemahaman yang dimiliki akan menentukan suatu perilaku dan perubahan untuk penyakitnya. Pemahaman yang rendah mengenai kepatuhan diet dapat menurunkan kesadaran dengan pentingnya melaksanakan kepatuhan diet hipertensi dan dapat berdampak atau berpengaruh pada cara pelaksanaan diet hipertensi, akibatnya dapat terjadi komplikasi berlanjut. Kepatuhan diet hipertensi dapat dicapai apabila pasien dapat melaksanakan diet yang diberikan secara teratur atau konsisten (Notoatmodjo, 2019).

Motivasi diri melakukan diet hipertensi merupakan keinginan melakukan diet tanpa adanya paksaan. Motivasi diri yang kuat berasal dari diri penderita hipertensi untuk sembuh dan melakukan diet hipertensi (Susanti, 2018). Motivasi diri sangat penting dimiliki penderita hipertensi, karena dengan adanya motivasi maka penderita hipertensi semangat melakukan hidup sehat dengan melakukan diet hipertensi sehingga mempercepat kesembuhan dari penyakit hipertensi (Smith, 2020). Penelitian Muslim & Rahayu (2021) menjelaskan bahwa penderita hipertensi memiliki motivasi diri rendah untuk melakukan diet hipertensi, sehingga

tekanan darah tetap tinggi. Selain motivasi diri faktor yang mempengaruhi kepatuhan diet hipertensi dipengaruhi oleh dukungan keluarga.

Faktor dukungan keluarga juga sangat berpengaruh terhadap kepatuhan dalam menjalankan diet hipertensi. Ada 4 bentuk dukungan lansia yang dapat diberikan keluarga yaitu dukungan emosional, penghargaan, informasi dan instrumental. Dukungan emosional ini berkaitan dengan tingkah laku yang mendorong perasaan nyaman individu, dukungan ini merupakan ungkapan rasa empati, perhatian dan kepedulian terhadap individu sehingga individu merasa dicintai dan diperhatikan dalam hidupnya. Dukungan penghargaan merupakan sistem pendukung bagi individu yakni dengan memberikan dukungan positif yang ada dalam individu tersebut. Dukungan informasi merupakan suatu penjelasan mengenai situasi yang berhubungan dengan masalah yang dihadapi individu, dukungan ini diberikan dalam bentuk nasihat, saran, dan diskusi. Dukungan instrumental keluarga merupakan sebuah sumber pertolongan yang diberikan langsung oleh keluarga meliputi bantuan material dan fasilitas sehari-hari. (Adawiya & Hasmira, 2020).

Menurut Setianingsih (2017) dukungan dari keluarga sangat dibutuhkan untuk menimbulkan rasa percaya diri dan motivasi untuk menghadapi masalah dan meningkatkan kepatuhan diet pada penderita hipertensi. Dengan demikian upaya yang bisa dilakukan menurut Tumenggung (2020) adalah meningkatkan keterlibatan keluarga pasien hipertensi dalam setiap program perawatan, agar keluarga dapat juga mendorong pasien untuk tetap patuh menjaga dietnya sehingga tekanan darah dapat dipertahankan terkontrol dengan baik. Pada pasien hipertensi dukungan keluarga sangatlah penting karena keluarga merupakan unit terkecil

dalam masyarakat dan sebagai penerima asuhan keperawatan dan dukungan keluarga inti (ayah, ibu, dan anak) juga sangat diperlukan pada penderita hipertensi dalam upaya meningkatkan kepatuhan diet pada penderita hipertensi (Pranata, 2018).

Berdasarkan penjelasan diatas keluarga merupakan *support system* utama bagi lansia dalam menjaga kesehatannya terutama dalam melaksanakan kepatuhan diet hipertensi. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Hubungan Motivasi diri dan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet Hipertensi di Poli Rawat Jalan.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah berdasarkan latar belakang diatas yaitu:

1. Apakah ada hubungan motivasi diri dengan kepatuhan pada pasien hipertensi di Poli Spesialis Jantung
2. Apakah ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan pada pasien hipertensi di Poli Spesialis Jantung

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan motivasi diri dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi di Poli Spesialis Jantung.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi motivasi diri pada pasien hipertensi di Poli Spesialis Jantung.
2. Mengidentifikasi dukungan keluarga pada pasien hipertensi di Poli Spesialis Jantung.
3. Mengidentifikasi kepatuhan diet pasien hipertensi di Poli Spesialis Jantung.
4. Menganalisis hubungan motivasi diri dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi di Poli Spesialis Jantung.
5. Menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi di Poli Spesialis Jantung.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Menambah wawasan dan ilmu serta dapat memperoleh pengalaman hubungan motivasi diri dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi di Rumah Sakit Petrokimia Gresik Driyorejo.

1.4.2 Manfaat praktis

a. Bagi responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan serta informasi bagi pasien dan keluarga pasien untuk motivasi diri dan kepatuhan diet, sehingga pasien dan keluarga dapat melakukan pencegahan sedini mungkin.

b. Bagi rumah sakit

Diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan serta wawasan pada perawat untuk mengenali dan memahami hubungan motivasi diri dan

dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien hipertensi di Rumah Sakit Petrokimia Gresik Driyorejo.

c. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan tentang pentingnya menjalankan kepatuhan diet hipertensi pada lansia yang menderita penyakit hipertensi dan dukungan keluarga terhadap lansia hipertensi.

d. Bagi masyarakat

Hasil penelitian dapat digunakan masyarakat untuk mendukung peningkatan kesehatan khususnya dalam diet hipertensi secara benar.