

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Menurut data WHO pada tahun 2023 hipertensi terjadi ketika tekanan dalam pembuluh darah terlalu tinggi (140/90 mmHg atau lebih tinggi). Kondisi ini sangat umum terjadi tetapi menjadi serius apabila tidak diobati. Dalam WHO diperkirakan terdapat 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun diseluruh dunia menderita hipertensi, dengan mayoritas (dua pertiga) dari mereka terjadi di negara yang berpendapatan rendah dan menengah. Diperkirakan 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak menyadari bahwa mereka mengidap kondisi ini. Dari seluruh orang dewasa kurang dari separuhnya (42%) yang telah didiagnosis menderita hipertensi dan diobati dengan obat-obatan. Sekitar 1 dari 5 orang dewasa (21%) yang menderita hipertensi dapat terkendali. Hipertensi merupakan resiko penyakit yang memiliki peluang yang besar untuk mengalami stroke bahkan dapat menyebabkan kematian diseluruh dunia (WHO, 2023).

Meskipun telah tersedia berbagai pengobatan dan strategi pencegahan, tidak lebih dari satu dari lima orang dengan hipertensi dapat menangani masalah tersebut. Hal ini sebagian dapat disebabkan oleh kesenjangan dalam menjelaskan etiologi hipertensi secara lengkap. Genetika dan faktor risiko kebiasaan gaya hidup, seperti kurangnya olahraga, pola makan yang tidak sehat, asupan garam berlebih, dan mengonsumsi alkohol, tidak sepenuhnya menjelaskan tentang proses keseluruhan hipertensi, yang menunjukkan perlunya mengamati faktor risiko lain yang disarankan yang belum mendapat perhatian semestinya. Stres psikososial adalah salah satu faktor dari hipertensi. Stres tidak hanya meningkatkan kejadian hipertensi, tetapi juga terkait dengan kontrol hipertensi yang buruk, perilaku gaya hidup yang tidak sehat, dan tidak patuh terhadap rencana rutin pengobatan (Marwaha, 2022).

Stres psikososial yang mencakup stres adaptasi, frustrasi, overload, dan privasi biasanya kondisi ini dialami oleh penderita hipertensi. Keadaan psikologis pada penderita hipertensi dapat memengaruhi pembacaan tekanan darah saat melakukan pemeriksaan. Orang dengan hipertensi saat pikirannya dalam keadaan seperti ini biasanya dapat mengalami kenaikan tekanan darah, dan stres yang tidak dapat diatasi (Yuliana1 et al., 2021). Setiap situasi atau peristiwa yang dapat mengubah kehidupan seseorang, sehingga mereka terpaksa mengadakan adaptasi atau menangguli stres yang timbul disebut dengan stres psikososial. Menanggulangi stres untuk menangani stres, orang tua memerlukan mekanisme koping. Mekanisme ini terdiri dari semua upaya yang ditujukan untuk menangani stres, termasuk upaya untuk menyelesaikan masalah (Maryuni et al., 2020).

Dengan adanya anggota keluarga yang didiagnosis hipertensi, peran keluarga menjadi penting dalam membantu anggota yang didiagnosis hipertensi untuk beradaptasi dan mengelola kondisinya. Adaptasi yang dilakukan keluarga dengan upaya pengendalian yaitu dengan menjaga pola hidup seperti kepatuhan terhadap diet rendah lemak, rendah kolesterol, rendah garam dan mengurangi makanan tinggi kalium, melakukan aktivitas atau berolahraga secara teratur, mengurangi nikotin atau merokok dan menghindari stres yang berlebihan. Upaya yang dilakukan dalam pengendalian hipertensi harus berawal dari individu yang mengalami hipertensi, jadi harus memerlukan motivasi dan tingkat kesadaran dalam menjalankan pola hidup yang baik. Dorongan motivasi sangat penting dalam diri seseorang untuk berusaha mengubah perubahan tingkah laku yang lebih baik dalam memenuhi kebutuhannya (Setyaningsih et al., 2019).

