

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 LATAR BELAKANG**

Hipertensi dikenal sebagai tekanan darah tinggi atau tekanan darah yang meningkat, di mana tekanan pembuluh darah terus – menerus meningkat. Dengan tekanan darah sistolik sama dengan atau di atas 140 mmHg dan tekanan darah diastolik sama dengan atau di atas 90 mmHg (WHO, 2015). WHO, 2015 menyatakan bahwa penyakit hipertensi merupakan penyakit “silent killer”, hal ini dikarenakan hipertensi tidak memiliki gejala sama sekali.

Di dunia, angka kejadian penyakit hipertensi bahwa satu dari tiga orang dewasa mengalami hipertensi dengan proporsi meningkat seiring bertambahnya usia (WHO, 2013). Prevalensi terus meningkat pada orang dewasa berusia 25 tahun ke atas sekitar 40% pada tahun 2008. Hipertensi merupakan penyebab 45% kematian karena penyakit jantung dan 51% kematian karena stroke akibat komplikasi dari penyakit hipertensi (WHO, 2015).

Data di Indonesia menunjukkan bahwa, hipertensi masih merupakan tantangan besar di Indonesia. Berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah, prevalensi hipertensi pada penduduk umur 18 tahun ke atas pada tahun 2007 di Indonesia adalah sebesar 31,7% (Riskesdas, 2013). Profil kesehatan Provinsi DKI Jakarta tahun 2013 menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi di seluruh provinsi DKI Jakarta adalah 20% dari jumlah penduduk yang ada di DKI Jakarta menderita hipertensi (Kemenkes, 2014).

Menurut Kabupaten/Kota, prevalensi hipertensi tertinggi ditemukan di Jakarta Pusat yaitu sebesar 12,6% dengan prevalensi tertinggi terdapat pada kelompok usia lanjut (Riskesdas, 2013). Menurut Kemenkes pada tahun 2014 tercatat 12,5% penduduk hipertensi di DKI Jakarta yang mengalami komplikasi pada tahun 2007 dan meningkat menjadi 14,6% pada tahun 2013. Berdasarkan data hasil SMD (Survey Mawas Diri) 2018, penderita hipertensi di Puskesmas Kelurahan Bungur mengalami peningkatan, jumlah total penderita hipertensi saat ini 57% dan sebelumnya 44% yang mana menunjukkan peningkatan penderita hipertensi sebanyak 13%. Penderita di Puskesmas Kelurahan Bungur dimulai dari usia muda yaitu 15 tahun sampai usia lanjut (lansia).

Apabila hipertensi dibiarkan tanpa pengobatan, kematian akibat komplikasi hipertensi dapat meningkat menjadi 90% karena penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal (Black & Hawks, 2014). Berdasarkan penelitian Nekada, dkk (2015) menunjukkan bahwa 96% pasien hipertensi mengalami komplikasi gagal ginjal. Selain itu hasil penelitian Fatayati (2017) menunjukkan bahwa sebanyak 33,1% responden dengan hipertensi memiliki risiko Penyakit Arteri Perifer (PAP). Komplikasi yang terjadi di Puskesmas Kelurahan Bungur yaitu berupa Stroke atau PJK (Penyakit Jantung Koroner) tetapi tidak banyak penderitanya. Untuk meminimalisir risiko komplikasi hipertensi perlu menyadari dan melakukan perilaku manajemen diri hipertensi. Menurut *The National Center for Biotechnology Information*, 2013 Perilaku manajemen diri hipertensi termasuk kepatuhan obat, pemantauan tekanan darah sendiri, dan modifikasi gaya hidup yang melibatkan diet, olahraga, dan pengurangan pemakaian tembakau. Dengan demikian, pasien harus bertanggung jawab dalam melakukan pengelolaan diri

