

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar belakang**

Keluarga merupakan unit terkecil dari masyarakat yang terdiri atas dua atau lebih individu yang berkumpul dan tinggal di suatu tempat tinggal karena adanya hubungan darah, perkawinan ataupun adopsi. Setiap anggota keluarga mempunyai peran dan fungsi beragam yang berada di bawah bimbingan seorang kepala keluarga dan memiliki interaksi satu sama lain. Keluarga mempunyai tujuan menciptakan dan mempertahankan budaya serta meningkatkan perkembangan secara fisik, psikologis dan sosial anggota. Keluarga merupakan suatu system terbuka yang dapat mempengaruhi sub system (anggota keluarga) dan suprasistem (masyarakat). Karena sangat menentukan dalam membentuk anggota keluarga sebagai anggota masyarakat yang sehat bio-psikososial dan spiritual, maka keluarga merupakan titik sentral pelayanan keperawatan (Husnaniyah, D., dkk. 2022).

Tugas keluarga yang dijalankan dengan baik dapat membantu mengontrol tekanan darah menjadi lebih stabil (Bisnu et al., 2017). Selain itu, peran perawat sebagai health promotor, care provider dan educator juga diperlukan untuk memberikan informasi dan meningkatkan keterampilan keluarga dalam melaksanakan tugas kesehatan (Damayantie et al., 2018).

Keluarga mempunyai peran yang besar dalam melakukan perawatan dan pemeliharaan kesehatan bagi anggota keluarga. Anggota keluarga merupakan lini utama yang diharapkan mampu mengenali jika terjadi gangguan perkembangan kesehatan anggota keluarga lainnya. Penyakit yang sering muncul akibat gaya hidup yang tidak sehat salah satunya yaitu hipertensi (Fadlilah. S, dkk., 2020)

Kemudian solusi yang bisa diberikan bagi keluarga adalah meningkatkan peran perawat keluarga dalam membantu keluarga meningkatkan kesanggupan

keluarga melakukan fungsi dan tugas keperawatan kesehatan keluarga melalui pendidikan kesehatan kepada keluarga agar mampu menjalankan asuhan keperawatan keluarga secara mandiri untuk anggota keluarga yang sakit (Purnawinadi and Lintang, 2020).

Hipertensi merupakan masalah yang besar dan serius yang cenderung meningkat di masa yang akan datang. Penyakit hipertensi juga sangat membebani keluarga karena biaya pengobatan yang tinggi dan membutuhkan waktu yang panjang dalam proses penyembuhannya. Jika tidak dikendalikan penyakit ini dapat menimbulkan komplikasi yang berbahaya berupa kecacatan permanen dan kematian mendadak (Wandira, A dkk, 2022)

World Health Organization (WHO) pada tahun 2019 mengemukakan prevalensi penyakit hipertensi di dunia 1,28 miliar, dari semua kematian di seluruh dunia 70% disebabkan oleh penyakit tidak menular dengan 82% kematian terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Selain secara global, hipertensi juga menjadi salah satu penyakit tidak menular yang paling banyak diderita masyarakat Indonesia (57,6%), penderita hipertensi di Indonesia diperkirakan sebesar 63 juta, namun hanya 4% yang dapat dikendalikan (Wati, 2019).

Menurut data kemenkes RI tercatat prevalensi penderita hipertensi naik dari tahun sebelumnya menjadi 38,7% (Kemenkes RI). Prevalensi tekanan darah tinggi pada perempuan (36,85%) lebih tinggi dibanding dengan laki-laki (31,34%). Provinsi Kalimantan Selatan menjadi provinsi dengan prevalensi hipertensi tertinggi yaitu sebesar (44,13%), kemudian diikuti oleh Jawa Barat (39,60%), Kalimantan Timur (39,30%), dan Jawa Tengah (37,57%) (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018).

