

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut *American Heart Association* (AHA) 2017, Hipertensi merupakan *silent killer* dimana gejala dapat bervariasi pada masing-masing individu dan hampir sama dengan gejala penyakit lainnya. Gejala-gejalanya itu adalah sakit kepala/rasa berat di tengkuk, pusing (*vertigo*), jantung berdebar-debar, mudah lelah, penglihatan kabur, telinga berdenging (*tinnitus*), dan mimisan. Menurut (Salami, 2018) Hipertensi merupakan salah satu penyakit degenerative yang banyak terjadi dan mempunyai tingkat mortalitas yang cukup tinggi serta mempengaruhi kualitas hidup dan produktivitas seseorang. Hipertensi berarti meningkatnya tekanan darah secara tidak wajar dan terus menerus karena rusaknya salah satu atau beberapa faktor yang berperan mempertahankan tekanan darah tetap normal.

Hipertensi merupakan penyakit yang dapat diderita oleh semua umur, terutama orang tua. Hipertensi merupakan faktor risiko penyakit kardiovaskular dan gagal ginjal. Hipertensi dapat menimbulkan risiko morbiditas atau mortalitas dini yang terjadi ketika kondisi tekanan sistolik dan diastolik meningkat. (Suddart, 2016) menyatakan bahwa tekanan darah tinggi dalam jangka panjang dapat merusak pembuluh darah pada organ seperti jantung, ginjal, otak, dan mata. Hipertensi merupakan penyakit tidak menular (PTM) yang muncul tanpa keluhan. Penderita tidak tahu apabila dirinya menderita hipertensi dan mengetahui hipertensi setelah terjadi komplikasi (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Efek tekanan darah tinggi dapat menyebabkan tidak hanya kerusakan kardiovaskular, otak dan ginjal, tetapi juga komplikasi seperti stroke, infark miokard, gagal ginjal dan gagal jantung. Hipertensi jika dibiarkan dalam jangka waktu lama dapat menyebabkan kerusakan organ karena dapat merusak pembuluh darah di seluruh tubuh dan menyebabkan perubahan pada organ. Peningkatan tekanan darah menjadi lebih parah, menyebabkan

tingginya tingkat gagal jantung, stroke, dan gagal ginjal, yang juga meningkatkan timbulnya rasa sakit dan kematian akibat tekanan darah tinggi (Simanullang, 2019).

Menurut WHO, Afrika memiliki prevalensi hipertensi tertinggi (27%) yaitu 4.444 dan Amerika Serikat memiliki prevalensi hipertensi terendah (18%). Menurut data Kementerian Kesehatan RI (2018), jumlah penderita hipertensi di Indonesia meningkat 8,3% dari 25,8% menjadi 34,1% dibandingkan tahun 2013 (Salami, 2018). Indonesia termasuk kedalam wilayah Asia Tenggara yang angka kejadian hipertensinya tergolong tinggi, hasil Riset Kesehatan Dasar (2018) penyakit hipertensi mengalami peningkatan 34.1% lebih tinggi dibandingkan dengan hasil Survey Indikator Kesehatan Nasional (2016) yaitu 32,4%.

Berdasarkan data profil kesehatan Jawa Tengah, didapatkan hasil bahwa penyakit hipertensi masih menempati proporsi terbesar dari seluruh PTM yang dilaporkan, yaitu sebesar 64,83% pada tahun 2017 dan menurun menjadi 57,10% pada tahun 2018, dengan jumlah penduduk beresiko (>15 tahun) yang dilakukan pengukuran tekanan darah pada tahun 2018 tercatat sebanyak 9.099.765 atau 34,60%. Dari hasil pengukuran tekanan darah, sebanyak 1.377.356 orang atau 15,14% dinyatakan hipertensi/tekanan darah tinggi (Dinkes Jateng, 2018).

Data profil kesehatan Kabupaten Klaten mencatat penyakit hipertensi berada di urutan 1 dari 5 besar penyakit tidak menular (PTM) yang sebagian besar diderita oleh warga Klaten. Tahun 2015 ada penurunan angka kejadian hipertensi dibandingkan pada tahun 2014. Prevalensi pada tahun 2014 sebesar 31.697 penderita, sedangkan pada tahun 2015 sebesar 29.166 penderita. Pada tahun 2018, di Kabupaten Klaten penderita hipertensi mencapai 53.362 orang, dan baru 47% penderita yang dapat tertangani oleh pemerintah. Daerah tertinggi penderita hipertensi yaitu Kecamatan Kemalang terdapat 3.526 orang atau 100,7% warga yang terkena hipertensi. Di Kecamatan Ngawen terdapat 1.831 atau 46,36% penderita hipertensi. Di Kecamatan Kebonarum terdapat 1.131 atau 64,12% penderita hipertensi (Dinas Kesehatan Kabupaten

Klaten, 2018). Dengan presentase 64,12% penderita Di Kecamatan Kebonarum dan Desa Gondang merupakan salah satu desa yang terletak di Kecamatan Kebonarum.

