

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi atau hipertensi mengacu pada keadaan dimana tekanan darah mencapai 130/80 mmHg atau lebih tinggi. Jika tidak segera ditangani, tekanan darah tinggi dapat menyebabkan penyakit serius yang membahayakan nyawa pasien, seperti gagal jantung, penyakit ginjal, dan stroke. Tekanan darah dibagi menjadi tekanan darah sistolik dan tekanan darah diastolik. Tekanan darah sistolik adalah tekanan darah yang terjadi saat jantung memompa darah ke seluruh tubuh, dan tekanan darah diastolik adalah tekanan darah saat jantung berelaksasi sebelum memompa darah kembali. Hipertensi terjadi ketika tekanan darah sistolik melebihi 130 mmHg dan tekanan darah diastolik melebihi 80 mmHg. Tekanan darah yang melebihi angka tersebut merupakan kondisi yang berbahaya dan harus segera ditangani.

Penyakit tidak menular masih menjadi salah satu masalah kesehatan di Indonesia, salah satunya adalah tekanan darah tinggi. Menurut data yang disebutkan oleh World Health Organization (WHO), 1,13 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi pada tahun 2015, dan sekitar sepertiga di antaranya menderita hipertensi (P2PTM Kementerian Kesehatan, 2020).

Peningkatan usia harapan hidup penduduk menyebabkan peningkatan jumlah lansia dari tahun ke tahun. Laju pertumbuhan penduduk lanjut usia di negara maju relatif lebih cepat dibandingkan dengan di negara berkembang, namun secara absolut jumlah penduduk lanjut usia di negara berkembang jauh lebih tinggi. Menurut laporan PBB tahun 2011,

Angka Harapan Hidup (UHH) dari tahun 2000 hingga 2005 adalah 66,4 tahun (persentase penduduk lanjut usia pada tahun 2045 adalah 28,68%) (Kemenkes RI, 2013).

Lansia menghadapi banyak masalah kesehatan yang memerlukan penanganan dini. Penyakit yang erat kaitannya dengan proses penuaan antara lain gangguan peredaran darah (hipertensi, gangguan pembuluh darah, gangguan pembuluh darah otak dan ginjal), gangguan metabolisme hormon (diabetes dan ketidakseimbangan tiroid), gangguan sendi (osteoarthritis, gouty arthritis). Dan berbagai tumor. Hipertensi merupakan penyebab kematian ketiga terbanyak pada semua umur di Indonesia (6,8%) (Azizah, 2011).

World Health Organization (WHO) jumlah lanjut usia dengan berumur (60 tahun keatas) di segala dunia pada tahun 2025 diperkirakan mencapai 1,2 milyar dengan definisi *World Health Organization* terdiri dari umur pertengahan yang meliputi

(middle age) 45- 59 tahun, umur lanjut (elderly) umur 60- 74 tahun,usia tua (Old) 75-90 tahun dan umur sangat lanjut (very old) diatas 90 tahun (Kemenkes RI,2013). Penyakit masih jadi permasalahan salah satunya di Indonesia, merupakan hipertensi. Bersumber pada informasi yang didapatkan *World Health Organization*(World Health Organization) pada tahun 2015 sebesar 1, 13 milyar orang di segala dunia hadapi hipertensi ataupun dekat 1 dari 3 orang hadapi hipertensi (P2PTM Kemenkes, 2020).

American Heart Association (AHA) memaparkannya informasi kalau penduduk lanjut usia Amerika dengan pengidap hipertensi sudah mencapai 74, 5 juta jiwa. Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2014 mengatakan kalau hipertensi menduduki peringkat awal selaku permasalahan kesehatan yang kerap dirasakan informasi permasalahan baru tahun 2015. Hipertensi pula kerap diucap selaku the silent killer sebab kerap tidak diiringi keluhan pada pengidap yang mengalaminya (Amiya, 2014). Hipertensi dengan peningkatan tekanan darah yang terjaln secara terus–menerus bisa menyebabkannya jantung bekerja lebih keras, yang berakhir pada keadaan kerusakannya sesuatu pembuluh darah, ginjal, otak, mata dan sarangan jantung serta

stroke. Hipertensi serta komplikasi bisa dicegah dengan konsumsi obat, dan melaksanakannya modifikasi pergantian style hidup antara lain kurangi berat tubuh, menyudahi merokok, berhenti kurangi mengkonsumsi alkohol dan konsumsi garam yang kelewatan.(Mahdiar, 2012).

