

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keluarga sebagai unit/organisasi terkecil dari masyarakat sangat berperan dalam menentukan derajat kesehatan. Kesehatan tiap tiap anggota keluarga menggambarkan bagaimana keluarga tersebut menjalankan tugasnya dalam bidang kesehatan. Pola/kebiasaan hidup yang dijalankan oleh sebuah keluarga dapat meningkatkan kesehatana namun dalam waktu yang bersamaan dapat juga menimbulkan berbagai permasalahan kesehatan, diantaranya adalah hipertensi (Paula, 2021).

Menurut WHO (2021) di seluruh dunia terdapat sekitar 972 juta orang atau sekitar 26.4% orang di dunia mengidap penyakit hipertensi. Dari 972 juta orang dengan hipertensi , 333 juta berada di Negara maju serta 639 juta sisanya berada di Negara berkembang termasuk indonesia. Sementara untuk kasus hipertensi di Indonesia menurut data Kemenkes (2020) menyatakan bahwa jumlah prevalensi total penderita hipertensi di Indonesia adalah 8,4%, data tersebut juga menempatkan provinsi Sulawesi Utara sebagai peringkat pertama dalam kasus hipertensi, tercatat provinsi Sulawesi Utara memiliki angka prevelensi sebanyak 13,2% unggul jauh dengan provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta dengan prevalensi 10,3% dan provinsi Papua memiliki prevalensi terendah dengan 4,4%. Sementara prevalensi Hipertensi di Provinsi Lampung mencapai 8,0% pada tahun 2014, dan meningkat 8,2% pada tahun 2019 (Kemenkes, 2020).

Beberapa penatalaksanaan hipertensi secara umum dapat dilakukan dengan cara farmakologi dan non farmakologi. Berbagai pengobatan non farmakologi dapat dilakukan dengan cara pengaturan makan yang rendah garam (natrium), tinggi kalium, diet rendah kolestrol diet kaya buah dan sayur, olahraga, memperbaiki gaya hidup kurang sehat seperti merokok dan mengkonsumsi alkohol, manajemen nyeri, lakukan pengkajian nyeri yang komprehensif meliputi lokasi, karakteristik, awitan dan durasi, frekuensi, kualitas, intensitas atau keparahan nyeri dan oleh factor presitipasinya (PPNI, 2017).

Hipertensi dan komplikasinya dapat diatasi dan dicegah dengan perilaku: diet rendah garam, diet rendah lemak, tidak mengkonsumsi alkhohol, tidak merokok, kurangi makan yang mengandung kalium tinggi, batasi kafein, dan control tekanan darah secara teratur. Diet yang sering dianjurkan adalah mengkonsumsi makanan rendah garam, yaitu hanya 4 gram sehari. Menjaga rasa makanan sealami mungkin adalah diet terbaik bagi penderita hipertensi (Asyrofi, 2017).

Dampak yang akan di sebabkan jika seorang penderita hipertensi tidak melakukan diet natrium (garam) adalah dapat meningkatkan tekanan darah. Hal ini dapat terjadi karena garam merupakan zat yang memiliki sifat mengikat cairan, hal inilah yang berbahaya bagi penderita hipertensi, secara teori tubuh membutuhkan mineral natrium untuk mempertahankan sel secara baik. Sumber utama natrium adalah garam. Kandungan garam yaitu 40% natrium dan 60% klorida. Orang yang lebih sensitif terhadap natrium maka akan lebih mudah menahan natrium dalam tubuhnya sehingga terjadi retensi air dan peningkatan

tekanan darah yang berarti jantung harus memompa lebih giat sehingga tekanan darah naik (Triyanto E, 2019).

Permasalahan terkait diet garam pada penderita hipertensi juga perlu diimbangi dengan pengetahuan yang baik oleh sang penderita ataupun keluarga, sehingga tidak terjadi defisiensi pengetahuan diet garam pada penderita hipertensi. Defisiensi pengetahuan sendiri adalah Ketiadaan atau kurangnya informasi kognitif yang berkaitan dengan topik tertentu yang dalam hal ini adalah tentang diet nutrisi pada penderita hipertensi (SDKI, 2017).

Keluarga sangat berperan aktif dalam mendukung diet pasien hipertensi. Keluarga merupakan system dukungan sosial yang dapat meningkatkan kesadaran dalam pengobatan serta menggunakan pelayanan kesehatan guna kepatuhan dalam diet nutrisi. Dukungan keluarga juga dapat berfungsi untuk menciptakan rasa kasih sayang sehingga meningkatkan adaptasi pasien dengan kondisinya (Yeni dkk, 2016).

