

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi termasuk masalah kesehatan yang besar, baik di tingkat dunia, nasional, maupun daerah. Penyakit ini juga tercatat sebagai salah satu faktor utama yang memicu kematian prematur di berbagai negara. Indonesia saat ini menghadapi hipertensi sebagai persoalan serius karena kasusnya banyak dijumpai pada pelayanan kesehatan dasar. Data World Health Organization tahun 2023 menunjukkan bahwa lebih dari 1,28 miliar orang dewasa usia 30–79 tahun di seluruh dunia mengalami hipertensi, dan sekitar dua pertiganya berada di negara dengan pendapatan rendah serta menengah. Komplikasi berat seperti stroke, gagal ginjal, dan penyakit jantung koroner dapat dipicu oleh hipertensi (World Health Organization, 2023).

Hipertensi masih menjadi persoalan besar dalam kesehatan masyarakat di Indonesia. Data Riskesdas 2018 mencatat bahwa sekitar 34,1% penduduk berusia 18 tahun ke atas mengalami hipertensi. Prevalensi hipertensi pada tahun 2023 menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) menurun menjadi 30,8%, tetapi jumlah penderitanya tetap tinggi karena dipengaruhi oleh penambahan penduduk dan meningkatnya angka harapan hidup. Permasalahan ini diperparah oleh rendahnya kesadaran masyarakat tentang kepatuhan diet hipertensi dan kurangnya dukungan keluarga, yang menghambat pengendalian tekanan darah secara efektif.

Di Provinsi Sumatera Barat, khususnya di Kota Padang sebagai ibu kota provinsi juga menghadapi permasalahan hipertensi yang cukup serius mencapai 24,1% dengan Kota Padang sebagai daerah tertinggi sebesar 35,6%. Pada data profil kesehatan Kota Padang 2024, terdapat 71.574 kasus penderita hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2024). Berdasarkan hasil survey di Puskesmas Pauh tercatat 2.795 kasus hipertensi sepanjang tahun 2024, dan 3.005 kasus hipertensi sepanjang tahun 2025, terjadi peningkatan angka kejadian yang merupakan salah satu penyakit dengan jumlah kasus terbanyak. Kota Padang berada pada peringkat pertama dengan jumlah penderita hipertensi terbanyak, yaitu lebih dari 23 ribu kasus yang tercatat di fasilitas pelayanan kesehatan. Kondisi ini menggambarkan bahwa tingginya angka hipertensi berkaitan dengan pola hidup, seperti konsumsi makanan tinggi garam dan lemak, kurangnya aktivitas fisik, serta tingkat stres yang relatif tinggi. Peningkatan pengetahuan dan penguatan dukungan keluarga dalam pengelolaan hipertensi, terutama pada penerapan diet rendah garam dan pola makan sehat, menjadi hal yang perlu diperhatikan (Yang et al., 2024).

Kepatuhan pasien dalam menjalankan diet hipertensi merupakan faktor penting dalam pengendalian hipertensi, yang mencakup pembatasan natrium, peningkatan konsumsi buah dan sayur, serta penurunan asupan lemak jenuh. Tingkat kepatuhan diet pada penderita hipertensi hingga kini masih tergolong rendah. Penelitian Pardede et al., (2024) melaporkan bahwa sekitar 68% pasien hipertensi di beberapa puskesmas di Indonesia belum mencapai target tekanan

darah. Penelitian Pratamawati et al., (2025) menunjukkan bahwa 60,5% penderita hipertensi di Medan tidak mematuhi diet rendah garam, yang berhubungan dengan rendahnya pengetahuan dan dukungan keluarga. Temuan dari penelitian sebelumnya memperlihatkan bahwa kepatuhan diet pada pasien hipertensi masih cukup rendah. Kondisi tersebut menjadi tantangan dalam pengendalian tekanan darah serta pencegahan komplikasi pada penyakit kronis. Menurut Sapitri et al., (2023) mayoritas pasien masih mengalami kesulitan dalam menerapkan modifikasi diet yang sehat untuk pengendalian tekanan darah. Menurut Abera et al., (2024) menunjukkan bahwa hanya 28,3% pasien hipertensi patuh terhadap diet yang direkomendasikan, sementara, Amin et al., (2023) di Lampung Timur mencatat 56,7% tidak patuh. Ketidapatuhan ini disebabkan oleh rendahnya pemahaman manfaat diet, kebiasaan makan yang sulit diubah, kurangnya dukungan keluarga, motivasi, keyakinan diri, serta ketersediaan makanan sehat (Shim et al., 2020).

Banyak faktor yang dapat memengaruhi kepatuhan pasien, salah satunya adalah tingkat pengetahuan. Pengetahuan berperan penting karena menjadi dasar dalam pembentukan perilaku kesehatan, seseorang yang memahami manfaat diet rendah garam dan konsekuensi dari ketidakpatuhan akan lebih termotivasi untuk menjalankannya secara konsisten (Shim et al., 2020). Penelitian Andala et al, (2024) di Aceh menunjukkan bahwa hanya 32,1% patuh terhadap diet hipertensi dan kepatuhan tersebut berhubungan signifikan dengan tingkat pengetahuan tentang diet rendah garam. Hasil serupa juga ditemukan oleh Eka Diana Permatasari, (2024) di Puskesmas Kampa menemukan hubungan bermakna antara pengetahuan dan kepatuhan diet

hipertensi ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan merupakan faktor internal penting yang berpengaruh terhadap perilaku patuh diet pada penderita hipertensi.

