

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diperkirakan bahwa *self-management* telah berkontribusi secara signifikan terhadap peningkatan jumlah kasus penyakit tidak menular di Indonesia, termasuk diantaranya hipertensi. Untuk mengendalikan angka kesakitan dan kematian yang disebabkan oleh hipertensi, sangat penting untuk menerapkan *self-management* yang dapat membantu mengatur faktor-faktor yang mempengaruhi tekanan darah. *Self-management* adalah kemampuan individu untuk menjaga perilaku yang efektif dan mengelola penyakit dalam kehidupan sehari-hari, dengan tujuan membantu individu menurunkan dan menjaga tekanan darah tetap stabil (Wahyu, 2015).

Self-management pada penderita hipertensi dapat diterapkan melalui lima komponen utama, yakni integrasi diri, regulasi diri, interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya, pemantauan tekanan darah, dan kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan. Selain itu, ada lima perilaku kunci dalam pengelolaan hipertensi yaitu mematuhi pola makan yang tepat, menjalani aktivitas fisik yang teratur, mengelola stres, mengurangi konsumsi alkohol, dan menghentikan kebiasaan merokok (Akhter, 2010). Penelitian yang dilakukan oleh Lestari (2018) mengindikasikan bahwa terdapat korelasi positif yang sangat kuat antara tingkat kemampuan pengaturan diri (*self-management*) dan tekanan darah pada populasi lansia yang menderita hipertensi di Jawa Tengah. Semakin tinggi kemampuan pengaturan diri seseorang, semakin rendah tekanan darah yang dapat diamati pada lansia yang menderita hipertensi, sedangkan sebaliknya, semakin rendah tingkat

kemampuan pengaturan diri, tekanan darah pada lansia yang mengalami hipertensi cenderung lebih tinggi.

Mulyati, dkk (2013), menyatakan bahwa dalam konteks pasien hipertensi, terdapat keterkaitan yang signifikan antara *self-efficacy* (keyakinan diri terhadap efektivitas perilaku *self-management*), dukungan social, serta kemampuan komunikasi antara petugas kesehatan dan pasien dengan perilaku *self-management*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pendidikan, tingkat pengetahuan, dan durasi penyakit tidak memiliki korelasi langsung dengan perilaku *self-management*. Yang paling penting adalah kemampuan komunikasi petugas kesehatan, yang menjadi faktor dominan yang berpengaruh terhadap perilaku *self-management* pada pasien hipertensi.

Saraswati (2014) menyimpulkan bahwa ada perbedaan dalam nilai rata-rata *pre-test* dan *post-test self-management* hipertensi antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi sebelum dan sesudah pelaksanaan program edukasi. Selain itu, terdapat perbedaan dalam nilai rata-rata *pre-test self-management* hipertensi sebelum program edukasi dilaksanakan antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Demikian pula, terdapat perbedaan dalam nilai rata-rata *post-test self-management* hipertensi setelah program edukasi dijalankan di antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Temuan ini mengindikasikan bahwa program edukasi berbasis komunitas memiliki dampak positif pada *self-management* hipertensi.

Tekanan darah merujuk pada tekanan atau kekuatan yang diberikan oleh aliran darah dalam sirkulasi terhadap dinding arteri, yang merupakan pembuluh darah utama

dalam tubuh. Hipertensi adalah kondisi dimana tekanan sirkulasi darah menjadi terlalu tinggi (World Health Organization, 2019). Menurut *American Society of Hypertension (ASH)* hipertensi dapat dijelaskan sebagai kondisi sindrom atau sekumpulan gejala dalam sistem kardiovaskular yang terus berkembang akibat dari faktor-faktor lain yang kompleks dan memiliki hubungan saling mempengaruhi, sedangkan menurut Brunner dan Suddarth hipertensi juga diartikan sebagai tekanan darah persisten dimana tekanan darahnya di atas 140/90 mmHg. (Nuraini, 2015). Berdasarkan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI, 2015) hipertensi adalah faktor penting yang dapat memicu penyakit tidak menular (*Non Communicable Disease = NCDs*), seperti penyakit jantung dan stroke. saat ini, penyakit-penyakit ini menjadi ancaman utama sebagai penyebab kematian teratas di seluruh dunia.