Self management adalah tindakan mengelola diri sendiri dan bertanggung jawab atas kesehatan seseorang seiring dengan penyakit yang diderita seseorang, baik untuk mengurangi gejala maupun untuk mengurangi faktor-faktor yang berhubungan dengan risiko penyakit (Isnaini & Lestari, 2018). Pengetahuan untuk mempromosikan sikap sadar diri, yaitu siapa yang pertama kali mengetahui objek atau stimulus dan kemudian siapa yang tertarik dengan stimulus tersebut. Mereka yang telah mempertimbangkan apakah stimulus itu baik untuknya kemudian telah mencoba atau mencoba tindakan baru yang mungkin efektif. Langkah terakhir adalah subjek bertindak dengan cara baru sesuai dengan persepsi, pengetahuan dan sikapnya terhadap rangsangan yang ada (Purwandari, 2015).

Di Indonesia, upaya untuk menangani hipertensi diantaranya melalui program Gerakan Masyarakat Sehat (GERMAS). Namun program tersebut juga belum mampu menekan laju hipertensi. Diketahui bahwa salah satu faktor yang mempengaruhinya yaitu rendahnya pengetahuan yang berhubungan dengan manajemen diri (self management) mengenai kepatuhan minum obat dan modifikasi gaya hidup seperti diet dan latihan. Rendahnya manajemen diri penderita hipertensi adalah penyebab terbesar meningkatnya mortalitas dan morbiditas penderita hipertensi (Black, J.M & Hawks, 2014).

Self management telah menyebabkan peningkatan besar kasus- kasus penyakit tidak menular di Indonesia, termasuk di dalamnya adalah hipertensi. Kejadian kesakitan dan kematian akibat hipertensi dapat dikendalikan dengan melakukan suatu self management untuk mengontrol faktor-faktor yang berpengaruh terhadap tekanan darah. Self management adalah kemampuan individu mempertahankan perilaku yang efektif dan manajemen penyakit yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari untuk membantu klien dalam menurunkan dan menjaga kestabilan tekanan darah (Wahyu, 2019). *Self-management* program efektif dalam meningkatkan manajemen diri klien

hipertensi yang mencakup 5 dimensi meliputi integrasi diri, regulasi diri, interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya, pemantauan tekanan darah, serta kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan (Sagala, 2019).

Indikator dari Self-Management yaitu seseorang yang mempunyai penyakit hipertensi mengetahui atau meningkatnya pengetahuan tentang pengelolaan diri hipertensi itu sendiri dan perawatannya. Pengetahuan tentang 5 pengelolaan diri yang dimiliki tersebut akan menumbuhkan rasa percaya diri pasien dengan hipertensi untuk pengobatan yang akan dilakukannya agar tetap efektif. Karena ketidaktahuan masyarakat tentang hipertensi dan risikonya maka hal ini menjadi faktor penyebab/faktor predisposisi tentang pembentukan perilaku kesehatan itu sendiri maka dari itu peningkatan pengetahuan tentang pengelolaan diri sangat penting pada pasien hipertensi dilakukan oleh para tenaga kesehatan. Suatu rasa percaya diri yang dimiliki oleh seseorang dengan penyakit hipertensi maka akan menjadi suatu motivasi untuk merubah gaya hidupnya (Mulyati et al., 2013).

Peningkatan tekanan darah yang berlangsung dalam jangka panjang dan secara terus menerus akan menyebabkan jantung bekerja lebih keras dan menyebabkan perubahan pada organ-organ tersebut. Komplikasi yang timbul akibat tingginya tekanan darah seperti stroke, gagal jantung, gagal ginjal, dan bahkan kebutaan (Kemenkes RI, 2019). Self management yang rendah mengakibatkan peningkatan tekanan darah. Kurangnya self management sering kali dianggap sebagai suatu hal yang biasa oleh penderita padahal hal ini berpotensi terjadi keparahan karena gejala yang timbul tidak terdeteksi. Self management memiliki hubungan yang signifikan dengan peningkatan kepatuhan terhadap pengobatan, diet, aktivitas fisik, tidak merokok dan management berat badan sehingga hal ini berpengaruh positif terhadap tekanan darah pasien hipertensi (Agastiya, Nurhesti & Manangkot, 2020).

Tingginya jumlah pasien dengan hipertensi dan beratnya potensi komplikasi hipertensi memerlukan komitmen dalam upaya penatalaksanaan penyakit hipertensi. Sebagai salah satu penyakit kronis, perawatan pasien dengan hipertensi bersifat berkelanjutan, oleh sebab itu diperlukan perilaku

kesehatan yang adekuat, yang dapat disebut self management. Self management merupakan salah satu komponen mencapai keberhasilan pengobatan pasien hipertensi (Smeltzer & Bare, 2011).

