

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Isu terkait kondisi kesehatan tetap menjadi persoalan yang sulit diatasi di seluruh dunia yaitu masalah penyakit menular, penyakit tidak menular, dan kesehatan mental. Penyakit tidak menular (PTM) saat ini termasuk dalam permasalahan kesehatan global utama serta menjadi salah satu penyakit dengan prevalensi tinggi pada masyarakat sehingga merupakan penyebab utama kecacatan dan kematian (Kemenkes, 2024). Jenis PTM yang paling umum yaitu penyakit kardiovaskuler (jantung, stroke, hipertensi), kanker, DM, dan penyakit pernapasan kronis. Salah satu penyakit kardiovaskuler yang saat ini menjadi kasus tertinggi dan menjadi masalah kesehatan masyarakat global yaitu hipertensi (Kemenkes, 2024).

Angka kejadian hipertensi tahun 2024 diperoleh dengan jumlah kasus meningkat hampir dua kali lipat secara global dalam tiga puluh tahun terakhir, dari 650 juta hingga mencapai 1,3 miliar atau mencapai 33% dimana dua pertiga diantaranya berada di Negara miskin dan berkembang, dan di proyeksikan terus bertambah hingga sekitar 1,5 miliar di tahun 2025 (WHO, 2024). Hipertensi berkontribusi terhadap disabilitas (melihat, mendengar, berjalan) sekitar 22,2% artinya bahwa hipertensi dapat menyebabkan kerusakan pada pembuluh darah di otak, mata, dan telinga yang mengakibatkan gangguan penglihatan, pendengaran dan kemampuan berjalan, menjadi

penyebab kematian sebesar 10.2%, dan diperkirakan kejadiannya akan terus meningkat mencapai lebih dari 63 juta orang pada tahun 2025 (Kemenkes, 2024). Provinsi dengan tingkat tertinggi kejadian hipertensi yaitu di Kalimantan Selatan sebesar 44.1%, kedua di provinsi Yogyakarta sebesar 40% dan paling terendah di Papua yaitu sebesar 22.2% (Kemenkes, 2024). Sedangkan data kejadian hipertensi di Provinsi Kepulauan Bangka Belitung tahun 2024 menunjukkan prevalensi yang signifikan meningkat dan terus menimbulkan isu serius bagi kesehatan publik yang tercatat (30.9%) dan menjadi salah satu provinsi dengan angka tertinggi di Indonesia (Dikes Provinsi Kepulauan Bangka Belitung, 2024).

Hipertensi merupakan kondisi meningkatnya tekanan darah sistolik diatas 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih besar dari 90 (Kemenkes RI, 2022). Dampak tekanan darah tinggi yang tidak terkelola dengan baik yaitu berpotensi menimbulkan kerusakan serius pada jantung, kerusakan ginjal yang berujung pada gagal ginjal, dan menyebabkan stroke. Dampak-dampak yang dapat terjadi akibat hipertensi sangat berbahaya dan mengancam jiwa sehingga memerlukan penanganan yang tepat dan komprehensif untuk mencegah komplikasi serius (Kemenkes RI, 2022).

Program pemerintah untuk penanganan hipertensi yaitu dengan melakukan program deteksi dini, program diet rendah garam, edukasi kesehatan, pemantauan riwayat penyakit keluarga, dan melakukan monitoring kesehatan (Kemenkes RI, 2022). Berdasarkan program-program tersebut menunjukkan bahwa program yang saat ini masih menjadi permasalahan

terbesar yaitu pada program diet rendah garam karena program ini belum berjalan maksimal, dimana faktor utama yang mempengaruhinya yaitu kebiasaan makan masyarakat Indonesia yang cenderung tinggi garam masih sulit diubah sedangkan di tahun 2025 program diet rendah garam menjadi target utama untuk mengurangi kesakitan dan kematian akibat hipertensi. Diet rendah garam merupakan program pemerintah yang sangat dianjurkan bagi penderita hipertensi karena dapat membantu menurunkan, mengontrol dan mempertahankan tekanan darah pada tingkat normal sehingga menurunkan risiko terjadinya komplikasi yang serius (Kemenkes RI, 2022).

