BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hipertensi adalah tekanan darah sistolik yang sama dengan atau lebih besar dari 140 mmHg atau tekanan darah diastolik sama dengan atau lebih besar dari 90 mmHg. Hipertensi merupakan suatu kondisi dimana tekanan darah pada pembuluh darah meningkat dalam waktu yang lama. Hal ini terjadi karena jantung bekerja lebih keras untuk memompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan gizi tubuh (Dinas Kesehatan Kabupaten Badung, 2019)

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular dan harus ditangani dengan hati-hati dan hati-hati. Secara global, faktor risiko kematian mencapai 9 juta per tahun. Sedangkan di Asia Tenggara, hipertensi merupakan faktor risiko yang menyebabkan 1,5 juta kematian setiap tahun. Menurut perkiraan Organisasi Kesehatan Dunia pada 2013, 36% orang berusia di atas 25 tahun di Asia Tenggara menderita hipertensi. (Wilandika & Salami, 2018)

Hipertensi sering disebut sebagai silent killer karena pasien hipertensi sudah bertahun-tahun tidak merasakan ketidaknyamanan atau gejala apapun. Orang dengan tekanan darah tinggi tidak menyadari hal tersebut, mereka akan mengalami komplikasi pada organ vital seperti jantung, ginjal dan otak. Setelah tekanan darah tinggi mencapai tingkat tertentu, tekanan darah tinggi

akan sering mengalami gejala yang disebabkan oleh tekanan darah tinggi, seperti pusing, sakit kepala, dan gangguan penglihatan (Triyanto, 2014)

Menurut data Kementerian Kesehatan RI (2018), jumlah pasien hipertensi di Indonesia mengalami peningkatan sebesar 8,3% dibandingkan tahun 2013, dari 25,8% menjadi 34,1%(Wilandika & Salami, 2018). Prevalensi hipertensi bervariasi di seluruh dunia. Menurut WHO, Afrika memiliki prevalensi hipertensi tertinggi (27%), sedangkan Amerika Serikat memiliki prevalensi hipertensi terendah (18%). Kondisi saat ini menunjukkan bahwa jumlah orang dewasa dengan tekanan darah tinggi meningkat dari 594 juta pada tahun 1975 menjadi 1,13 miliar pada tahun 2015. Peningkatan ini terutama terjadi di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Peningkatan ini terutama disebabkan oleh peningkatan faktor risiko hipertensi pada populasi ini. WHO, 2019(Manangkot & Suindrayasa, 2020)

Secara nasional, hasil Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi hipertensi 34,11%. Prevalensi hipertensi pada wanita (36,85%) lebih tinggi dibandingkan pada laki-laki (31,34%). Prevalensi di perkotaan (34,43%) sedikit lebih tinggi dibandingkan di perdesaan (33,72%). Prevalensi meningkat seiring bertambahnya usia(Kemenkes, 2018). Menurut Laporan Tahunan Riset Kesehatan Provinsi Bali, prevalensi hipertensi usia ≥18 tahun berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah semakin meningkat dari tahun 2016 yaitu sebesar 22,69% dengan jumlah 782.849 penderita. Penderita Hipertensi yang mendapat pelayanan kesehatan di Kabupaten Badung Tahun 2019 sebanyak 99.557 orang (96,4%) dari estimasi jumlah penderita

103.321.Menurut data yang didapatkan dari studi pendahuluan di UPT Puskesmas Mengwi II, data kunjungan pasien hipertensi menduduki posisi pertama dari 7 penyakit tersering pada periode Januari sampai Desember 2020 dan penyakit hipertensi selalu masuk kedalam tujuh penyakit tiap tahunnya.

Efek tekanan darah tinggi 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 (Mariana & Simanullang, 2019)

Lin dalam Akhter (2010) berpendapat bahwa manajemen perawatan diri adalah intervensi sistematis penyakit kronis dengan cara mengendalikan diri sendiri dan mampu mengambil keputusan dalam rencana pengobatan.

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 memanajemen kesehatannya secara berkelanjutan, terutama pada klien dengan penyakit kronis (Mariana & Simanullang, 2019)

Penyakit hipertensi ini dapat dikendalikan dengan berbagai cara yaitu kepatuhan terhadap pengobatan, perubahan gaya hidup dan perilaku aktif sehat. (Rani Umma Aulia, Dwi Ananto, 2018).Akther menjelaskan dalam penelitiannya bahwa penatalaksanaan perawatan diri pada pasien hipertensi dapat dicapai dengan menerapkan lima komponen penatalaksanaan perawatan diri pada pasien diabetes. Kelima komponen tersebut telah disesuaikan dengan pasien hipertensi.Perawatan diri (*self care)* yaitu integrasi diri, regulasi diri, interaksi dengan staf medis dan personel lain, pemantauan tekanan darah dan kepatuhan terhadap rekomendasi. Hal ini dikarenakan hipertensi dan diabetes merupakan penyakit kronis atau tidak menular yang memerlukan pengendalian pada darah. (Akhter, 2010)

Namun demikian sampai saat ini belum banyak riset pada klien hipertensi di tinjau dari perspektif keperawatan khususnya dengan pendekatan *self care* dan di Puskesmas Mengwi II *self care management* ini kurang baik dikarenakan masih banyak penderita hipertensi yang masih kurang melakukan perawatan diri seperti yang ada di komponen *self care management* yaitu integrasi diri, regulasi diri, interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya, pemantauan tekanan darah dan kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkansehingga penulis tertarik untuk menyusun karya tulis ilmiah mengenai "Gambaran *self care management* pada pasien hipertensi di Puskesmas Mengwi II ".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan dari latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah "Bagaimanakah Gambaran *Self Care Management* Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Mengwi II?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *self care management* pada pasien hipertensi di Puskesmas Mengwi II

2. Tujuan Khusus

a. Mengidentifikasi *self care management*pasien hipertensi berdasarkan integrasi diri

b. Mengidentifikasi *self care management*pasien hipertensi berdasarkan regulasi diri

c. Mengidentifikasi *self care management*pasien hipertensi berdasarkan interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya

d. Mengidentifikasi *self care management*pasien hipertensi berdasarkan pemantauan tekanan darah

e. Mengidentifikasi *self care management*pasien hipertensi berdasarkan kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan untuk menambahkan dan mengembangkan ilmu keperawatan khususnya pada Gambaran *Self Care Management* Pada Pasien Hipertensi.

2. Manfaat Pengembangan IPTEK Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai *self care management* dan menambah bahan referensi bagi mahasiswa maupun dosen mengenai *self care management* pada pasien hipertensi.