

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi mempunyai arti yaitu meningkatnya tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg dalam keadaan tenang tidak cemas, saat pemeriksaan dapat dilakukan dengan dua kali pengukuran dalam selang waktu lima menit. Hipertensi yang terjadi dalam waktu lama (persisten) menimbulkan kerusakan ginjal (gagal ginjal), jantung koroner, apabila sudah diketahui jika mempunyai riwayat penyakit hipertensi lebih baik menjalani terapi pengobatan yang tepat dukungan keluarga merupakan factor terpenting dalam membantu penderita hipertensi dalam menyelesaikan masalah, hal ini menjadikan keluarga sebagai support system dalam kehidupan penderita hipertensi agar tidak terjadi komplikasi. Apabila hipertensi yang tidak terkontrol dan tidak ditangani secara maksimal maka akan mengakibatkan kekambuhan hipertensi (Nisak, 2020)

Secara fisiologis tekanan darah tinggi diakibatkan oleh penebalan dinding arteri yang diakibatkan oleh zat kolagen yang menumpuk di lapisan otot maka dari itu pembuluh darah akan mengalami penyempitan dan apabila tidak segera ditangani akan menimbulkan komplikasi bahkan sampai dengan kematian. Sedangkan cara pengobatan nonfarmakologis penyakit hipertensi bisa menggunakan buah-buahan, sayuran, akar tumbuhan yang mengandung flavonoid dan alkaloid, kandungan zat aktif flavonoid menunjukkan hubungan nyata sebagai antihepatotoksik, anti HIV 1, anti-tumor, anti-inflamasi dan dapat memberikan efek vasodilatasi terhadap pembuluh darah yang

membantu melindungi fungsi jantung dan lavonoid juga dapat menurunkan kekakuan arteri (Lokesh dan Amitsankar 2012).

WHO (*World Health Organization*) mengatakan penderita hipertensi di dunia mencapai angka 1,13 miliar jiwa diantaranya hipertensi yang terjadi pada penduduk Asia Tenggara 24,7%. Kebanyakan penderita hipertensi tinggal dinegara berkembang dan kondisi ekonomi sedang menurun, 1 dari 5 wanita dan 1 dari 4 pria menderita hipertensi. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa pria lebih mudah terkena hipertensi dibandingkan dengan wanita (WHO, 2019). Di Indonesia angka penderita hipertensi masih cukup tinggi dengan jumlah 63 juta lebih penderitanya, hipertensi apabila tidak segera ditangani dan tidak terkontrol maka akan mengakibatkan komplikasi bahkan kematian, di Indonesia angka kematian yang disebabkan oleh penyakit hipertensi sebesar 427.218 kematian. Penderita hipertensi terbesar terdapat pada rentan usia 55-64 tahun, pada usia tersebut dikenal dengan kelompok lansia (Risikesdas, 2018).

Lansia akan mengalami penurunan fungsi tubuh akibat perubahan fisik, kultural, spiritual, psikososial. Perubahan fisik tersebut sangat berpengaruh dalam berbagai sistem tubuh salah satunya adalah sistem kardiovaskuler. Masalah kesehatan akibat dari proses penuaan sering terjadi pada system kardiovaskuler merupakan proses degenerative, diantaranya penyakit hipertensi (Herlinah, 2013).

Terapi dan pengobatan untuk penderita hipertensi biasanya memerlukan waktu yang cukup lama. Maka dari itu,hal yang harus diperhatikan dalam pengonsumsi obat jangka panjang harus menjadi perhatian yang paling

