

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menurut definisi WHO, Hipertensi adalah keadaan di mana tekanan darah sistolik atau tekanan darah diastolik mencapai atau melebihi ambang batas tertentu. Kondisi ini dapat terjadi ketika tekanan darah dalam pembuluh darah meningkat secara terus-menerus, dan dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti beban kerja jantung yang berlebihan untuk memompa darah ke seluruh tubuh sehingga memenuhi kebutuhan nutrisi dan oksigen. Masalah hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang signifikan secara global dan telah diidentifikasi sebagai salah satu faktor penyebab kematian prematur di seluruh dunia (Sakinah et al., 2020).

Hipertensi adalah jenis penyakit tidak menular yang memerlukan perhatian dan pengobatan serius karena dapat menyebabkan kematian bagi jutaan orang di seluruh dunia, dengan perkiraan mencapai 9,4 juta kematian setiap tahunnya. Di wilayah Asia Tenggara, hipertensi telah menjadi faktor risiko kematian bagi sekitar 1,5 juta orang setiap tahun. Ada dugaan bahwa sekitar 36% dari populasi usia 25 tahun ke atas di wilayah tersebut menderita hipertensi (Wilandika, 2019).

Menurut data dari WHO pada tahun 2015, terdapat sekitar 1,13 miliar orang di seluruh dunia yang menderita hipertensi, yang berarti satu dari tiga orang di dunia menderita kondisi ini. Jumlah penderita hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, dan diperkirakan pada tahun 2025, jumlahnya akan mencapai sekitar 1,5 miliar orang. Akibat hipertensi dan komplikasinya, setiap

tahunnya diperkirakan menimbulkan kematian sekitar 9,4 juta orang (Kemenkes RI, 2019).

Hasil survei Riskesdas 2018 menyatakan bahwa di Indonesia terdapat sekitar 658.201 kasus hipertensi, dengan tingkat prevalensi sebesar 34,11%. Prevalensi hipertensi pada wanita (36,85%) lebih tinggi daripada pada pria (31,34%). Wilayah perkotaan memiliki prevalensi hipertensi (34,43%) sedikit lebih tinggi dibandingkan dengan wilayah pedesaan (33,72%). Ditemukan bahwa prevalensi hipertensi cenderung meningkat seiring bertambahnya usia (Kemenkes RI, 2018).

Menurut Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi Bali tahun 2021, jumlah penderita hipertensi di Bali sekitar 555.184 kasus. Prevalensi penderita hipertensi pada usia di atas 15 tahun lebih tinggi pada perempuan yaitu 51%, dibandingkan dengan laki-laki yang sebesar 49%. Pada Kabupaten Tabanan, penderita hipertensi yang menerima pelayanan kesehatan pada tahun 2021 mencapai 41,8% (Dinkes Tabanan, 2021)

Hipertensi dapat meningkatkan risiko kerusakan pada organ-organ kardiovaskular, otak, dan ginjal, sehingga dapat menyebabkan komplikasi dari beberapa penyakit seperti stroke, infark miokard, gagal ginjal, dan gagal jantung. Hal ini disebabkan oleh tekanan darah yang tinggi dan tidak terkendali dalam waktu yang lama, yang dapat merusak pembuluh darah di seluruh tubuh dan menyebabkan perubahan pada organ-organ tersebut. Jika kondisinya semakin parah, peningkatan tekanan darah dapat meningkatkan risiko terjadinya gagal jantung, stroke, dan gagal ginjal, yang pada akhirnya

meningkatkan risiko kesakitan dan kematian akibat hipertensi (Simanullang, 2019).

*Self care management* merupakan kemampuan individu untuk memelihara perilaku yang efektif dalam mengendalikan penyakit dan memelihara kesehatan. Konsep ini dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari untuk membantu penderita hipertensi dalam menurunkan dan menjaga tekanan darah mereka tetap stabil. *Self management* dianggap sebagai metode yang efektif untuk mengurangi kasus penyakit tidak menular, termasuk hipertensi, di Indonesia. Dengan melakukan *self management*, faktor-faktor yang berpengaruh pada tekanan darah dapat dikendalikan, sehingga risiko kesakitan dan kematian akibat hipertensi dapat dikurangi (Simanullang, 2019).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Dewanti pada tahun (2021) dengan melibatkan 58 subjek penderita hipertensi di wilayah Puskesmas Mengwi II, mayoritas dari mereka menerapkan manajemen perawatan diri dengan baik. Dalam kategori integritas diri, sekitar 72,4% subjek memiliki tingkat yang cukup baik, sedangkan dalam kategori regulasi diri, sekitar 56,9% termasuk dalam kategori cukup baik. Dalam kategori interaksi dengan tenaga kesehatan dan orang lain, sekitar 48,3% termasuk dalam kategori cukup baik. Dalam kategori pemantauan tekanan darah, sekitar 44,8% termasuk dalam kategori cukup baik, dan dalam kategori kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan, sekitar 41,4% termasuk dalam kategori cukup baik.