Berdasarkan penjabaran di atas mengingat pentingnya penanganan hipertensi terlebih tentang diet nutrisi berupa garam, peneliti terkait pengetahuan diet hipertensi penelitian pernah dilakukan oleh Wini (2019) dengan judul penelitian “asuhan Keperawatan Keluarga dengan Kasus Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sempaja Samarinda“ dengan intervensi edukasi diet nutrisi, mengevaluasi penjelasan yang diberikan, Meminta keluarga untuk mengulang penjelasan yang diberikan. Setelah dilakukan asuhan keperawatan di simpulkan bahwa keluarga mampu mengerti edukasi yang telah diberikan, hal itu ditandai dengan pasien yang mampu mengulang kembali penjelasan perawat.

Salah satu upaya mengurangi keluhan hipertensi adalah dengan cara pengendalian diet yang tepat. Pengendalian tekanan darah merupakan kunci

keberhasilan dari manajemen penyakit hipertensi, pengendalian tekanan darah meliputi modifikasi gaya hidup. Penderita yang mengalami hipertensi seharusnya mengetahui dengan baik bagaimana teknik pengendalian tekanan darah sehingga terintegrasi dengan pola hidup sehari-hari. Hal yang mendasar dalam upaya pengendalian tekanan darah yaitu pengetahuan. Pengetahuan merupakan aspek yang penting dalam terbentuknya tindakan atau perilaku seseorang. Pengetahuan pasien dengan hipertensi dapat membantu menjalankan pencegahan, pengendalian dan penanganan komplikasi hipertensi. Semakin paham seorang pasien tentang penyakitnya maka akan semakin paham pula perilaku yang harus di pertahankan ataupun diubah (Nugraha, 2019).

Upaya penanganan diet nutrisi bagi pasien hipertensi dapat ditunjang menggunakan media, salah satu media yang dapat digunakan adalah booklet. Booklet adalah suatu media untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan dalam bentuk tulisan dan gambar. Booklet sebagai saluran, alat bantu, sarana dan sumber daya pendukungnya untuk menyampaikan pesan harus menyesuaikan dengan isi materi yang akan disampaikan, dalam karya ini adalah tentang diet nutrisi pada pasien hipertensi.

Oleh sebab itu penting dilakukannya penelitian yang berfokus pada peningkatan pengetahuan pasien hipertensi khususnya terkait diet nutrisi sehingga dapat memperkuat upaya pencegahan peningkatan tekanan darah diatas normal. Berdasarkan dari hasil pembahasan dari latar belakang di atas fenomena tersebut, mengingat betapa pentingnya penanganan diet nutrisi pada pasien hipertensi dan juga tingkat pengetahuan yang masih rendah terkait diet

yang baik bagi penderita hipertensi, peneliti berniat melakukan penanggulangan edukasi dengan melakukan karya produk berupa booklate guna menambah wawasan penderita hipertensi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah tersebut diatas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut bagaimana”karya ilmiah asuhan keperawatan keluarga pada pasien hipertensi dengan karya booklet diet nutrisi di Puskesmas Simpang Pematang tahun 2023”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Peneliti mampu melakukan asuhan keperawatan keluarga pada pasien hipertensi menggunakan media booklet diet nutrisi di Puskesmas Simpang Pematang tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan Pengkajian keperawatan keluarga di Puskesmas Simpang Pematang.
- b. Menegakan Diagnosis keperawatan keluarga di Puskesmas Simpang Pematang.
- c. Melakukan skoring masalah keperawatan keluarga di Puskesmas Simpang Pematang

- d. Merumuskan rencana keperawatan keluarga pada anggota keluarga yang mengalami hipertensi menggunakan produk booklet nutrisi hipertensi di Puskesmas Simpang Pematang.
- e. Melaksanakan Tindakan keperawatan keluarga menggunakan booklet nutrisi pada anggota keluarga yang mengalami hipertensi di Puskesmas Simpang Pematang.
- f. Melakukan Evaluasi Keperawatan keluarga pada anggota keluarga yang mengalami hipertensi di Puskesmas Simpang Pematang.

D. Manfaat

Manfaat dari penelitian ini yaitu :

1. Bagi Institusi Universitas Muhammadiyah Pringsewu

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai tambahan ilmu pengetahuan dan landasan teori dalam pelaksanaan asuhan keperawatan keluarga khususnya pada anggota keluarga yang mengalami hipertensi.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini sebagai acuan peneliti selanjutnya dalam melaksanakan penelitian tentang Asuhan Keperawatan keluarga khususnya pada anggota keluarga yang mengalami hipertensi.

3. Bagi Fasilitas Kesehatan Puskesmas Simpang Pematang

Hasil penelitian ini dijadikan pedoman bagi fasilitas kesehatan guna memberikan tambahan ilmu pengetahuan dalam melaksanakan asuhan keperawatan keluarga khususnya pada anggota keluarga yang mengalami hipertensi.

4. Bagi Keluarga

Hasil penelitian ini memberikan pengetahuan keluarga tentang cara penanggulangan penyakit hipertensi dan pemberian Asuhan keperawatan yang benar bagi penderita hipertensi.