

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lansia adalah seseorang yang memasuki usia 60 tahun keatas dan usia yang telah memasuki tahap akhir dari fase kehidupannya, lansia juga dikategorikan sebagai suatu kelompok yang disebut *Aging Process* atau proses menua (WHO, 2017). Data dari *World Population Prospects* (2015), menjelaskan terdapat 901 juta orang atau sekitar 12% dari jumlah populasi dunia berusia 60 tahun atau lebih. Pada tahun 2030, jumlah orang yang berusia 60 tahun atau lebih diproyeksikan akan tumbuh sekitar 56% dari 901 juta jiwa menjadi 1,4 milyar.

Presentase lansia di Indonesia meningkat sekitar dua kali lipat dari tahun 1971 sampai tahun 2019, yaitu menjadi 9,6% atau sekitar 25 juta-an dari seluruh lansia yang ada di Indonesia. Dimana lansia kelompok muda yang berusia 60-69 tahun jauh mendominasi dengan besaran mencapai 63,82%, selanjutnya diikuti oleh lansia madya usia 70-79 tahun dengan besaran 27,68% dan lansia tua usia 80 tahun keatas dengan besaran 8,50% (BPS, 2019). Jawa Barat berada diposisi ke delapan dengan jumlah lansia terbanyak yaitu sebanyak 2,05 juta jiwa (Kemenkes RI, 2017). Sedangkan di Kabupaten Indramayu jumlah penduduk lansiadari usia 60 – 70 tahun sebanyak 179.599 jiwa penduduk (Disduk, 2019).

Lanjut usia adalah seseorang yang sudah memasuki 65 tahun ke atas, pada usia ini terjadi penurunan kemampuan akal dan fisik, lansia merupakan suatu tahap lanjutan dari proses kehidupan manusia. Menurut Nasition, L.K., & Rambe, N. Y.(2020) bahwa lansia merupakan usia yang beresiko terhadap penyakit – penyakit degenerative seperti Jantung Koroner (PJK), Diabetes Mellitus, Reumatik, Kanker dan Hipertensi.

Hipertensi adalah suatu keadaan dengan tekanan darah lebih dari sistolik 140 mmHg dan diastolik 90 mmHg. Hipertensi merupakan kondisi kronis yang membutuhkan perawatan rutin. Hipertensi merupakan penyebab

utama kematian di seluruh dunia salah satunya kematian mendadak serta mengalami komplikasi. Komplikasi yang dapat terjadi pada penderita tekanan darah tinggi, seperti penyakit jantung, gagal jantung kongestif, stroke, gangguan penglihatan, dan penyakit ginjal dari komplikasi tersebut ada beberapa faktor yang membuat hipertensi menjadi lebih parah salah satunya kebiasaan yang dilakukan sehari-hari (Yanti, 2020).

Gaya hidup pada pasien hipertensi yaitu kepatuhan menjalankan diet, menurunkan kegemukan, rajin olahraga, mengurangi konsumsi garam, diet rendah lemak, rendah kolesterol, tidak merokok, tidak mengonsumsi alkohol, kurangi makan yang mengandung kalium tinggi, batasi kafein, hindari stres dan kontrol tekanan darah secara teratur (Palupi, 2014). Perubahan gaya hidup masyarakat secara global dan pemenuhan diet yang salah seperti semakin mudahnya mendapatkan makanan siap saji membuat konsumsi sayuran segar dan serat yang berkurang, kemudian konsumsi garam, lemak, gula, dan kalori yang terus meningkat sehingga berperan besar dalam meningkatkan angka kejadian hipertensi (Agrina, 2011).