utama. Pada penderita tekanan darah tinggi sebaiknya diberikan terapi obat antihipertensi dengan dosis yang sesuai. Apabila sudah diberikan dosis yang sesuai dalam waktu yang maksimal dan tekanan daranya belum turun, maka bisa dilakukan pemberian kombinasi terapi dengan beberapa obat. Hal tersebut sering kali menyebabkan penderita hipertensi mengkonsumsi obat. Adapun pengobatan lainnya yang mungkin penderita hipertensi tidak enggan untuk mengkonsumsi yaitu *food based therapy* (terapi berbasis pangan) dapat menjadi alternatif bagi penderita hipertensi untuk mengobati maupun pencegahan terjadinya hipertensi. Oleh karena itu, fenomena *back to nature* yang masyarakat ketahui dapat mengakibatkan konsumsi pangan, minuman kesehatan dan obat dari bahan alam atau herbal meningkat secara drastis. Menurut masyarakat yang merasa aman saat menggunakan obat tradisional sebesar 46,2% dan mudah didapat serta dengan harga terjangkau 44% Setyorini (2018). Penderita hipertensi beresiko terserang penyakit komplikasi yang timbul selanjutnya, penyakit komplikasi yang muncul menyertai hipertensi, yaitu : Gagal ginjal, gagal jantung, kerusakan pada mata, stroke.

Menurut (Haryadi, 2018) orang berusaha mengedali hipertensi jika salah satu keluarganya sakit keras bahkan meninggal karena hipertensi. Tidak semua penderita hipertensi memerlukan obat. Apabila hipertensinya masih termasuk yang ringan maka masih dapat dikontrol dengan menerapkan pola hidup sehat. Berikut beberapa cara mengendalikan hipertensi yaitu : Pola makan, pola istirahat, pola aktivitas dan pengobatan, suport keluarga adalah suatu hal yang penting bagi kesehatan lansia.

Keluarga adalah semangat bagi lansia untuk mempertahankan kesehatannya. Peran keluarga dalam merawat lansia adalah menjaga kondisi lansia, mempertahankan dan meningkatkan status mental, mengantisipasi berubahnya ekonomi serta memberi motivasi dan memfasilitasi kebutuhan spriritual bagi lansia, adanya dukungan keluarga memberikan kekuatan dan terciptanya rasa saling memiliki satu sama lain dalam keluarga tersebut untuk memenuhi kebutuhan perkembangan keluarga. Ada beberapa bentuk dukungan keluarga yaitu : dukungan penilaian, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan emosional (Wulandhani, 2014).

Salah satu alasan penderita hipertensi gagal dalam mengontrol tekanan darah adalah kurangnya dukungan keluarga. Oleh sebab itu keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam memenejemen penyakit pasien, dimulai dari aktifitas fisik, makanan harian serta memenejemen stress dan keluarga harus memberikan dukungan emosional yang membantu menangani stress akibat penyakitnya, dukungan keluarga akan berhubungan dengan mengontrol tekanan darah yang lebih baik pada penderita hipertensi. Menurut Friedman (2010) ada beberapa dukungan keluarga yaitu dukungan penilaian, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan emosional. Keluarga yang menentukan makanan apa yang akan dikonsumsi oleh penderita hipertensi dan aktifitas fisik yang sesuai dan bagaimana kesehatan menjadi prioritas dalam keluarga. Hiperensi dapat ditangani dengan pembatas lemak dalam diet, perubahan gaya hidup dan pengaturan berat badan, hipertensi dapat dikendalikan dengan memperhatikan pola makan, pola istirahat, pola aktivitas dan pengobatan. Oleh karena itu peneliti harus melakukan *literatur review*

untuk pembuktian bahwa dukungan keluarga sangat berpengaruh bagi perilaku lansia dalam pengendalian hipertensi.

Melihat uraian diatas maka peneliti akan melakukan *Literatur Review* berjudul “Hubungan Dukungan Keluarga dengan Perilaku Lansia dalam Pengendalian Hipertensi” dengan *literatur review*.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang terurai diatas dan untuk memudahkan dalam pembahasan selanjutnya, penulis ingin mereview 8 jurnal mengenai bagaimana Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Lansia Dalam Pengendalian Hipertensi.

1.3 Tujuan dan Kegunaan Penelitian

Tujuan dari *Study Literature* adalah untuk mengetahui Hubungan Dukungan Keluarga dengan Perilaku Lansia dalam Pengendalian Hipertensi.