Prevalensi kejadian hipertensi setiap tahunnya meningkat. Data yang dirilis oleh World Health Organization (WHO) pada tahun 2019 menunjukkan bahwa sekitar 1,13 miliar individu di seluruh dunia telah menyandang hipertensi. Angka penderita hipertensi terus meningkat dari tahun ke tahun, dengan perkiraan bahwa pada tahun 2025 jumlah penderita akan mencapai sekitar 1,5 miliar orang. Selain itu, diperkirakan bahwa setiap tahunnya sekitar 9,4 juta orang kehilangan nyawa akibat hipertensi dan komplikasinya. Menurut laporan Kementerian Kesehatan pada tahun 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia mengalami fluktuasi dari tahun ke tahun. Pada tahun 2007, angka prevalensi hipertensi mencapai 31,7% lalu mengalami penurunan menjadi 25,8% pada tahun 2013. Namun, pada tahun 2019 prevalensi hipertensi kembali mengalami peningkatan tajam, mencapai 34,11% (Kementerian Kesehatan, 2019). Sedangkan berdasarkan data dari Riskesdas tahun 2018, prevalensi hipertensi pada penduduk usia 18 tahun ke atas

mencapai 34,1%. Tingkat prevalensi tertinggi tercatat di Kalimantan Selatan, yaitu sebesar 44,1%, sementara yang terendah terjadi di Papua dengan angka 22,2%. Estimasi jumlah individu yang mengidap hipertensi di Indonesia sekitar 63.309.620 orang, dan angka kematian akibat hipertensi di Indonesia mencapai 427.218 kasus. Provinsi-provinsi di Indonesia yang mencatat peningkatan yang signifikan dalam jumlah penderita hipertensi baru dan hipertensi lama adalah Kalimantan Timur, Jawa Barat, dan Kalimantan Selatan. Provinsi Jawa Barat khususnya menonjol sebagai salah satu provinsi di Pulau Jawa yang menduduki peringkat kedua tertinggi dalam hal jumlah kasus hipertensi di Indonesia, seperti yang dilaporkan oleh Kementerian Kesehatan pada tahun 2019.

Faktor risiko dari hipertensi umumnya karena faktor genetik. Studi kasus menguatkan hal tersebut. Jika seorang anggota keluarga mengalami hipertensi, anda memiliki 25% peluang untuk juga mengidapnya. Namun, jika kedua orang tua anda menderita hipertensi, peluang anda untuk mengembangkan kondisi ini meningkat menjadi 60%. Selain itu, fakta bahwa hipertensi lebih sering terjadi pada kembar identik daripada kembar nonidentik menunjukkan bahwa faktor genetik memainkan peran penting sebagai penyebab hipertensi. Faktor risiko lain yang dominan adalah stres. Berdasarkan penelitian, hipertensi lebih banyak terjadi pada masyarakat di lingkungan perkotaan yang tingkat stresnya lebih tinggi dibandingkan masyarakat pedesaan. Dan faktor risiko hipertensi yang lainnya juga dari pola hidup tidak sehat, seperti merokok, aktivitas fisik yang sangat minimal sehingga menimbulkan obesitas, meminum kopi secara berlebihan (Triyanto, 2014). Penyakit hipertensi dapat menyebabkan berbagai komplikasi termasuk kematian. Komplikasi yang sering terjadi pada penyakit hipertensi

adalah: penyakit stroke, infark miokardium, gagal ginjal dan ensefalopati (Ardiansyah, 2012).