Indonesia mengkonsumsi garam rata-rata warga konsumsi 15 gr/ hari sebaliknya dalam anjuran *World Health Organization* optimal 6 gr ataupun satu sendok teh dalam satu hari. Konsumsi natrium yang bertambah menyebabkannya badan meretensi cairan yang tingkatan volume darah, dan jantung wajib memompa lebih keras lagi mendesak darah lewat ruang yang kecil, serta berdampak terbentuknya hipertensi (Mulyati, Syam, 2011). Hasil penelitaian oleh Abdurrachim serta Hariyawati, 2016 kalau Ada ikatan yang bermakna antara konsumsi natrium terhadap tekanan darah pada lanjut usia di panti Sosial Tresna Wreda serta Bina Laras Budi Luhur Kota banjarbaru. Permasalahan kesehatan yang timbul terpaut dengan konsumsi natrium yang besar pada lanjut usia tersebut, hingga kedudukan sokongan keluarga sangat mempengaruhi terhadap prilaku diet natrium spesialnya untuk para

lanjut usia buat lebih tingkatan derajat kesehatan (Friedman, 2011). Hipertensi serta komplikasinya bisa diatasi dan bisa dicegah

dengan melindungi style hidup. Style hidup pada penderita hipertensi ialah kepatuhan dalam melaksanakan diet, merendahkan obesitas, giat olahraga, kurangi mengkonsumsi garam, diet rendah lemak, rendah kolesterol, tidak merokok, tidak konsumsi alkohol, mengurangi makan yang memiliki kalium besar, batasi kafein, jauhi stress serta kontrol tekanan darah secara teratur (Palupi, 2014). Diet tidak balance ialah salah satu metode buat menurunkannya hipertensi. Aspek santapan (kepatuhan diet) ialah perihal yang sangat berarti buat dicermati pada pengidap hipertensi (Agrina, 2011)

Dukungan keluarga ialah salah satu kunci dalam perawatan dan penilaian pengawasannya serta kontrol dalam kehidupan tiap hari pada lanjut usia secara langsung inilah yang diucap *Family Caregiver* (Y. Shen, 2016). Dukungan keluarga ialah sesuatu dukungan yang diberikan keluarga kepada penderita hipertensi, dimana dukungan ini sangat diperlukan oleh penderita sepanjang menghadapi sakit sehingga penderita merasa dicermati serta dihargai. Dukungan yang diberikan keluarga ialah berbentuk dukungan emosional, dukungan

penghargaan, dukungan informasional, dan dukungan instrumental (Friedman, 2011). Dukungan keluarga terdekat hendak sangat pengaruhi perilaku, aksi serta penerimaan terhadap klien yang berperan selaku sistem pendukung untuk anggotanya. Keluarga hendak memandang kalau orang yang bertabiat mendukungnya senantiasa siap membagikan pertolongan dengan dorongan bila dibutuhkan. Dukungan keluarga sangat mempengaruhi pada penderita dalam mengalami penyakitnya.

Dalam perihal ini Dukungan keluarga bisa penuh kepatuhan serta motivasi terhadap penyembuhan penyakit pada pengidap (Senuk, Supit& Onibala, 2013).

Dalam penelitian *literature review* dengan hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia ada hasil jurnal yang telah diteliti, oleh karena itu penulis mencoba menganalisis dan mendapatkan hasil dari beberapa jurnal .

B. Rumusan Masalah

Adakah Pengaruh Dukungan Keluarga Dengan
Kepatuhan Diet Hipertensi Pada Lansia?

C. Tujuan Penelitian

Penulisan KTI dalam bentuk literatur review ini bertujuan untuk menganalisis adanya hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet hipertensi pada lansia berdasarkan penelusuran *literature* ?

D. Manfaat Penelitian

Penulisan KTI ini diharapkan dapat bermanfaat dalam aspek yaitu menambah referensi keilmuan.