Provinsi Kalimantan Selatan berdasarkan hasil laporan Riskesdas Provinsi prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk umur  $\geq 18$

tahun adalah sebesar 44,13%. Kabupaten Banjar menempati posisi tertinggi dengan jumlah sebesar 21.334 kasus, kemudian di Kota Banjarmasin dengan jumlah sebesar 20.396 kasus dan kabupaten Tanah Laut dengan jumlah 5.572 kasus (Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan, 2018).

Berdasarkan data yang diperoleh dari rekapan 10 penyakit terbanyak di Wilayah Kerja Puskesmas Alalak Selatan ada total 5.445 pasien Hipertensi yang berada di wilayah Puskesmas Alalak Selatan tahun 2023 dengan rincian sebanyak 2.778 jumlah kasus baru dan ada 2.667 jumlah kasus lama. Hipertensi menempati urutan pertama dalam kategori tersebut.

Hipertensi dikenal sebagai "*silent killer*" lantaran tidak memunculkan gejala dan dapat membunuh tanpa peringatan. Kebanyakan penderita hipertensi tidak menyadari bahwa dirinya menderita hipertensi sampai tekanan darah mereka diperiksa, meskipun beberapa gangguan hipertensi menyebabkan gejala seperti sakit kepala, pusing, dan leher kaku. Gejala ini paling sering terjadi ketika tekanan darah seseorang sangat tinggi melebihi 140/90 mmHg Al-(Makki, A., et al. 2022)

Pengetahuan merupakan hal yang sangat penting untuk membentuk perilaku seseorang. Pengetahuan penderita hipertensi meliputi pengetahuan tentang pengertian hipertensi, penyebab hipertensi, gejala umum yang berhubungan dengan hipertensi dan pentingnya pengobatan secara teratur dalam jangka panjang. Pengetahuan yang baik tentang pasien hipertensi diperoleh dari sarana elektronik seperti televisi, radio, internet, membaca majalah atau melalui iklan promosi kesehatan oleh petugas kesehatan atau dari kerabat terdekatnya yang paham tentang hipertensi Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi adalah dengan melakukan edukasi atau penyuluhan kesehatan (Ramadhini, dkk., 2021).

Edukasi atau penyuluhan Kesehatan adalah kegiatan upaya meningkatkan

pengetahuan kesehatan perorangan paling sedikit mengenai pengelolaan factor risiko penyakit dan perilaku hidup bersih dan sehat dalam upaya meningkatkan status kesehatan peserta, mencegah timbulnya penyakit dan memulihkan penyakit. Dampak dari kurangnya pengetahuan mengenai hipertensi sebagian besar penderita tidak mengetahui berapa atekanan darah yang disebut hipertensi, dan penderita juga tidak mengetahui penyebab hipertensi, atau diet yang baik bagi penderita hipertensi, selain itu juga banyak penderita yang tidak mengetahui komplikasi dari hipertensi (Maryam,2019). Media pendidikan kesehatan berfungsi membantu dalam proses pendidikan. Dengan media pendidikan tersebut dapat menyampaikan informasi tentang kesehatan, karena alat-alat tersebut digunakan untuk mempermudah penerimaan pesan-pesan kesehatan. Terdapat beberapa media yang secara umum digunakan dalam pendidikan kesehatan seperti leaflet, booklet, Calender, flip chart, video, dan lain-lain (Jatmika dkk, 2019).

Perencanaan keperawatan adalah suatu proses di dalam pemecahan masalah yang merupakan keputusan awal tentang sesuatu apa yang akan dilakukan, bagaimana dilakukan, kapan dilakukan, siapa yang melakukan dari semua tindakan keperawatan. Dalam pengobatan hipertensi dapat dilakukan menggunakan 2 cara yaitu pengobatan farmakologis serta non-farmakologi, pengobatan farmakologi yang diberikan yaitu *Angiotensin II receptor blockers*, *Thiazide diuretic*, *Angiotensin-converting enzyme* dan untuk pengobatan non-farmakologi dengan mengubah gaya hidup menjadi lebih sehat dan melakukan terapi komplementer antara lain meditasi, herbal, relaksasi aromaterapi dan hidroterapi (Makki, A., et al. 2022).