Setelah dilakukan Studi Pendahuluan dengan wawancara pada 22 Februari 2022 yang dilakukan peneliti di Desa Gondang didapatkan data dari bidan desa yang menderita hipertensi dengan rutin kontrol tekanan darah sebanyak 50 penderita Hipertensi. Setelah peneliti melakukan pengkajian awal dengan 10 orang penderita Hipertensi, dari 10 penderita hipertensi ada 6 penderita yang mengatakan pengelolaan manajemen diri terhadap hipertensi cukup, dan 4 penderita mengatakan pengelolaan manajemen diri terhadap hipertensi masih kurang. Kondisi pasien masih terpantau cukup baik dan ada 2 penderita hipertensi yang mengalami gejala komplikasi seperti stroke. Berdasarkan hal tersebut, peneliti ingin melakukan penelitian untuk mengidentifikasi tentang sejauh mana gambaran self management pada penderita hipertensi di Desa Gondang .

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka perumusan masalah penelitian adalah sebagai berikut “Bagaimana Gambaran Self Management Penderita Hipertensi di Desa Gondang”.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi gambaran Self Management pada penderita hipertensi di desa Gondang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui Karakteristik Responden penderita hipertensi (usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan) di Desa Gondang
- b. Mengidentifikasi Self Management pada penderita hipertensi berdasarkan integrasi diri

- c. Mengidentifikasi Self Management pada penderita hipertensi berdasarkan regulasi diri
- d. Mengidentifikasi Self Management pada penderita hipertensi berdasarkan interaksi dengan tenaga kesehatan lainnya
- e. Mengidentifikasi Self Management pada penderita hipertensi berdasarkan pemantauan tekanan darah
- f. Mengidentifikasi Self Management pada penderita hipertensi berdasarkan kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan informasi tentang khususnya bidang keperawatan, sebagai sarana pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, serta memperluas cakupan penelitian tentang keperawatan dengan hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Perawat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi bagi yang akan meneliti lebih lanjut mengenai self management hipertensi agar tidak terjadi komplikasi.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk meningkatkan sistem pembelajaran, sebagai bahan pembanding dengan self management hipertensi yang sudah ada sebelumnya, menambah wawasan pengetahuan dengan banyaknya literature tentang self management penderita hipertensi.

c. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai informasi untuk menimbulkan kesadaran diri bagi masyarakat khususnya penderita hipertensi dalam manajemen diri yang baik dalam upaya pencegahan terjadinya komplikasi

d. Bagi Penelitian selanjutnya

Dapat diharapkan sebagai sumber referensi untuk penelitian selanjutnya tentang self management hipertensi

E. Keaslian Penelitian

1. Penelitian yang berjudul “Gambaran Self Management penderita Hipertensi di Puskesmas Grogol Kabupaten Sukoharjo” (Cahyani, 2019). Penelitian ini menjelaskan tentang self management hipertensi terbanyak dalam kategori cukup. Dapat disimpulkan bahwa self management hipertensi responden yang mengikuti kegiatan Prolanis di Puskesmas Grogol Kabupaten Sukoharjo telah melaksanakan dan menerapkan self management dalam memonitoring penyakit hipertensinya. Penelitian ini menggunakan metode Deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional, jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Perbedaan Penelitian dari Cahyani menggunakan responden yang aktif kegiatan prolanis, sedangkan pada penelitian ini menggunakan responden hipertensi yang ada di desa Gondang.
2. Penelitian yang berjudul “Pengaruh Self Management Terhadap Tekanan darah Lansia Yang Mengalami Hipertensi” (Isnaini & Lestari, 2018). Hasil yang diperoleh dari penelitian ini 21 responden (58,3%) memiliki self management sedang dan ada pengaruh self management terhadap tekanan darah pada lansia penderita hipertensi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif analitik dengan cross sectional, perbedaan pada penelitian ini mengidentifikasi tentang pengaruh self management, sedangkan peneliti mengidentifikasi tentang gambaran self management hipertensi.
3. Penelitian yang berjudul “Gambaran Self care pada Penderita Hipertensi di Wilayah Desa Drono, Kecamatan Ngawen Kabupaten Klaten” (Fadhila, 2019). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran self care pada penderita hipertensi di wilayah Desa Drono Kecamatan Ngawen. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif, sampel pada penelitian ini adalah 57 responden. Teknik sampling adalah simple

random sampling. Instrument penelitian dengan kuesioner, analisis data menggunakan uji deskriptif. Kesimpulan penelitian adalah gambaran selfcare pada penderita hipertensi di wilayah Desa Drono Kecamatan Ngawen dengan hasil sebagian besar dengan kategori sedang yaitu 35 responden (57,4 %). Perbedaan pada penelitian ini terdapat pada karakteristik responden yaitu menggunakan karakteristik berdasarkan pendapatan, lama terdiagnosa hipertensi, dan komplikasi hipertensi. Serta dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling simple random, sedangkan peneliti sendiri menggunakan teknik total sampling.