sendiri baik untuk menurunkan gejala maupun menurunkan risiko komplikasi. Program manajemen diri di Puskesmas Kelurahan Bungur telah dilakukan yaitu di manajemen kontrol Puskesmas membuat program melakukan skrining faktor resiko Penyakit Tidak Menular (PTM), skrining kardiovaskular pasien hipertensi, konseling dan atau penyuluhan mengenai hipertensi baik di dalam gedung ataupun di luar gedung (seperti di Posyandu Lansia, Posbindu, Kantor Lurah, dan sekolah-sekolah SMA/ sederajat), kunjungan rumah oleh tenaga KPLDH (Ketuk Pintu Layani Dengan Hati), dan untuk pengobatan pasien yang ditemukan di lapangan dirujuk ke Puskesmas Kelurahan Bungur oleh petugas. Dalam manajemen obat Puskesmas membuat program pemberian obat hipertensi untuk jangka waktu sebulan, menganjurkan agar rutin kontrol tekanan darah, periksa laboratorium rutin (kolesterol, GDS, Asam urat) per tiga bulan bagi penderita hipertensi yang berkunjung ke puskesmas, adapun yang dirujuk ke Rumah Sakit jika tekanan darah terlalu tinggi. Program manajemen diet yaitu Puskesmas menganjurkan mengurangi konsumsi garam dan atau makanan yang asin, juga makanan yang berlemak. Program manajemen olahraga tidak ada program khusus yang dilakukan dari Puskesmas, Puskesmas hanya menganjurkan untuk rajin berolahraga atau melakukan aktivitas fisik setiap hari. Berdasarkan data SMD (Survey Mawas Diri) tahun 2018 kepatuhan pasien hipertensi dalam program manajemen diri hipertensi hanya 23% dimana hasil ini menunjukkan kepatuhan manajemen diri hipertensi di Puskesmas Kelurahan Bungur kurang baik.

Ketidakpatuhan merupakan faktor kunci yang menghalangi pengontrolan tekanan darah sehingga membutuhkan intervensi untuk meningkatkan kepatuhan terapi (Alfian, 2014). Yuda Turana, ketua Indonesian Society of Hypertension

(InaSH), menegaskan pentingnya masyarakat melakukan cek tekanan darah. Menurut Yuda hal ini membahayakan dikarenakan hipertensi merupakan penyakit tanpa gejala dan hanya dapat diketahui melalui pengukuran tekanan darah. Yuda berkata bahwa selain upaya preventif agar hipertensi tidak makin parah, cek tekanan darah akan lebih akurat jika dilakukan secara rutin, dan akan menunjukkan informasi variabilitas (Kompas, 2018).

Obat hipertensi yang tersedia saat ini sudah terbukti dapat mengontrol tekanan darah pasien hipertensi, dan sangat berperan dalam mengurangi risiko terjadinya komplikasi. Namun penggunaan obat antihipertensi saja sudah terbukti tidak cukup untuk menghasilkan efek kontrol tekanan darah jangka panjang apabila tidak didukung dengan kepatuhan menggunakan obat antihipertensi tersebut (Saepudin dkk, 2011).

Selain minum obat antihipertensi secara teratur dan mengontrol tekanan darah penderita diharuskan untuk memodifikasi gaya hidup. Menurut dr. Arieska Ann Soenarta, SpJP cara memodifikasi gaya hidup yang sehat itu seperti olahraga teratur dengan latihan fisik sedang selama 30 menit sehari dan membatasi asupan garam menjadi 3,5 – 4 gram per hari atau < 1 sendok teh kecil per hari serta menghindari makanan yang diolah dengan penggunaan garam dapur, baking powder, dan makanan kaleng hingga makanan yang banyak ditambah bumbu penyedap (Arieska, 2017).

Namun demikian banyak penderita hipertensi yang belum menjalankan perilaku manajemen diri, pemikiran masyarakat terhadap penyakit hipertensi khususnya di Puskesmas Kelurahan Bungur menunjukkan bahwa masyarakat beranggapan hipertensi merupakan penyakit biasa, bukan penyakit serius yang harus

diwaspadai. Dikarenakan hal ini terbukti dari hasil wawancara yang didapat dari Puskesmas Kelurahan Bungur Kecamatan Senen. Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada tenaga kesehatan di Puskesmas Kelurahan Bungur, didapatkan data bahwa pasien tidak minum obat secara teratur karena tidak taat mengontrol tekanan darah dikarenakan malas untuk datang ke puskesmas dan merasa tubuh mereka baik – baik saja atau tidak ada masalah. Penderita yang datang ke puskesmas hanya jika merasa tidak enak badan seperti pusing atau bila obat hipertensi yang dikonsumsi sudah habis. Selain itu, beberapa penderita hipertensi yang berkunjung tidak mengetahui tentang komplikasi hipertensi sehingga pengontrolan tekanan darah tidak dilakukan secara rutin oleh penderita.