Pemberian terapi non farmakologis dalam menurunkan tekanan darah adalah pengaturan pola makan dan asupan gizi seimbang bagi penderita hipertensi. Pola makan sangat berpengaruh terhadap kejadian hipertensi, jenis makanan yang dapat menyebabkan hipertensi yaitu salah satunya adalah sering mengonsumsi makanan siap saji yang mengandung pengawet, kadar garam

yang terlalu tinggi dalam makanan, konsumsi kelebihan lemak (Masyudi dkk., 2019). Pola makan adalah jenis frekuensi makan dan sumber asupan seperti karbohidrat, protein, lemak, kalium, natrium kalsium, magnesium yang dikonsumsi sehari-hari. Pola makan yang tidak baik merupakan salah satu faktor risiko yang menyebabkan kejadian hipertensi meningkat (Irmaviani, 2019).

Pemberian konseling gizi merupakan salah satu cara agar penderita hipertensi patuh terhadap pengobatan yang dijalani. Karena hipertensi merupakan penyakit yang secara pelan-pelan dapat menimbulkan kematian karena gagal jantung, infark miokard, stroke atau gagal ginjal. Konseling gizi adalah suatu proses memberi bantuan kepada orang lain dalam membuat suatu keputusan atau memecahkan suatu masalah melalui pemahaman fakta-fakta, harapan, kebutuhan dan perasaan klien. Secara umum konseling gizi bertujuan membantu klien dalam upaya mengubah perilaku yang berkaitan dengan gizi sehingga dapat meningkatkan kualitas gizi dan kesehatan klien, meliputi perubahan pengetahuan, perubahan sikap dan perubahan tindakan (Rachmasari, S.I. & Mardiana, 2022).

Diet DASH (*Dietary Approach to Stop Hypertension*) merupakan salah satu program diet dengan cara mengurangi asupan garam, mengurangi asupan kolesterol dan lemak jenuh, mengurangi asupan kalori, meningkatkan makanan yang mengandung serat dan tinggi kalium. Pola diet DASH merupakan pola diet yang menekankan pada konsumsi bahan makanan rendah natrium (420 mg/hari), kalsium(>1000 mg/hari), dan serat (25–30 g/hari) serta rendah asam lemak jenuh dan kolesterol (<200mg/hari) yang banyak terdapat pada buah-buahan, kacang-kacangan, sayuran, ikan, daging tanpa lemak, susu rendah lemak, dan bahan makanan dengan total lemak dan lemak jenuh yang rendah. Memberikan intervensi diet DASH (*Dietary Approach to Stop Hypertension*) pada pasien hipertensi dengan cara diet sayuran serta buah yang banyak mengandung serat pangan dan mineral tertentu seperti kalium, magnesium,

serta kalsium sementara asupan garamnya dibatasi (Astuti et al. 2021). Hal ini dinilai praktis dan tidak mengeluarkan banyak biaya untuk dilakukan oleh keluarga dan pasien bisa menerapkan terapi tersebut sebagai upaya dalam menurunkan tekanan darah.

Berdasarkan penelitian Sudarman & Sartika (2020) terhadap pasien hipertensi menunjukkan kepatuhan diet berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah. Penurunan sebesar 6,74 mmHg untuk tekanan darah sistolik dan 3,54 mmHg untuk tekanan darah diastolik. Penelitian Prihandana (2020) terhadap pasien hipertensi di Kota Tegal, sebanyak 58,8% tidak melakukan diet hipertensi. Tekanan darah pasien tidak terkontrol sebanyak 57,6%. Hal ini berdampak kepada peningkatan risiko morbiditas dan mortalitas. Didukung oleh penelitian Astuti et al. (2021), bahwa penerapan diet DASH terbukti efektif dalam menurunkan tekanan darah. Diet DASH adalah diet pengontrol tekanan darah untuk penderita hipertensi. diet DASH meliputi pola makan sayur, buah, dan mineral (kalium, kalsium, dan magnesium) dan membatasi asupan natrium, yang berdampak positif bagi penderita hipertensi. Pendekatan penyuluhan kesehatan tentang diet DASH menekankan bagaimana makanan dapat menurunkan tekanan darah sebagai pendamping obat antihipertensi dan pengurangan asupan garam berlebih.

