

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan keadaan dimana tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg (Kemenkes, 2021). Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2023 mencatat bahwa lebih dari 1,13 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi, mencakup satu dari empat pria dan satu dari lima wanita. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 15 tahun mencapai 30,8%. Angka tersebut memang sedikit menurun dibandingkan tahun 2018 yang sebesar 34,1%, tetapi tetap menunjukkan bahwa hampir sepertiga penduduk dewasa di Indonesia hidup dengan hipertensi. Provinsi Jawa Timur melaporkan prevalensi hipertensi yang lebih tinggi, yaitu sebesar 36,3%. Perempuan memiliki prevalensi lebih tinggi, yakni 36,85%, dibandingkan laki-laki sebesar 31,3% (Wahyudi dkk., 2020). Kabupaten Jember menurut data Dinas Kesehatan memperkirakan jumlah penderita hipertensi pada tahun 2024 mencapai 163.865 orang. Sebanyak 90,4% dari jumlah tersebut telah mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar, sedangkan 9,6% sisanya belum terlayani secara optimal. Kondisi ini menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi beban kesehatan masyarakat yang serius di wilayah tersebut (Dinas Kesehatan Kabupaten Jember, 2024).

Berdasarkan studi pendahuluan di Rumah Sakit Citra Husada Jember tahun 2025, diperoleh sebanyak 456 pasien dengan diagnosis hipertensi, baik sebagai diagnosis utama maupun penyerta. Kasus hipertensi ditemukan pada seluruh kelompok usia, dengan jumlah terbanyak pada kelompok usia dewasa akhir hingga lanjut usia, terutama pada rentang usia 55–59 tahun, 60–64 tahun, dan 65–69 tahun. Selain itu, pasien perempuan menunjukkan jumlah yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki di hampir seluruh kelompok usia yaitu 289 (63,4%) perempuan dan 167 (36,6%) laki-laki. Hipertensi sendiri juga termasuk dalam 10 besar penyakit terbanyak yang ada di Rumah Sakit Citra Husada Jember.

Rumah Sakit Citra Husada Jember dipilih sebagai lokasi penelitian karena tingginya jumlah kasus hipertensi yang ditangani serta posisinya yang berada di Kecamatan Patrang, yang menurut Dinas Kesehatan Kabupaten Jember merupakan kecamatan dengan jumlah kasus hipertensi terbanyak ketiga. Studi pendahuluan tahun 2025 menunjukkan terdapat 456 pasien dengan diagnosis hipertensi, dan penyakit ini termasuk dalam sepuluh besar kasus terbanyak di rumah sakit tersebut. Selain itu, evaluasi pelayanan gizi menunjukkan bahwa rata-rata sisa

makanan pasien selama tahun 2025 sebesar 6,8%, yang tergolong baik karena berada di bawah standar $\leq 20\%$ sesuai PGRS 2013. Namun demikian, rendahnya sisa makanan belum sepenuhnya mencerminkan kepatuhan pasien terhadap prinsip diet rendah garam, khususnya terkait pembatasan asupan garam. Oleh karena itu, penelitian mengenai dukungan keluarga dan tingkat pengetahuan pasien terhadap kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi rawat inap tetap diperlukan guna memastikan pengelolaan hipertensi yang optimal dan berkelanjutan.

Pengelolaan hipertensi sangat penting untuk mencegah komplikasi serius, seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal (Islani dkk., 2021). Salah satu pendekatan yang direkomendasikan adalah penerapan diet rendah garam. Penelitian oleh He *et al.* (2020) menunjukkan bahwa pengurangan asupan garam dapat secara signifikan menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi. Diet rendah garam tidak hanya membantu menstabilkan tekanan darah, tetapi juga berkontribusi pada kesehatan jantung secara keseluruhan (Zahidah, 2021). Selain dari kedua penelitian tersebut pada penelitian Nur`aini dan Nisak (2022) menunjukkan kepatuhan diet pada pasien hipertensi penting dalam menentukan stabilitas dan nilai normalnya tekanan darah. Namun, meskipun diet rendah garam telah terbukti efektif, banyak pasien yang mengalami kesulitan dalam mematuhi diet ini. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang dalam mematuhi diet di antaranya faktor sosiokultural, kognitif, individu, internal dan interpersonal seperti keluarga (Chen dan Antonelli, 2020).