Hasil wawancara dengan tenaga kesehatan di Puskesmas Kelurahan Bungur juga menunjukkan dari beberapa responden hanya minum obat pada saat gejala hipertensi dirasakan dan tidak memiliki waktu khusus untuk olahraga dan menganggap aktivitas sehari – hari sudah merupakan bagian dari olahraga. Penderita juga tidak melakukan diet hipertensi karena membeli makanan seadanya yang sudah jadi di warung yang tidak tahu takaran garam atau penyedap rasa seberapa banyak digunakan. Hasil data sekunder juga mengatakan penderita yang mengonsumsi obat hipertensi mengetahui nama – nama obat hipertensi tetapi tidak minum obat secara teratur. Penyuluhan kesehatan sudah dilakukan oleh pihak Puskesmas satu kali seminggu, seperti penyuluhan tentang cara diet hipertensi dan olahraga yang harus dilakukan. Namun demikian masih banyak pasien hipertensi yang tidak menjalankan perilaku manajemen diri.

Berdasarkan data tersebut, maka peneliti tertarik meneliti tentang hubungan antara tingkat pengetahuan tentang manajemen diri hipertensi dengan perilaku

manajemen diri penderita hipertensi di Puskesmas Bungur Kecamatan Senen Kota Jakarta Pusat.

## 1.2 RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan fenomena pasien yang datang ke Puskesmas Kelurahan Bungur, maka peneliti ingin mengetahui bagaimana hubungan antara tingkat pengetahuan tentang manajemen diri hipertensi dengan perilaku manajemen diri penderita hipertensi di Puskesmas Kelurahan Bungur Kecamatan Senen Kota Jakarta Pusat?

## 1.3 TUJUAN PENELITIAN

### 1. Tujuan Umum

Diketahui hubungan antara tingkat pengetahuan tentang manajemen diri hipertensi dengan perilaku manajemen diri penderita hipertensi di Puskesmas Kelurahan Bungur Kecamatan Senen Kota Jakarta Pusat.

### 2. Tujuan Khusus

2.1 Diketahui karakteristik responden (Usia, jenis kelamin, dan pendidikan)

2.2 Diketahui tingkat pengetahuan tentang manajemen diri hipertensi pada penderita hipertensi di Puskesmas Kelurahan Bungur Kecamatan Senen Kota Jakarta Pusat

2.3 Diketahui perilaku manajemen diri penderita hipertensi di Puskesmas Kelurahan Bungur Kecamatan Senen Kota Jakarta Pusat

2.4 Diketahui hubungan antara tingkat pengetahuan tentang manajemen diri hipertensi dengan perilaku manajemen diri penderita hipertensi di Puskesmas Kelurahan Bungur Kecamatan Senen Kota Jakarta Pusat.

#### 1.4 MANFAAT PENELITIAN

##### 1. Bagi Responden

Dapat meningkatkan pengetahuan tentang manajemen diri hipertensi dan dapat memanfaatkan pelayanan puskesmas untuk pengobatan atau pengontrolan agar tidak terjadi komplikasi atau kekambuhan.

##### 2. Bagi Puskesmas Kelurahan Bungur

Dapat menjadi bahan tolak ukur bagi Puskesmas Kelurahan Bungur dalam meningkatkan perilaku penderita tentang manajemen diri hipertensi melalui program puskesmas untuk mendukung perilaku manajemen diri pada penderita.

##### 3. Bagi Pendidikan Keperawatan

Sebagai bahan masukan dalam meningkatkan mutu pendidikan terutama dalam bidang keperawatan medikal bedah dan sebagai bahan bacaan untuk menambah wawasan tentang manajemen diri hipertensi.

##### 4. Bagi Peneliti

Dapat digunakan sebagai bahan pembelajaran dan meningkatkan pengetahuan yang berkaitan dengan penelitian, khususnya dalam melihat hubungan antara tingkat pengetahuan tentang manajemen diri hipertensi dengan perilaku manajemen diri penderita hipertensi.

## 1.5 RUANG LINGKUP

Peneliti telah meneliti hubungan antara tingkat pengetahuan tentang manajemen diri hipertensi dengan perilaku manajemen diri penderita hipertensi. Penelitian ini dilakukan karena adanya peningkatan penderita hipertensi sebanyak 13% di Puskesmas Kelurahan Bungur. Sampel berjumlah 83 penderita hipertensi yang sedang menjalani pengobatan hipertensi di Puskesmas Kelurahan Bungur Kecamatan Senen minimal 1 bulan, pasien hipertensi stage I & II dengan atau tanpa komplikasi, pasien dengan usia  $\geq 15 - \leq 65$  tahun. Penelitian ini telah dilakukan pada bulan Agustus 2019. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner, *sphygmomanometer* dan *stethoscope* sebagai alat pengukuran tekanan darah penderita hipertensi. Hasil penelitian dilakukan dengan analisis univariat dan bivariat.