Dukungan keluarga memiliki peran penting dalam pengelolaan hipertensi pada penderita hipertensi, selain faktor pengetahuan. Keluarga berkontribusi melalui pemberian dukungan emosional, motivasi, serta pengingat dalam menerapkan pola makan sehat. Penelitian Purnamawati et al, (2023) menemukan bahwa pasien dengan pengetahuan cukup tetapi tanpa dukungan keluarga cenderung tidak patuh. Hal ini diperkuat oleh Najah Syamiyah, (2024) menyatakan bahwa dukungan keluarga tinggi memiliki peluang 2,8 kali lebih besar untuk patuh terhadap diet hipertensi dibandingkan yang tidak mendapat dukungan. Menurut Insani et al, (2025) menekankan bahwa pengendalian hipertensi tidak hanya bergantung pada terapi farmakologis, tetapi juga kepatuhan terhadap pola makan, aktivitas fisik, dan pengelolaan stres. Rendahnya dukungan keluarga dalam penyediaan makanan sehat atau pengawasan konsumsi makanan menjadi penyebab kegagalan dalam pengaturan diet pada penderita hipertensi.

Kepatuhan terhadap diet hipertensi dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti rendahnya tingkat pendidikan, keterbatasan pendapatan, sulitnya akses ke fasilitas kesehatan, minimnya kepemilikan asuransi kesehatan, serta kurangnya dukungan keluarga. Berbagai penelitian sebelumnya memperlihatkan bahwa kepatuhan diet pada penderita hipertensi dipengaruhi oleh faktor internal, seperti pengetahuan, motivasi, dan persepsi risiko, maupun faktor eksternal, seperti dukungan keluarga, lingkungan, dan sosial. (Thomas

et al., 2025). Beberapa penelitian terbaru juga memperkuat bahwa pengetahuan dan dukungan keluarga berhubungan langsung dengan kepatuhan diet hipertensi. Penelitian Luthfiyah et al. (2025) menunjukkan bahwa pasien dengan pengetahuan diet yang baik memiliki kemungkinan 3 kali lebih besar untuk patuh dalam konsumsi rendah garam dibandingkan yang pengetahuannya rendah. Penelitian oleh Multaqiyah & Desridius (2023) menunjukkan bahwa 62,7% pasien dengan dukungan keluarga tinggi patuh menjalankan diet hipertensi, sedangkan pada pasien yang memperoleh dukungan keluarga rendah hanya 27,3%. Peran keluarga pada hasil tersebut tampak sebagai pengingat, pemberi dorongan, dan penyedia makanan yang sesuai dengan aturan diet sehingga berpengaruh langsung terhadap kepatuhan. Sebagian besar penelitian sebelumnya masih membahas masing-masing faktor secara terpisah. Kajian yang menelaah hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga secara bersamaan terhadap kepatuhan diet hipertensi masih terbatas, terutama pada tingkat pelayanan kesehatan primer seperti puskesmas (Cahyani Hia, 2023).

Berdasarkan fenomena tersebut, terdapat kesenjangan antara tingginya prevalensi hipertensi dan rendahnya kepatuhan diet yang dipengaruhi oleh pengetahuan dan dukungan keluarga. Penelitian sebelumnya lebih banyak membahas pengaruh pengetahuan dan dukungan keluarga secara terpisah, sedangkan analisis yang menilai kontribusi kedua faktor tersebut secara bersamaan terhadap kepatuhan diet pada penderita hipertensi di layanan primer masih sedikit. Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet penderita

hipertensi di Puskesmas Pauh. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan bagi tenaga kesehatan dalam menyusun program edukasi dan intervensi berbasis keluarga guna meningkatkan kepatuhan diet hipertensi, sehingga pengendalian tekanan darah menjadi lebih optimal dan risiko komplikasi dapat dikurangi.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini berdasarkan latar belakang tersebut adalah apakah terdapat hubungan antara pengetahuan dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi di Puskesmas Pauh Kota Padang tahun 2025

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah mengetahui hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi di Puskesmas Pauh Kota Padang tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan pada penderita hipertensi di Puskesmas Pauh.
- b. Mengidentifikasi tingkat dukungan keluarga pada penderita hipertensi di Puskesmas Pauh.
- c. Mengetahui tingkat kepatuhan diet pada penderita hipertensi di Puskesmas Pauh.

- d. Menganalisis hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet.
- e. Menganalisis hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan diet.

D. Manfaat Penelitian

- a. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dijadikan sebagai bahan bacaan dan bahan tambahan referensi ilmiah untuk pengembangan ilmu pengetahuan mengenai hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada pasien hipertensi dan dapat dimanfaatkan sebagai acuan perpustakaan bagi mahasiswa yang akan melakukan penelitian selanjutnya.

- b. Bagi Instalasi Pelayanan Keperawatan

Hasil penelitian ini dijadikan sebagai sumber informasi bagi layanan kesehatan guna meningkatkan program pelayanan keperawatan, khususnya dalam penanganan penderita hipertensi. Diharapkan bahwa pelayanan keperawatan dapat menerapkan dan mengembangkan temuan ini sebagai strategi spesifik untuk meningkatkan kepatuhan diet pada pasien hipertensi.

- c. Bagi Perawat

Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi perawat dalam melakukan asuhan keperawatan dan memberikan edukasi guna meningkatkan pengetahuan dan dukungan keluarga terhadap kepatuhan diet pada pasien hipertensi

d. Bagi Peneliti Selajutnya

Hasil penelitian ini digunakan sebagai sumber referensi tambahan, bahan acuan, serta masukan bagi penelitian lanjutan terkait hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet pada penderita hipertensi, sekaligus mendukung pengembangan lebih lanjut strategi peningkatan kepatuhan diet pada pasien hipertensi.