Mayoritas responden dalam penelitian Cahyani (2019) di Puskesmas Grogol Kabupaten Sukoharjo menunjukkan tingkat kepatuhan yang cukup baik

dalam *self care management*. Sekitar 67,4% atau 31 orang dari total 46 responden termasuk dalam kategori cukup baik dalam minum obat sesuai anjuran, sedangkan 69,6% atau 32 orang memperoleh hasil pemantauan tekanan darah yang cukup baik. Sekitar 52,2% atau 24 orang termasuk dalam kategori baik dalam aktivitas olahraga dan sekitar 89,1% atau 41 orang termasuk dalam kategori cukup baik dalam diet hipertensi. Keseluruhan, kepatuhan *self care management* penderita hipertensi di Puskesmas Grogol Kabupaten Sukoharjo cukup baik, dengan 67,4% atau sekitar 31 responden menunjukkan tingkat kepatuhan yang cukup baik. Kategori kurang ditemukan pada 21,7% atau sekitar 10 responden, dan kategori baik pada 10,9% atau sekitar 5 responden dari total 46 responden yang diteliti.

Berdasarkan hasil kedua penelitian, dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan, kepatuhan *self care management* pada penderita hipertensi di Puskesmas Mengwi II Kabupaten Badung dan Puskesmas Grogol Kabupaten Sukoharjo tergolong cukup baik. Namun, untuk mengurangi risiko kerusakan kardiovaskular, diperlukan peningkatan kepatuhan *self care management* pada penderita hipertensi. Oleh karena itu, disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut terkait *self care management* pada penderita hipertensi agar perawatan yang diberikan dapat meningkatkan kualitas hidup mereka.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Kediri I pada Januari 2023, ditemukan sebanyak 209 kasus hipertensi. Selanjutnya, dari hasil wawancara di Puskesmas tersebut, diketahui bahwa upaya yang telah dilakukan untuk mengendalikan penyakit hipertensi adalah melalui promosi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dengan program CERDIK.

Program ini terdiri dari lima pilar yaitu Cek kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet sehat seimbang, dan Istirahat yang cukup. Selain itu, obat anti diuretik juga diberikan kepada penderita hipertensi yang rutin melakukan kontrol.

*Self management* pada penderita hipertensi, ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhinya, seperti jenis kelamin, usia, pengetahuan, pendidikan, status perkawinan, dan durasi menderita hipertensi. Pemahaman yang memadai tentang hipertensi dapat meningkatkan keyakinan penderita terhadap efektivitas pengobatan. Oleh karena itu, pemahaman yang komprehensif mengenai hipertensi, termasuk faktor risiko, diagnosis, penanganan, dan komplikasi sangatlah penting. Terdapat banyak manfaat yang dapat diperoleh dari *self management* yang baik pada penderita hipertensi, seperti peningkatan kepuasan hidup, pengurangan biaya perawatan, meningkatkan rasa percaya diri dan kemandirian, serta meningkatkan kualitas hidup penderita (Sakinah et al., 2020).

Agar penderita hipertensi dapat mencegah penurunan kesehatan akibat seringnya hipertensi kambuh, *self care management* menjadi hal yang sangat penting. Dalam *self care management*, penderita hipertensi harus melakukan tindakan-tindakan yang efektif, seperti mengonsumsi obat sesuai dengan resep dokter, menjalani pola makan dan olahraga yang tepat, melakukan pemantauan kesehatan secara mandiri, dan mengatasi stres emosional yang dapat dipicu oleh penyakit tersebut (Fernalia et al., 2019).

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa perawatan *self care management* pada penderita hipertensi sangat penting. Oleh karena itu, diperlukan pemahaman terhadap faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *self care management* pada penderita hipertensi secara dini untuk menjaga kemampuan *self care management* dan mendukung perawatan hipertensi pada setiap individu yang terkena penyakit tersebut (Meldy et al., 2022)

Berdasarkan latar belakang diatas dan data angka kejadian hipertensi yang setiap tahunnya terus meningkat, maka dari itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Gambaran *Self Care Management* Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Kediri I Tahun 2023”

## **B. Rumusan Masalah**

Dengan mengacu pada latar belakang masalah yang telah dijelaskan, rumusan masalah dari penelitian ini adalah "Bagaimanakah gambaran *self care management* pada penderita hipertensi di Puskesmas Kediri I pada tahun 2023?"

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan umum**

Untuk mengetahui gambaran *self care management* pada penderita hipertensi di Puskesmas Kediri I tahun 2023

### **2. Tujuan khusus**

- a. Mengidentifikasi karakteristik penderita hipertensi (umur, jenis kelamin, pendidikan, status pernikahan, durasi hipertensi) di Puskesmas Kediri I tahun 2023.

- b. Mengidentifikasi gambaran *self care management* penderita hipertensi di Puskesmas Kediri I tahun 2023.
- c. Mengidentifikasi gambaran *self care management* berdasarkan karakteristik penderita hipertensi di Puskesmas Kediri I Tahun 2023.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat praktis**

Memberikan kontribusi pada pengembangan ilmu keperawatan terutama dalam topik *self care management* pada penderita hipertensi dengan memberikan deskripsi yang lebih jelas dan terperinci mengenai hal tersebut.

##### **2. Manfaat pengembangan IPTEK keperawatan**

Memberikan informasi tambahan mengenai *self care management* pada penderita hipertensi dan menjadi sumber referensi yang bermanfaat bagi mahasiswa dan dosen dalam memperdalam pengetahuan mengenai topik tersebut.