Diet adalah salah satu cara menurunkan tekanan darah. Faktor pola makanan atau kepatuhan pada diet hipertensi merupakan suatu yang penting bagi penderita hipertensi. Sebaiknya pasien dengan tekanan darah tinggi harus menerapkan kepatuhan dalam melaksanakan diet agar dapat mencegah komplikasi juga harus menjalankan diet saat terjadi sakit atau tidak ada gejala hipertensi. Upaya tetap diet hipertensi dimaksudkan agar tekanan darah tetap stabil agar terhindar dari hipertensi dan komplikasinya (Mapagerang & Alimin, 2018). Kepatuhan dapat terlaksana secara baik apabila seseorang tahu akan manfaat dari diet yang sedang dijalani dan didukung dengan pemahaman yang baik. Pemahaman yang rendah akan kepatuhan diet membuat menurunnya kesadaran akan pentingnya menajalani kepatuhan diet hipertensi dan akan berdampak pada cara melakukan diet hipertensi, sehingga menimbulkan komplikasi yang berkelanjutan. Kepatuhan diet hipertensi akan terlaksana dengan baik apabila pasien dapat konsisten dengan pelaksanaan diet yang sudah diajurkan oleh tenaga kesehatan (Wahyudi et al., 2020).

World Health Organization (WHO), memperkirakan jumlah hipertensi di seluruh dunia sekitar 1,13 milyar dan terus meningkat setiap tahunnya. Dari jumlah tersebut, 2/3 diantaranya berada di negara berkembang. Indonesia berada di urutan ke 5 negara dengan penderita hipertensi terbanyak (Kemenkes, 2017). Hasil Riset Kesehatan Dasar (2018), ditemukan bahwa prevalensi tekanan darah tinggi di Indonesia cenderung meningkat menjadi 34,1%, yang dicapai dengan mengukur tekanan darah pada usia 18 tahun ke atas.

Prevalensi penyakit yang paling sering menyerang lansia di Indonesia adalah hipertensi, dengan kelompok umur 55-64 tahun 45,9% dan kelompok umur 65-74 tahun sampai 57,6% dan kelompok usia di atas 75 tahun hingga 63,8% (Kemenkes, 2018).

Hipertensi di Indonesia rata-rata meliputi 17-21% dari keseluruhan populasi orang dewasa. Penderita hipertensi lebih banyak terjadi pada perempuan yaitu 37% dari pada laki-laki yaitu sebanyak 28% (Depkes, 2013). Berdasarkan data Dari Dinas Kesehatan Kabupaten Indramayu tahun 2023 prevelensi hipertensi pada lansia sejumlah 19.817 kasus.

Hal ini penyakit hipertensi merupakan penyakit yang harus diawasi dan selalu dikontrol, sehingga memerlukan usaha yang cukup ekstra seperti menjaga pola diet, gaya hidup, aktifitas fisik, serta kepatuhan dalam mengkonsumsi obat yang diberikan. Salah satu upaya penurunan komplikasi hipertensi adalah melakukan kepatuhan diet hipertensi (Kemenkes RI, 2020). Kepatuhan memiliki beberapa faktor yang mempengaruhi kepatuhan pasien yaitu kepatuhan dalam melaksanakan program diet terkait pemahaman tentang instruksi, tingkat pendidikan dan pengetahuan dalam pengobatan, keyakinan, sikap dan kepribadian pasien, serta dukungan keluarga. Dari ke lima faktor tersebut, dukungan keluarga merupakan salah satu faktor yang tidak dapat diabaikan begitu saja, karena dukungan keluarga merupakan salah satu faktor yang memiliki kontribusi yang cukup berarti dan sebagai faktor penguat yang mempengaruhi kepatuhan pasien (Wahyuni, 2021).

Upaya pencegahan dan penanggulangan hipertensi melalui pola makan sangat penting bagi penderita hipertensi. Pengaturan diet pada penderita hipertensi dan keteraturan pemeriksaan tekanan darah akan berhasil apabila pasien patuh. Dukungan keluarga merupakan sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap penderita yang sakit. Keluarga menjadi *support system* dalam kehidupan pasien hipertensi, agar keadaan yang dialami tidak semakin memburuk dan terhindar dari komplikasi akibat hipertensi. Jadi dukungan keluarga diperlukan oleh pasien hipertensi yang membutuhkan perawatan dengan waktu yang lama dan terus menerus (Prihartono, Widi,dkk, 2012).

