

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi atau yang biasa disebut tekanan darah tinggi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik di atas batas normal yaitu lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg (WHO, 2013; Ferri, 2017). Hipertensi tidak hanya beresiko tinggi menderita penyakit jantung, tetapi juga menderita penyakit lain seperti penyakit saraf, ginjal, dan pembuluh darah dan makin tinggi tekanan darah, semakin besar resikonya (Sylvia A. Price). Penyebab rata-rata hipertensi karena keturunan, terlalu banyak mengonsumsi makanan yang tinggi garam, dan stress. Masih banyak orang yang menyepelekan penyakit hipertensi karena gejalanya yang jarang sekali dirasakan. Maka dari itu, penyakit hipertensi atau tekanan darah tinggi ini menjadi salah satu jenis penyakit yang mematikan di dunia.

Data yang diperoleh dari World Health Organization (WHO) tahun 2015 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. Menurut data yang diperoleh dari Riskesdas 2018

menyatakan prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun berdasarkan pengukuran secara nasional sebesar 34,1%, tertinggi di Kalimantan Selatan (44.1%), sedangkan terendah di Papua sebesar (22,22%). Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian.

Berdasarkan data riskesdas tahun 2018 dinyatakan bahwa penyandang hipertensi di Jawa Barat sebesar 39.6%. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Bogor 2018, hipertensi termasuk dalam sepuluh besar penyakit terbanyak di Puskesmas Kota Bogor, tepatnya terbanyak kedua setelah penyakit Nasofaringitis akut. Data kunjungan hipertensi meningkat menjadi 47.373 atau sebesar 19% di tahun 2018 (Dinkes Kota Bogor, 2018)

Prevalensi hipertensi akan semakin meningkat apabila penanganan hipertensi tidak dilakukan sejak dini. Hal ini sejalan dengan Novian (2013) yang mengemukakan bahwa individu yang mempunyai faktor risiko hipertensi harus waspada serta melakukan upaya pencegahan sedini mungkin. Penanganan hipertensi terdiri dari penatalaksanaan farmakologi atau dengan obat yang saat ini memang telah mengalami kemajuan, tetapi terdapat banyak laporan yang menyampaikan bahwa penderita hipertensi yang datang ke Rumah Sakit akan datang lagi dengan keluhan tekanan darahnya tidak mengalami penurunan bermakna meskipun sudah minum

obat sehingga harus diikuti dengan penatalaksanaan non farmakologi dengan memodifikasi gaya hidup (Suoth, Bidjuni, & Malara, 2014).

Hipertensi dapat dicegah dengan mengendalikan perilaku berisiko seperti merokok, diet yang tidak sehat seperti kurang konsumsi sayur dan buah serta konsumsi gula, garam dan lemak berlebih, obesitas, kurang aktivitas fisik, konsumsi alkohol berlebihan dan stres. Dapat dilihat dari data Riskesdas 2018 pada penduduk usia 15 tahun keatas didapatkan data faktor risiko seperti proporsi masyarakat yang kurang makan sayur dan buah sebesar 95,5%, proporsi kurang aktivitas fisik 35,5%, proporsi merokok 29,3%, proporsi obesitas sentral 31% dan proporsi obesitas umum 21,8%. Data tersebut diatas menunjukkan peningkatan jika dibandingkan dengan data RISKESDAS tahun 2013. Berdasarkan data tersebut, menurut hasil penelitian Iin Trisnawati pada tahun 2017 di puskesmas Lampulo Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh didapati bahwa sekitar 67.7% pola hidup pada pasien hipertensi sehat yaitu sebanyak 44 responden dan 32.3% pola hidup pada pasien hipertensi tidak sehat sebanyak 21 responden.

Pola hidup sehat merupakan suatu keadaan mental, fisik maupun kesejahteraan sosial, dan bukan hanya pada ketiadaan penyakit pada seluruh manusia (Hanata, Rizki. 2010). Cakupkan pola hidup sehat antara lain cek tekanan darah dilakukan setiap satu minggu sekali, teratur minum obat, berhenti merokok, mengurangi kelebihan berat badan, menghindari alkohol, modifikasi diet dan yang mencangkup psikis antara lain

mengurangi stress, olahraga, dan istirahat (Amir, 2012). Perilaku pola hidup sehat pada pasien hipertensi di Indonesia sampai saat ini masih terbilang cukup rendah, terbukti dari masih banyaknya yang mengabaikan pola hidup sehat (Depkes RI, 2015). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Maswarni dan Hayana pada tahun 2020 di Desa Pandau Jaya kabupaten Kampar dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden memiliki aktivitas fisik yang tidak aktif yaitu sebanyak 43 orang (58,1%), memiliki pola makan yang baik yaitu sebanyak 47 orang (63,5%), memiliki kebutuhan istirahat yang tidak cukup yaitu sebanyak 50 orang (67,6%) serta tidak merokok yaitu sebanyak 58 orang (78,4%). Akibat dari tidak dilakukannya pola hidup sehat yaitu munculnya komplikasi hipertensi. Komplikasi yang dapat terjadi jika pola hidup sehat pada pasien hipertensi ini tidak berjalan dengan baik yaitu gagal jantung, stroke, gagal ginjal, penyakit pada mata hingga menyebabkan kebutaan (Smeltzer and Bare, 2012)

Keluarga menjadi support system dalam kehidupan pasien hipertensi, agar keadaan yang dialami tidak semakin memburuk dan terhindar dari komplikasi akibat hipertensi. Dukungan keluarga memiliki posisi yang penting yaitu sebagai dukungan utama dalam mempertahankan kesehatan dan menjalankan pola hidup yang sehat. Dukungan keluarga merupakan suatu bentuk hubungan interpersonal yang melindungi seseorang dari efek stress yang buruk (Kaplan dan Sadock, 2002). Menurut hasil penelitian pada tahun 2017 di Puskesmas Ranomuut Kota Manado didapati bahwa

sebagian besar responden memiliki skor dukungan keluarga yang tinggi sebanyak 38 responden (55,9%), sisanya rendah sebanyak 30 responden (44,1%). Hal ini berarti sebagian besar keluarga memberikan dukungan yang baik dan sebagian responden masih belum memberikan dukungan yang baik dalam merawat pasien hipertensi.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Gambaran Pola Hidup Sehat dan Dukungan Keluarga pada Pasien Hipertensi”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas rumusan masalahnya yaitu :
“Bagaimana Gambaran Pola Hidup Sehat Dan Dukungan Keluarga Pada Pasien Hipertensi Di RS PMI Kota Bogor”

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Diketuinya gambaran pola hidup sehat dan dukungan keluarga pada pasien hipertensi di RS PMI Kota Bogor

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya gambaran pola hidup sehat diantaranya pola makan, aktivitas fisik , dan pola istirahat dan tidur pada pasien hipertensi di RS PMI Kota Bogor
- b. Diketuinya gambaran dukungan keluarga pada pasien hipertensi di RS PMI Kota Bogor.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pola hidup sehat dan dukungan keluarga pada pasien hipertensi.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan bacaan dan ilmu pengetahuan bagi mahasiswa/i untuk menambah pengetahuan dan dijadikannya data dasar untuk penelitian selanjutnya.

3. Bagi Tempat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini diharapkan sebagai bahan masukan dan menambah referensi untuk lebih meningkatkan mutu pelayanan yang diberikan pada pasien hipertensi.