Kabupaten Kuningan adalah salah satu wilayah di Jawa Barat dengan luas sekitar 1.195,71 km² dan terdiri dari 32 kecamatan (BPS Kabupaten Kuningan, 2019). Tingkat prevalensi penyakit hipertensi di Kabupaten Kuningan cukup tinggi. Dari jumlah total individu yang berusia ≥ 18 tahun yang menjalani pengukuran tekanan darah sebanyak 436.659 orang, sekitar 65.761 (15,06%) orang telah didiagnosis menderita hipertensi. Pada tahun 2018, angka kepatuhan penderita hipertensi yang berobat secara teratur di Kabupaten Kuningan adalah sekitar 31,17%, dan angka ini mengalami peningkatan menjadi 31,83% pada tahun 2019 (Dinas Kesehatan Kabupaten Kuningan, 2020). Meskipun terjadi peningkatan dalam angka kepatuhan berobat secara teratur, angka tersebut masih tergolong rendah, karena standar nasional untuk tingkat kepatuhan berobat bagi penderita hipertensi dalam setiap daerah yang dikategorikan sebagai tinggi adalah sekitar $\geq 75\%$ menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2019. Puskesmas Ciwaru menyatakan estimasi penderita hipertensi di Kecamatan Ciwaru mengalami peningkatan di tahun 2023 yaitu sekitar 2.410 orang menyandang hipertensi, dibandingkan dari tahun sebelumnya sekitar 2.386 orang menyandang hipertensi (Dinas Kesehatan Kabupaten Kuningan).

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada bulan Mei 2023 di puskesmas Ciwaru Kabupaten Kuningan dengan jumlah responden 35 orang, terdiri dari 17 laki-laki dan 18 perempuan menderita hipertensi. Dari hasil studi pendahuluan tingkat *self management* baik 12 orang, sedang 10 orang dan yang kurang sebanyak 13 orang. Serta untuk penderita hipertensi diatas 140/90mmHg sebanyak 19 orang, dan yang berjumlah

16 orang dengan tekanan darah dibatas normal. Dari penjelasan dan data-data diatas maka peneliti ingin mengetahui hubungan *self-management* dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di puskesmas Ciwaru Kabupaten Kuningan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka dapat dirumuskan masalah pada penelitian ini sebagai berikut apakah ada hubungan *self-management* dengan tekanan darah pasien hipertensi di puskesmas Ciwaru Kabupaten Kuningan



1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan *self-management* dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di Puskesmas Ciwaru Kabupaten Kuningan

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Untuk mengetahui karakteristik responden penelitian yaitu usia, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan di Puskesmas Ciwaru Kabupaten Kuningan.

1.3.2.2 Untuk mengetahui gambaran *self-management* pasien hipertensi di Puskesmas Ciwaru Kabupaten Kuningan.

1.3.2.3 Untuk mengetahui tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Ciwaru Kabupaten Kuningan.

1.3.2.4 Untuk mengetahui hubungan *self-management* dengan tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Ciwaru Kabupaten Kuningan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Responden

Diharapkan dapat memberikan manfaat bagi responden khususnya pasien hipertensi untuk menambah pengetahuan tentang *self-management* untuk mengontrol tekanan darah pasien hipertensi

1.4.2 Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional

Sebagai bahan bacaan, referensi dan masukan atau sumber pengetahuan dalam pembuatan karya ilmiah untuk melakukan penelitian lebih luas mengenai tingkat

pengetahuan dan self manajemen hipertensi pada pasien hipertensi oleh mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional.

1.4.3 Bagi Tempat Penelitian

Untuk memahami lebih baik cara pasien hipertensi mengelola kondisi mereka sendiri (*self-management*), ini dapat menjadi landasan bagi pengembangan kebijakan di masa depan. Kebijakan tersebut dapat mencakup penyediaan informasi terkait hipertensi untuk meningkatkan kesadaran Kesehatan Masyarakat serta Upaya pencegahan penyakit degeneratif guna mengurangi prevalensi hipertensi. Hasil penelitian ini juga dapat memberikan masukan berharga untuk meningkatkan *self-management* pasien hipertensi.

1.4.3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya, dan hasil dari penelitian ini dapat dikembangkan lebih luas lagi, khususnya terkait faktor-faktor yang mempengaruhi *self-management* penderita hipertensi.

