

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular dan menjadi masalah kesehatan yang sangat serius saat ini. Tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol dapat meningkatkan risiko stroke sebanyak 7 kali lipat, penyakit jantung sebanyak 6 kali lipat, dan serangan jantung sebanyak 3 kali lipat. Tekanan darah tinggi yang disebabkan oleh penyakit tertentu sering kali diketahui saat dilakukan pemeriksaan kesehatan, dan disebut juga sebagai “silent killer”.

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu kondisi di mana tekanan darah di arteri berada di atas kisaran normal dan sehat. Tekanan darah diukur menggunakan dua angka tekanan darah sistolik (tekanan saat jantung berkontraksi) dan tekanan diastolik (tekanan saat jantung beristirahat di antara denyut). Batas normal tekanan darah biasanya adalah 120/80 mmHg, dimana angka 120 adalah tekanan sistolik dan angka 80 adalah tekanan diastolik. Jika tekanan darah seseorang secara konsisten melebihi angka tersebut, maka dapat didiagnosis sebagai hipertensi. Hipertensi merupakan penyakit yang mendapat perhatian dari semua kalangan masyarakat, sehingga membutuhkan penanggulangan jangka panjang yang menyeluruh dan terpadu. (Imelda et al., 2020)

Data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan. Kasus hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, dan diperkirakan pada tahun 2025, 1,5 miliar orang akan menderita hipertensi setiap tahunnya dan 9,4 juta orang akan

meninggal karena hipertensi dan komplikasinya. Prevalensi hipertensi yang diketahui adalah 34.1%, dimana 8,8% didiagnosis menderita hipertensi, dan 32.3% tidak minum obat secara teratur. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita hipertensi tidak mengetahui dirinya mengidap hipertensi sehingga tidak mendapat pengobatan. Peningkatan risiko hipertensi sebesar 2,18 kali lipat pada lansia yang berusia 60-64 tahun, Peningkatan risiko 2,45 kali lipat pada lansia berusia 65-69 tahun, dan peningkatan risiko hipertensi pada lansia berusia 70 tahun ke atas sebesar 2.97 kali. Risiko terkena tekanan darah tinggi meningkat seiring bertambahnya usia, sehingga prevalensinya sangat tinggi pada lansia sekitar 40%, dan angka kematian pada usia di atas 60 tahun adalah sekitar 50%. Manajemen perawatan tekanan darah tinggi yang tepat dapat mengurangi risiko kekambuhan dan komplikasi tekanan darah tinggi. (Putri Abadi dan Suparno, 2019)

Hal terpenting dalam pengobatan tekanan darah tinggi adalah bagaimana perilaku sehat yang dapat diterapkan oleh seorang lansia. Pilihan yang memungkinkan termasuk penyesuaian pola makan, aktivitas fisik, perawatan kesehatan, pengobatan, dan kepatuhan terhadap pengobatan. (Putri Abadi & Suparno, 2019)

Tekanan darah tinggi dapat dikontrol melalui pola makan yang tepat misalnya mengurangi asupan makanan tinggi garam, lemak, dan kolesterol, serta mengonsumsi makanan tinggi serat, olahraga teratur, menghindari asupan alkohol, menghindari stres. Hal ini dapat dikendalikan dengan mematuhi anjuran dokter serta melakukan pemeriksaan kesehatan rutin dan tes tekanan darah. (Martini et al., 2019)

Penting untuk menyadari bahwa hipertensi seringkali tidak menunjukkan gejala pada tahap awal, sehingga deteksi dini melalui pemeriksaan tekanan darah secara teratur menjadi sangat penting. Pengelolaan dan kontrol hipertensi melalui perubahan gaya hidup sehat dan, jika perlu, penggunaan obat-obatan adalah langkah-langkah penting untuk mengurangi komplikasi risiko serius yang terkait dengan kondisi ini. Semakin dini hipertensi terdeteksi dan dikelola, semakin besar peluang untuk mencegah komplikasi yang mungkin timbul akibat tekanan darah tinggi.

Fenomena yang terjadi pada studi kasus ini yaitu Ny. H usia 62 tahun beliau sebagai ibu rumah tangga yang menderita Hipertensi, kurang lebih selama 4 tahun. Penyakit Hipertensi yang di deritanya sering kambuh, dengan ditandai tekanan darah terakhir 160/90. Dari hasil studi penelitian didapatkan data, pasien memiliki riwayat kesehatan yang kurang baik diantaranya obesitas dan mempunyai gaya hidup yang jarang melakukan aktivitas fisik seperti olahraga. Berdasarkan permasalahan tersebut, maka peneliti bermaksud untuk mengetahui upaya keluarga dalam merawat anggota keluarga penderita Hipertensi.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas dapat diambil suatu rumusan masalah bagaimana upaya keluarga merawat penderita Hipertensi ?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengalaman pasien dan keluarga dalam menjalani perawatan penderita hipertensi

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan jurusan Keperawatan, dapat menjadi tambahan pengetahuan, dan sebagai bahan referensi untuk mengembangkan ilmu keperawatan.

1.4.2 Bagi Pelayanan Kesehatan

Dapat dijadikan informasi maupun gambaran bagi profesi keperawatan yang lain tentang penyebab terjadinya Hipertensi maupun bagi peneliti selanjutnya dalam mengetahui gambaran gaya hidup penderita Hipertensi.

1.4.3 Bagi Masyarakat

Sebagai tambahan pengetahuan dan masukan tentang pengendalian Hipertensi.