Peningkatan jumlah pasien PTM terutama hipertensi yang fantastis dalam tahun-tahun terakhir merupakan peringatan bagi keluarga dan masyarakat. Jumlah tersebut diikuti oleh kejadian komplikasi yang meningkat pula. Kejadian komplikasi tersebut terjadi karena kepatuhan dalam melaksanakan manajemen diri tergolong rendah dan berhubungan pula dengan tingkat pengetahuan pasien dan keluarga tentang manajemen tersebut. Sehingga perlu adanya pemberdayaan keluarga dalam upaya pencegahan komplikasi pada pasien hipertensi yang dilakukan untuk menurunkan kejadian komplikasi pada pasien PTM khususnya hipertensi melalui edukasi atau pemberian Pendidikan kesehatan (Penkes).

Berdasarkan data diatas maka penulis tertarik untuk menyusun sebuah Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Analisis asuhan keperawatan pada keluarga Tn. A yang memiliki penderita hipertensi dengan penerapan intervensi pendidikan gizi dan pola diet rendah garam di wilayah kerja Puskesmas Alalak Selatan”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimanakah hasil analisis asuhan keperawatan keluarga Tn.A yang memiliki penderita Hipertensi dengan penerapan intervensi pendidikan gizi dan diet DASH di wilayah kerja Puskesmas Alalak Selatan?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis asuhan keperawatan pada keluarga Tn. A yang memiliki penderita hipertensi dengan penerapan intervensi pendidikan gizi dan diet DASH di wilayah kerja Puskesmas Alalak Selatan.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1.3.2.1 Menggambarkan pengkajian keperawatan keluarga dengan hipertensi

1.3.2.2 Menggambarkan diagnosa keperawatan keluarga yang muncul pada keluarga hipertensi

1.3.2.3 Menggambarkan perencanaan keperawatan dengan intervensi Pendidikan kesehatan tentang Gizi dan Diet DASH

1.3.2.4 Menggambarkan implementasi keperawatan dengan intervensi Pendidikan kesehatan tentang Gizi dan Diet DASH

1.3.2.5 Menggambarkan evaluasi keperawatan dengan intervensi Pendidikan kesehatan tentang Gizi dan Diet DASH

1.3.2.6 Menganalisis hasil asuhan keperawatan pada keluarga dengan penyakit Hipertensi melalui penerapan Pendidikan kesehatan

tentang Gizi dan Diet DASH.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### 1.4.1 Manfaat Aplikatif

- 1.4.1.1 Sebagai acuan bagi perawat dan keluarga untuk melakukan pemberian asuhan keperawatan pada keluarga dengan hipertensi melalui penerapan intervensi Pendidikan kesehatan tentang Gizi dan Diet DASH
- 1.4.1.2 Sebagai sumber informasi dan acuan bagi pasien dan keluarga untuk persiapan perawatan pasien dengan hipertensi

##### 1.4.2 Manfaat Teoritis

- 1.4.2.1 Sebagai motivasi untuk meningkatkan pengetahuan terkait tentang Gizi dan Diet DASH dalam mengontrol hipertensi
- 1.4.2.2 Sebagai *evidence base nursing* dalam melaksanakan keperawatan pada keluarga hipertensi dalam mengontrol hipertensi
- 1.4.2.3 Menambah keluasan ilmu dan teknologi bidang keperawatan dalam asuhan keperawatan keluarga dengan hipertensi