Ada 4 bentuk dukungan lansia yang dapat diberikan keluarga yaitu dukungan emosional, penghargaan, informasi dan instrumenta. 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 instrumental keluarga merupakan sebuah sumber pertolongan yang diberikan langsung oleh keluarga meliputi bantuan material dan fasilitas sehari-hari. Dukungan informasi merupakan suatu penjelasan mengenai situasi yang berhubungan dengan masalah yang dihadapi, dukungan ini diberikan dalam bentuk nasihat, saran dan diskusi (Adawia & Hasmira, 2020).

Dukungan keluarga sangatlah penting karena keluarga merupakan unit terkecil dalam masyarakat dan sebagai penerima asuhan keperawatan. Dukungan keluarga merupakan bentuk pemberian dukungan terhadap anggota keluarga lain yang mengalami permasalahan, yaitu dukungan pemeliharaan, emosional, untuk mencapai kesejahteraan anggota keluarga dan memenuhi kebutuhan psikososial. Dukungan keluarga inti (ayah, ibu, dan anak) juga sangat diperlukan pada penderita hipertensi dalam upaya meningkatkan kepatuhan diet pada penderita hipertensi (Amelia & Kurniawati, 2020).

Upaya pencegahan dan penanggulangan hipertensi melalui pola makan sangat penting bagi penderita hipertensi. Pengaturan diet pada penderita hipertensi dan keteraturan pemeriksaan tekanan darah akan berhasil apabila pasien patuh. Dukungan keluarga merupakan sikap, tindakan dan penerimaan terhadap penderita yang sakit. Keluarga menjadi support system dalam kehidupan pasien hipertensi, agar keadaan yang di alami tidak semakin memburuk dan terhindar dari komplikasi akibat hipertensi. Jadi dukungan keluarga di perlukan oleh pasien hipertensi yang membutuhkan perawatan dengan waktu yang lama dan terus menerus (Prihartono, Widi, dkk, 2019).

Berdasarkan penelitian dari Yureya Nita dan Dina Oktavia (2018) mengenai hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pasien hipertensi di Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru, dari 49 responden yang mendapatkan dukungan dari keluarga mayoritas patuh terhadap diet hipertensinya yaitu sebesar 39 responden (48,1%), dan dari 32 responden yang mendapatkan dukungan dari keluarga mayoritas tidak patuh terhadap diet hipertensinya yaitu sebesar 17 responden (21%). Nilai p-value adalah 0,002 ($p < 0,05$), yang berarti bahwa ada hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet pasien hipertensi di Puskesmas Payung Sekaki Pekanbaru.

Hasil penelitian dari Rosa Amelia dan Indah Kurniawati (2020) mengenai hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet hipertensi pada penderita hipertensi di kelurahan Tapos Depok, didapatkan hasil penelitian bahwa responden yang mendapatkan dukungan keluarga dengan patuh melaksanakan diet hipertensi sebanyak 55 responden (78,6%), dan responden yang mendapatkan dukungan keluarga tetapi tidak patuh melaksanakan diet hipertensi sebanyak 15 responden (21,4%). Sedangkan, responden yang tidak mendapatkan dukungan keluarga 0,001, karena \leq nilai α (0,05) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet pada pasien hipertensi di Kelurahan Tapos Depok. Nilai OR = 5,704, artinya responden yang mendapatkan dukungan keluarga

berpeluang 5,704 kali untuk melaksanakan kepatuhan diet hipertensi dibandingkan responden yang tidak mendapatkan dukungan keluarga.

