

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Saat ini masalah kesehatan telah bergeser dari penyakit infeksi ke penyakit degeneratif. Penyebabnya adalah karena perubahan gaya hidup, pola makan, faktor lingkungan, kurangnya aktifitas fisik serta stres. Gaya hidup pada masyarakat saat ini cenderung sangat kurang aktifitas fisik. Selain itu dengan kemajuan zaman saat ini makanan cepat saji yang banyak mengandung lemak dan asupan natrium sehingga memicu penyakit salah satunya hipertensi (Lestari & Isnaini, 2018). Penyakit hipertensi lebih banyak dijumpai pada lanjut usia (lansia) karena faktor degenerative (Wahyuningsih, Amalia, & Bustamam, 2016).

Menurut WHO (*World Health Organization*) di seluruh dunia 972 juta orang atau 26,4% orang di seluruh dunia mengidap hipertensi. Dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara berkembang, termasuk Indonesia juga menempati peringkat ke-2 dari 10 penyakit terbanyak (Kurniawan & Sulaiman, 2019). Prevalensi hipertensi di Indonesia hasil data Riskesdas 2018 karakteristik pada usia 45- 54 tahun jumlah penderita hipertensi semakin meningkat Jumlah 45,3% sedangkan pada usia 65-74 tahun sebanyak 63,2% dan pada usia 75 ke atas sebesar 69,5% penderita hipertensi (Kemenkes RI, 2018). Profil Kesehatan Provinsi Bali, hipertensi menduduki peringkat ketiga dalam daftar 10 pola penyakit tidak menular (PTM) di Bali. Lima kabupaten/kota di Bali dengan kasus hipertensi tertinggi meliputi Gianyar sebanyak 284.744 orang, Denpasar 127.638 orang, Buleleng 81.674 orang, Badung 81.570

orang, Jembrana 37.007 orang (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2019). Menurut Data Puskesmas 1 Denpasar Selatan tahun 2021, pasien yang mengalami hipertensi berusia ≥ 15 Tahun Laki Laki 601 orang, Perempuan berjumlah 734 orang, jadi total pasien yang menderita hipertensi di Puskesmas 1 Denpasar Selatan berjumlah 1,335 orang (Puskesmas 1 Denpasar Selatan, 2021) Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Puskesmas I Denpasar Selatan pada tanggal 8 Februari 2022 melalui wawancara dengan 10 orang pasien didapatkan hasil tujuh pasien selalu mengontrol tekanan darah ke puskesmas satu bulan sekali dan patuh minum obat sesuai anjuran dokter. Sedangkan tiga pasien jarang mengontrol tekanan darah. Banyak pasien yang belum mengetahui bagaimana cara diet hipertensi, terlihat delapan dari 10 pasien masih banyak yang mengonsumsi asinan dan jeroan. Mayoritas pasien melakukan aktivitas sehari-hari bekerja sebagai pedagang di pasar. Lima pasien mengatakan apabila mengalami masalah langsung diselesaikan dengan cara berdiskusi dengan keluarga sedangkan lima pasien memilih untuk memendam masalahnya sendiri

Dampak hipertensi dapat menyebabkan kerusakan kardiovaskular, otak dan ginjal, serta menyebabkan komplikasi seperti stroke, infark miokard, gagal ginjal, dan gagal jantung. Kerusakan organ terjadi karena tekanan darah tinggi yang tidak terpantau dalam jangka waktu lama dapat menyebabkan kerusakan pembuluh darah di seluruh tubuh dan menyebabkan perubahan pada organ tersebut. Peningkatan tekanan darah akan menjadi semakin serius yang akan menyebabkan terjadinya gagal jantung, stroke dan gagal ginjal pada tingkat yang tinggi, sehingga kejadian nyeri dan kematian akibat hipertensi juga akan semakin tinggi (Simanullang, 2019).

Pengobatan hipertensi merupakan hal yang esensial dalam mengontrol hipertensi. Kenyataannya pengobatan lansia masih rendah dibandingkan dengan pasien yang lebih muda (Hasan & Syafei, 2016). Berbagai faktor yang menyebabkan kepatuhan pengobatan yang rendah pada lansia yaitu fungsi kognitif, depresi, sindrom kelemahan, usia, tingkat pendidikan, hidup sendiri, kepuasan pengobatan, penjelasan tentang konseling obat dan akses terbatas ke pelayanan kesehatan. Untuk meningkatkan pengobatan lansia dibutuhkan *self management* yang baik terhadap hipertensi tersebut (Suhardjono, 2014).