#### **1.5 Penelitian Terkait**

- 1.5.1 Sadar Prihandana, Siti Amalia Masitoh, Betrix Maharani, Devi Suci Kartika, Catur Priska Desi Arum, Syifa Dian Cahyani, tahun 2023 dengan judul penelitian “Pengaruh Edukasi Diet Hipertensi Melalui Whatsapp Dalam Mengendalikan Tekanan Darah Pasien Hipertensi” Penelitian menggunakan desain *quasy-experiment* dengan pendekatan *pre-post test nonequivalent control group design*. Penelitian dilakukan kepada pasien hipertensi di Puskesmas Bandung kota Tegal. Sampel didapatkan 36 responden dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen menggunakan media whatsapp, kuisioner *food recall*, dan *tensimeter digital*. Data dianalisis dengan uji *independent t-test*. Hasil penelitian

menunjukkan ada perbedaan bermakna rata-rata tekanan darah pasien abtara sebelum dan sesudah diberikan edukasi ( $p\text{-value}<0,05$ ). Penelitian menyimpulkan ada pengaruh edukasi diet hipertensi melalui whatsapp untuk mengendalikan tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Bandung Kota Tegal. Media whatsapp dapat digunakan sebagai media komunikasi, informasi, dan edukasi kepada pasien hipertensi dalam perawatan penyakit dan mencegah komplikasi hipertensi

1.5.2 Yohan Yuanta, Agatha Widiyawati, Dessya Putri Ayu, Tria Ainun Janna, tahun 2023 dengan judul penelitian “Pengaruh Media Flipchart Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Pola Makan Pada Pasien Hipertensi Puskesmas Kaliwates Kabupaten Jember”. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan metode pre-experimental dengan rancangan one grup pre teset post test design. Penelitian ini dilakukan pada bulan November 2022. Populasi dalam penelitian adalah pasien hipertensi dengan jumlah 70 orang. jumlah subjek minimum yang diperlukan sebesar 37 pasien hipertensi. teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah menggunakan teknik teknik Purposive sampling dengan kriteria inklusi yaitu responden merupakan pasien hipertensi tidak dengan komplikasi dan bersedia menjadi responden penelitian, sedangkan kriteria eksklusinya yaitu ibu hamil. variabel bebas dalam penelitian ini adalah edukasi gizi menggunakan media flipchart sedangkan variabel terikatnya yaitu pengetahuan dan pola makan pasien hipertensi. analisis bivariat yang dilakukan menggunakan uji *statistik non parametrik test yaitu uji Wilcoxon Signed Test*. Instrumen pada penelitian ini menggunakan FFQ (Formulir Food Frequency Questioner) dan Kuisisioner pengetahuan. Dari hasil uji wilcoxon terdapat pengaruh antara media flipchart terhadap tingkat pengetahuan responden dengan nilai dan tidak terdapat pengaruh antara media flipchart terhadap pola makan responden.

1.5.3 Baiq Ruli Fatmawati, Marthilda Suprayitna, Kurniati Prihatin, tahun 2023 dengan judul penelitian “Efektivitas Edukasi Diet Dash Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Diet DASH Pada Penderita Hipertensi”. Desain penelitian adalah pre-experiment dengan pendekatan rancangan penelitian *one group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini semua penderita hipertensi dengan jumlah sampel 34 orang yang diambil dengan metode purposive sampling dan dilakukan pada bulan Maret-Mei tahun 2022, dengan uji statistik menggunakan non-parametric Wilcoxon Signed Rank Test didapatkan nilai mean rank pre-test (14,00) dan post-test (19,44). Hasil uji statistik menyatakan edukasi terbukti efektif terhadap penatalaksanaan diet DASH penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Penimbung Tahun 2022 dengan nilai p-value = 0,001. Diharapkan responden dapat mengaplikasikan dikehidupan sehari-hari untuk mencegah komplikasi hipertensi dengan cara diet DASH sesuai pedoman gizi, menerapkan pola hidup sehat dan minum obat anti hipertensi secara rutin