Hasil penelitian dari Muh. Jumidi Sapwal, Maruli Taufandas dan Novi Hermawati (2021) tentang hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Dusun Ladon wilayah kerja Puskesmas Wanasab, dari 35 responden mendapatkan hubungan dukungan keluarga yang baik sebanyak (45,7%) dan hampir setengahnya responden patuh terhadap diet hipertensi sebanyak (40,0%), dan responden yang tidak patuh terhadap diet hipertensi sebanyak (35,7%). Perhitungan uji statistik dengan menggunakan uji Spearman Rank didapatkan nilai signifikan $p\text{-value} = 0,001$ atau lebih rendah dari standar signifikan yaitu $\alpha = 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Dusun Ladon Wilayah kerja Puskesmas Wanasaba.

Hasil studi pendahuluan di Puskesmas Krangkeng Kabupaten Indramayu pada Bulan Agustus 2024, berdasarkan pelayanan kesehatan di Puskesmas Kerangkeng di bulan Juli tahun 2024 terdapat 91 orang lansia, terdiri dari 53 orang lansia berjenis kelamin perempuan dan 38 orang lansia berjenis kelamin laki laki yang menderita hipertensi.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan di Puskesmas Krangkeng pada tanggal 02 Agustus 2024 data didapatkan 30 pasien bahwa pasien mengatakan setiap hari selalu mengkonsumsi makanan yang disajikan oleh keluarga, seperti daging dan sayuran yang dimasak dengan rendah garam. Didapatkan 2 lansia dari 30 lansia memiliki tekanan darah tinggi mengatakan tekanan darahnya sering meningkat karena tidak patuh menjalankan diet. Dibuktikan dengan keluarga tidak melarang apa saja yang ingin dimakan oleh pasien. Sehari pasien makan dua sampai tiga kali sehari. Pasien sehari-hari mengkonsumsi makan makanan yang asin dan masih menggunakan penyedap rasa di dalam makanannya. Sedangkan 30 lansia mengatakan patuh menjalankan diet. Dibuktikan dengan pasien selalu memperhatikan makanan yang selalu dikonsumsi pasien serta keluarga selalu memberikan dukungan

berupa support sistem, yaitu selalu mengingatkan dan mengontrol pola makan yang dikonsumsi setiap hari sehingga pasien patuh terhadap menjalankan diet hipertensi.

Dari data diatas peneliti menyimpulkan bahwa keluarga merupakan support system utama bagi lansia dalam menjaga kesehatannya terutama dalam melaksanakan kepatuhan diet hipertensi. Oleh karean itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Krangkeng Kabupaten Indramayu”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena diatas maka rumusan masalah yang dibuat oleh peneliti sebagai berikut “Adakah hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Puskesmas Krangkeng Kabupaten Indramayu?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian adalah untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Puskesmas Krangkeng Kabupaten Indramayu.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi dukungan keluarga pada lansia di Puskemas Krangkeng Kabupaten Indramayu.
2. Mengidentifikasi kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Puskesmas Krangkeng Kabupaten Indramayu.
3. Untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Puskesmas Krangkeng Kabupaten Indramayu.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan memberikan bahan dan masukan dan referensi untuk menambah pengembangan ilmu keperawatan tentang keperawatan keluarga khususnya antara hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Puskesmas Krangkeng Kabupaten Indramayu.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Lansia

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi menjadi bahan masukan bagi lansia agar bisa merespon dan bertindak yang positif dalam kepatuhan diet hipertensinya.

2. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi untuk Puskesmas memberikan Pendidikan Kesehatan kepada lansia tentang kepatuhan diet hipertensi.

3. Bagi Institusi ITEKes Mahardika

Penelitian ini dapat dijadikan salah satu referensi untuk penelitian selanjutnya khususnya dalam bidang keperawatan keluarga mengenai hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia di Puskesmas Krangkeng.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan referensi dan daftar pustaka untuk penelitian selanjutnya dengan berbagai variable yang lebih baik.