Self management adalah kemampuan individu dalam melakukan aktifitas perawatan diri untuk mempertahankan hidup, meningkatkan, dan memelihara kesehatan serta kesejahteraan individu. *Self management* merupakan aktivitas individu untuk mengontrol gejala, melakukan perawatan, keadaan fisik, dan psikologi serta merubah gaya hidup yang disesuaikan dengan penyakit yang diderita untuk memelihara hidup, kesehatan, dan kesejahteraan. Tujuan utama dilakukannya *self management* adalah klien dapat efektif memajemen kesehatannya secara berkelanjutan, terutama pada klien dengan penyakit kronis salah satunya hipertensi (Simanullang, 2019). *Self management* sebagai salah satu manajemen penyakit yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari untuk membantu mencegah komplikasi pada hipertensi (Richard, 2011). *Self management* hipertensi dapat dilakukan dengan menerapkan 5 komponen yaitu integrasi diri, regulasi diri, interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya, pemantauan tekanan darah, dan kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan (Akhter, 2010).

Semakin Tinggi *self management* maka akan semakin rendah tekanan darah lansia yang mengalami hipertensi, sebaliknya semakin rendah *self management* maka akan semakin tinggi tekanan darah lansia yang mengalami hipertensi. Penelitian lainnya oleh Saraswati, Ropi, & Sari (2014), mengatakan bahwa terdapat perbedaan rata-rata nilai *pre-test dan post-test self management* hipertensi pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi sebelum dan sesudah dilaksanakannya edukasi. Terdapat perbedaan rata-rata nilai *pre-test self management* hipertensi sebelum dilaksanakan program edukasi pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Terdapat perbedaan rata-rata nilai *post-test self management* hipertensi sesudah dilaksanakan program edukasi pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh program edukasi berbasis komunitas terhadap *self management* hipertensi.

Penerapan *self management* pada pasien dengan hipertensi diharapkan pasien dapat mengendalikan serta meminimalkan resiko terjadinya komplikasi, tujuannya untuk mengurangi dan mengontrol tekanan darah menjadi stabil (Saraswati, Ropi, & Sari, 2014). Agar tekanan darah terkontrol maka *self management* yang efektif terdiri dari ketersediaan informasi, cara mengatasi masalah, pengobatan yang tepat, serta dukungan dari berbagai pihak. Selain itu modifikasi gaya hidup dengan cara menurunkan berat badan bagi yang obesitas, menjaga pola makan yang tinggi kalium, kalsium, diet rendah natrium, melakukan aktifitas fisik, olahraga, menghindari minuman beralkohol, terapi obat antihipertensi, mengurangi jumlah konsumsi garam, berhenti merokok (Chapman & Bogle, 2014).

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti melakukan penelitian dengan judul “Gambaran *Self management Behaviour* Pada Pasien Yang Mengalami Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas 1 Denpasar Selatan tahun 2022”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah Gambaran Perilaku Manajemn Diri Pada Pasiem Yang Mengalami Hipertensi di Puskesmas 1 Denpasar Selatan?

C. Tujuan Peneletian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran perilaku manajemen diri pada pasien yang mengalami hipertensi di Puskesmas 1 Denpasar Selatan

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi manajemen diri pasien yang mengalami hipertensi berdasarkan integrasi diri
- b. Mengidentifikasi manajemen diri pasien hipertensi berdasarkan regulasi diri
- c. Mengidentifikasi manajemen diri pasien hipertensi berdasarkan interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya
- d. Mengidentifikasi manajemen diri pasien hipertensi berdasarkan pemantauan tekanan darah
- e. Mengidentifikasi manajemen diri pasien hipertensi berdasarkan kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan

D. Manfaat Penelitian

1. Implikasi Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi bagi masyarakat untuk mengetahui tentang gambaran Perilaku Manajemen Diri Pada Pasien Yang Mengalami Hipertensi

2. Ilmu Pengetahuan dan Teknologi Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi terapan dalam bidang keperawatan jiwa khususnya tentang gambaran Perilaku Manajemen Diri Pada Pasien Yang Mengalami Hipertensi

3. Peneliti

Diharapkan dapat menambah wawasan penelitian dan dapat menambah informasi tentang gambaran Perilaku Manajemen Diri Pada Pasien Yang Mengalami Hipertensi