Keluarga berperan penting dalam pemilihan makanan yang sehat, terutama bagi seseorang yang memiliki kondisi masalah kesehatan seperti hipertensi dimana harus mengikuti pola diet khusus yang harus selalu dijalankan (Contento dan Koch, 2020). Rendahnya pengawasan keluarga, kurangnya edukasi yang diberikan oleh anggota keluarga, serta rendahnya intensitas interaksi dalam mendukung diet, merupakan kendala yang dapat menghambat peran keluarga sebagai sistem pendukung yang optimal. Berdasarkan hasil analisis tersebut, keluarga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pemilihan makanan individu, sehingga keterlibatan keluarga menjadi aspek penting dalam keberhasilan diet. (Chen dan Antonelli, 2020).

Berdasarkan kedua penelitian di atas perlunya dukungan keluarga dalam pendampingan terhadap menjalankan diet sangat penting, karena dengan adanya pemberian dukungan yang baik, maka penderita hipertensi akan merasa lebih nyaman serta dipedulikan, sehingga dapat meningkatkan motivasi yang akan menciptakan perilaku untuk menjalankan diet dengan patuh. Bentuk dukungan yang diberikan oleh keluarga, dukungan informasional, dukungan instrumental, dukungan penilaian atau penghargaan dan dukungan emosional, dapat

mempengaruhi perilaku pasien dalam menjalani diet rendah garam (Amelia dan Kurniawati, 2020).

Pada penelitian Chen dan Antonelli (2020) tidak hanya keluarga yang memiliki peran penting dalam kepatuhan diet adapun faktor kognitif berupa pengetahuan pasien yang juga mempengaruhi terhadap kepatuhan diet yang dijalankan. Prastika dan Afifah (2024) menyebutkan pengetahuan merupakan kemampuan untuk membentuk model mental yang menggambarkan obyek dengan tepat dan merepresentasikannya dalam aksi yang dilakukan terhadap suatu obyek, sedangkan kepatuhan adalah sejauh mana perilaku pasien sesuai dengan ketentuan yang diberikan oleh professional. Penelitian oleh Al-Hazmi *et al.* (2023) menemukan bahwa pasien dengan pengetahuan yang lebih baik tentang hipertensi dan pengelolaannya cenderung lebih patuh terhadap diet rendah garam. Tingkat pendidikan, akses informasi, dan pengalaman sebelumnya dalam mengelola kesehatan menjadi faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan ini.

Dengan mempertimbangkan pentingnya dukungan keluarga dan pengetahuan pasien dalam pengelolaan hipertensi, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara kedua variabel tersebut dengan kepatuhan diet rendah garam dan tekanan darah pasien hipertensi rawat inap. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih dalam tentang bagaimana dukungan sosial dan pengetahuan dapat berkontribusi pada pengelolaan hipertensi, serta untuk merancang intervensi yang lebih efektif dalam praktik kesehatan. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi positif bagi upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi di Indonesia, khususnya di Kabupaten Jember.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara dukungan keluarga dan pengetahuan pasien terhadap kepatuhan diet rendah garam dan tekanan darah pasien hipertensi rawat inap di Rumah Sakit Citra Husada Jember?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum :

Mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dan pengetahuan pasien terhadap kepatuhan diet rendah garam dan tekanan darah pasien rawat inap di Rumah Sakit Citra Husada Jember.

1.3.2 Tujuan Khusus :

1. Menganalisis hubungan antara dukungan keluarga dan tekanan darah pada pasien hipertensi rawat inap di Rumah Sakit Citra Husada Jember
2. Menganalisis hubungan antara pengetahuan pasien dan tekanan darah pada pasien hipertensi rawat inap di Rumah Sakit Citra Husada Jember
3. Menganalisis hubungan antara kepatuhan diet rendah garam dan tekanan darah pada pasien hipertensi rawat inap di Rumah Sakit Citra Husada Jember

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Praktik Gizi

Memberikan informasi tentang pentingnya edukasi gizi serta keterlibatan keluarga dalam mendukung kepatuhan diet rendah garam bagi pasien hipertensi. Penelitian ini dapat digunakan oleh tenaga gizi untuk merancang intervensi edukatif berbasis keluarga yang lebih efektif dan kontekstual di lingkungan rumah sakit. Memberikan informasi tentang pentingnya edukasi dan keterlibatan keluarga dalam pengelolaan diet rendah garam bagi pasien hipertensi.

1.4.2 Bagi Institusi Kesehatan

Sebagai masukan untuk mengembangkan program edukasi gizi dan keterlibatan keluarga dalam pelayanan pasien hipertensi rawat inap.

1.4.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Menjadi referensi dan dasar untuk penelitian lanjutan yang lebih mendalam tentang intervensi berbasis keluarga dan edukasi dalam manajemen hipertensi.