Dalam melaksanakan pengendalian hipertensi dukungan keluarga sangat penting bagi individu yang mengalami hipertensi. Dengan dukungan yang diberikan mampu membuat individu menambah rasa kepercayaan diri dan mendapat motivasi untuk menghadapi masalah yang dialami. Dukungan yang diberikan dapat digambarkan sebagai perasaan yang saling terikat dengan orang lain di lingkungan yang menimbulkan kekuatan

dan membantu perasaan individu yang menyendiri (Setyaningsih et al., 2019). Mendapat dukungan dari anggota keluarga tentunya akan memberikan dampak positif bagi keluarga yang mengalami gangguan kesehatan selama berobat. Begitu pula pada pasien hipertensi yang mendapat dukungan dari keluarganya, hal ini tentunya mempengaruhi kepatuhan pengobatan, sehingga pasien hipertensi memiliki kepatuhan pengobatan yang lebih tinggi jika mendapat dukungan sosial dari keluarganya. Hipertensi memerlukan pengobatan seumur hidup, diperlukan dukungan keluarga untuk meningkatkan motivasi (Suhat et al., 2022). Dapat membangun pasangan keluarga yang positif (pasien dan keluarga) sangat penting dalam perawatan berorientasi keluarga dirumah. Ulasan tentang tinjauan sistematis menunjukkan bahwa melibatkan keluarga dalam perawatan penyakit kronis dapat memberi manfaat bagi pasien dan keluarga (Setyaningsih et al., 2019). Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi bagaimana keluarga beradaptasi secara psikososial dalam menghadapi anggota keluarga yang didiagnosis hipertensi, serta meninjau modifikasi gaya hidup dan dukungan yang diberikan dalam mendukung kepatuhan pasien terhadap pengobatan.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana cara keluarga beradaptasi psikososial dalam menghadapi diagnosis hipertensi pada kepala keluarga ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan respon emosional dan menggali cara keluarga dalam beradaptasi menghadapi diagnosis hipertensi.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menggambarkan berbagai bentuk respon emosional yang dialami oleh keluarga dalam merawat kepala keluarga dengan hipertensi, baik dalam promosi dukungan pengobatan, Pengembangan strategi koping emosioanal, pengelolaan emosi positif.
2. Menggambarkan cara keluarga dalam dalam promosi dukungan pengobatan, Pengembangan strategi koping emosioanal, pengelolaan emosi positif.
3. Implikasi dalam keperawatan terkait dalam promosi dukungan pengobatan, Pengembangan strategi koping emosioanal, pengelolaan emosi positif.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Instusi

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat yang signifikan dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang keperawatan. Hasil penelitian ini berpotensi menjadi referensi yang berguna dalam kurikulum pendidikan, khususnya bagi mahasiswa yang mempelajari topik perawatan lansia, hipertensi, serta kesehatan mental mengenai respon keluarga dalam beradaptasi menghadapi kepala keluarga dengan diagnosis hipertensi dan sebagai bahan masukan dalam menambah pustaka dan referensi untuk peneliti selanjutnya.

1.4.2 Bagi Masyarakat

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan wawasan kepada masyarakat tentang bagaimana cara anggota keluarga dalam beradaptasi menghadapi diagnosis hipertensi pada kepala keluarga. Selain itu, peneliti ini juga mendorong penguatan dukungan sosial, pengembangan kebijakan yang lebih inklusif, serta peningkatan perhatian dari keluarga, teman dan komunitas terhadap kebutuhan anggota keluarga sebagai pengasuh utama.

1.4.3 Bagi Peneliti

Peneliti ini diharapkan dapat memberikan masukan baru dalam literatur yang ada mengenai perawatan hipertensi dan peran pengasuh, terutama terkait dengan aspek adaptasi psikososial yang masih jarang dieksplorasi, khususnya dalam konteks peran anggota keluarga sebagai pengasuh utama.