Keberhasilan diet rendah garam dalam menurunkan tekanan darah dan memperbaiki kesehatan secara keseluruhan sangat bergantung pada beberapa faktor antara lain edukasi, tingkat keparahan penyakit, konsistensi dan tingkat kepatuhan (Lukitaningtyas & Cahyono, 2023). Tingkat kepatuhan diet merupakan kunci utama keberhasilan dalam menstabilkan serta menjaga tekanan darah agar mendekati batas normal, hal ini karena dengan mengurangi asupan garam maka volume cairan dan darah akan menurun (Kemenkes RI, 2022)

Beberapa aspek yang memengaruhi keteraturan dalam menjalankan diet yaitu pemahaman dan pengetahuan, motivasi, dukungan, kebiasaan, faktor sosial budaya, dan keterlibatan tenaga kesehatan (Mufarokhah, 2022). Peran dukungan keluarga terbukti memberikan dampak yang sangat besar pada kepatuhan diet rendah garam karena perubahan konsumsi makan atau merubah kebiasaan makan dengan mengurangi asupan garam sangat sulit untuk

dilakukan sehingga perlunya dukungan dari keluarga (Balle et al., 2023). Dukungan keluarga yang dapat diberikan mencakup empat dimensi yaitu dukungan emosional, dukungan informasional, dukungan penilaian, dan dukungan instrumental (Friedman, et.al., 2018).

Keluarga turut andil sebagai sistem pendukung utama dalam kehidupan sehari-hari baik dari aspek emosional, instrumental, informasional, dan penilaian. Dalam konteks pengelolaan hipertensi, keluarga dapat membantu pasien dengan menyediakan makanan sesuai anjuran medis, mengingatkan jadwal makan, mendorong kontrol rutin, serta memberikan motivasi agar pasien tetap konsisten menjalankan pola hidup sehat. Tanpa dukungan yang memadai, pasien cenderung mengalami kesulitan dalam menjaga kepatuhan terhadap diet rendah garam, terutama jika kebiasaan makan tinggi garam sudah menjadi bagian dari budaya atau kebiasaan keluarga (Nursalam. 2018).

Menurut penelitian Agustina, et.al (2023) dukungan keluarga sangat diperlukan dalam memberikan perawatan hipertensi di rumah, keluarga harus ikut andil dalam pengaturan menu makanan dengan pola hidup sehat agar individu dengan kondisi hipertensi dapat menjauhi atau mengurangi konsumsi pangan yang berpotensi meningkatkan tekanan darah, di samping itu peran keluarga sangat dibutuhkan karena mampu menumbuhkan keyakinan diri dan dorongan dalam mengatasi masalah dalam menjalankan kepatuhan diet (Agustina et al., 2023)

Hasil penelitian oleh Agustina et.al. (2023) yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Melintang Kota Pangkalpinang diperoleh hasil uji statistik

diperoleh nilai p-value (0.000) hal ini menunjukkan adanya keterkaitan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan menjalankan diet rendah garam pada pasien hipertensi (Agustina et al., 2023). Hasil penelitian oleh Inakii et.al. (2021) yang dilakukan di puskesmas Dinoyo Kota Malang diperoleh hasil uji statistik diperoleh nilai p-value (0.000) artinya ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan perilaku diet rendah garam pada penderita hipertensi (Inakii et al., 2021).

Kecamatan Badau termasuk ke dalam wilayah kecamatan di Kabupaten Belitung terdiri dari lima pustu. Berdasarkan data yang diperoleh angka pengunjung di tiap-tiap pustu tahun 2024 yaitu pustu Sungai Samak dengan jumlah data pengunjung sekitar 1.789 orang, Pustu Pegantungan sebanyak 871 orang, Pustu Cerucuk sebanyak 1.124 orang, Pustu Kacang Butor sebanyak 978 orang, dan Pustu Air Batu Buding sebanyak 678 orang. Berdasarkan data yang diperoleh dari 5 pustu yang ada Pustu Sungai Samak Kabupaten Belitung termasuk salah satu pusat pelayanan kesehatan masyarakat pembantu yang ada di Belitung Bangka Belitung dengan jumlah pengunjung paling banyak dibandingkan pustu lainnya karena menaungi 4 desa.

Berdasarkan data yang diperoleh tahun 2024 pada laporan 10 penyakit tertinggi di pustu Sungai Samak yaitu ISPA, hipertensi, DM, dyspepsia, myalgia, pulpitis, TB, dermatitis, demam, gastritis. Data yang diperoleh tahun 2024 penyakit hipertensi merupakan penyakit dengan kasus tertinggi yaitu sebanyak 1.139 kasus dan setiap tahun mengalami kenaikan, dan hasil data menunjukkan juga adanya kasus stroke sebanyak 10 orang akibat riwayat

hipertensi. Program yang sudah ada di puskesmas bagi pasien hipertensi yaitu pemeriksaan rutin 1 bulan sekali untuk mengecek tekanan darah, penyuluhan kesehatan yang dilakukan secara rutin saat kunjungan, dan kunjungan secara langsung ke rumah warga dalam pemeriksaan kesehatan khususnya lansia. Media pendukung pada penyuluhan kesehatan tentang diet rendah garam yang ada di sana yaitu seperti banner, brosur serta penyuluhan kesehatan secara langsung oleh petugas kesehatan sehingga secara umum informasi yang diberikan sudah maksimal kepada pasien hipertensi. Berdasarkan studi pendahuluan observasi awal menunjukkan bahwa sebagian besar pasien hipertensi di wilayah ini masih mengonsumsi makanan tinggi garam misalnya ikan yang diawetkan dengan garam dan makanan olahan yang merupakan dari kebiasaan makan masyarakat setempat, selain itu keterlibatan keluarga dalam perubahan gaya hidup pasien termasuk membantu menyiapkan makanan rendah garam masih tergolong rendah.

Hasil studi pendahuluan dengan wawancara langsung kepada 10 pasien hipertensi diperoleh 7 orang menyatakan bahwa merasa kesulitan untuk mengubah kebiasaan makan untuk mengurangi konsumsi garam dan faktor budaya kebiasaan makan keluarga menjadi sering kali menjadi hambatan, 3 orang menyatakan bahwa kesulitan untuk tidak mengonsumsi garam dalam jangka panjang dengan kondisi sumber makanan di tempat tinggal yaitu ikan asin.

Hasil wawancara menunjukkan juga bahwa 5 orang menyatakan bahwa kebiasaan keluarga memasak dengan banyak garam dan makanan yang

disiapkan setiap harinya akan dikonsumsi bersama-sama, 3 orang menyatakan bahwa keluarga kurang memahami tentang pencegahan hipertensi sehingga kurangnya keterlibatan keluarga dalam menyiapkan makanan rendah garam, dan 2 orang menyatakan bahwa keluarga sesekali menyajikan makanan khusus untuk pasien namun dalam bentuk memberikan ramuan untuk mengurangi hipertensi bukan dari mengurangi jumlah garam pada masakan.

Tingginya kasus hipertensi di pustu Sungai Samak dan dengan hasil studi pendahuluan pada uraian latar belakang tersebut, peneliti terdorong untuk meneliti mengenai “Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Rendah Garam Pasien Hipertensi Di Pustu Sungai Samak Kabupaten Belitung”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang yang dipaparkan, maka rumusan masalah penelitian ini “adakah hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam pasien hipertensi di Pustu Sungai Samak Kabupaten Belitung?”.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk menganalisis keterkaitan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam pasien hipertensi di pustu Sungai Samak Kabupaten Belitung.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui gambaran dukungan keluarga pada pasien hipertensi di pustu Sungai Samak Kabupaten Belitung.
2. Mengetahui gambaran kepatuhan diet rendah garam pasien hipertensi di pustu Sungai Samak Kabupaten Belitung.
3. Mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah garam pasien hipertensi di pustu Sungai Samak Kabupaten Belitung.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini ditujukan untuk dapat memperkaya ilmu pengetahuan terutama dalam menjelaskan hubungan dukungan keluarga dan motivasi terhadap kepatuhan diet rendah garam, sehingga dapat membantu dalam mengembangkan strategi untuk meningkatkan kepatuhan diet serta dapat menjadi tambahan literatur kepastakaan.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

1. Bagi Institusi Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat menambah sumber referensi bagi mahasiswa keperawatan mengenai kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi, sehingga dapat memberikan asuhan keperawatan dalam mengembangkan atau mengoptimalkan fungsi dan peran keluarga serta meningkatkan motivasi pasien sebagai



salah satu upaya untuk mencegah tekanan darah pada pasien hipertensi.

## 2. Bagi Tempat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi terkait kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi, sehingga dapat memberikan asuhan keperawatan seperti memberikan edukasi pada pasien dan keluarga pasien tentang pentingnya melakukan diet agar tekanan darah pasien tetap terkontrol dengan baik dan sebagai upaya untuk mencegah terjadinya komplikasi pada pasien.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan oleh peneliti selanjutnya sebagai referensi dan sebagai data dasar untuk penelitian-penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan diet rendah garam pada pasien hipertensi.

### 1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Permasalahan data penelitian ini berkaitan dengan area keperawatan kardiovaskular. Penelitian ini merupakan jenis penelitian analisis korelasi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi di pustu Sungai Samak Kabupaten Belitung sebanyak 189 orang, sampel sebanyak 66 orang dengan menggunakan teknik *purposive sampling* instrumen kepatuhan diet rendah garam menggunakan DSR-SCB Scale, dan dukungan keluarga menggunakan kuesioner. Analisis data dengan analisa univariat dan bivariat.