

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi permasalahan kesehatan global serta berkontribusi besar terhadap angka kesakitan dan kematian di berbagai negara, termasuk Indonesia. Hipertensi merupakan istilah medis yang lebih dikenal masyarakat sebagai tekanan darah tinggi, kondisi ini terjadi ketika tekanan dalam pembuluh darah melebihi 130/80 mmHg (World Health Organization, 2023). Hipertensi sering disebut sebagai *silent killer disease* karena tidak menunjukkan adanya gejala pada penderitanya hingga berkembang menjadi penyakit serius (Sulistiyo et al., 2022). Hipertensi menjadi penyebab kematian terbanyak dibandingkan penyakit lain (Watung, 2024). Oleh karena itu, hipertensi menjadi salah satu masalah kesehatan global yang perlu mendapat perhatian khusus, terutama pada kelompok usia lanjut.

Menurut *World Health Organization* diperkirakan penderita hipertensi pada 2024 sekitar 1,4 miliar pada kelompok usia dewasa (“World Health Organization,” 2021). Pada tahun 2025 diperkirakan jumlah penderita hipertensi di seluruh dunia akan mencapai 1,5 miliar jiwa (Seno et al., 2024). Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) Indonesia, angka kejadian hipertensi pada lansia di 38 provinsi tercatat sebesar 34,1% pada tahun 2018 (“Badan Pusat Statistik Indonesia,” 2021). Sementara itu, hasil Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi penderita hipertensi usia 55- 64 tahun berdasarkan hasil pengukuran tercatat sebesar 49,5 % (*LAPORAN SKI* , 2023). Pada tahun 2023 prevalensi hipertensi di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) tercatat sebesar 31,8% (*LAPORAN SKI* , 2023). Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman melaporkan bahwa dalam tiga bulan terakhir terdapat sebanyak 13.567 kasus hipertensi yang tercatat. Berdasarkan

data yang didapatkan terdapat 67 atau 55.83% lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Abiyoso dengan penderita hipertensi.

Hipertensi pada lanjut usia sering dikaitkan dengan penuaan yang terjadi dalam tubuh. Seiring bertambahnya usia arteri cenderung mengeras dan kehilangan elastisitas. Sehingga pembuluh darah menjadi kaku serta memperberat kerja jantung dalam memompa. Perubahan ini membuat tekanan darah lansia cenderung mengalami peningkatan (Saintika, 2023). Meskipun telah melakukan pengobatan secara medis dan farmakologi masih banyak lansia yang tekanan darahnya tidak terkontrol dengan baik. Permasalahan tersebut tidak hanya disebabkan oleh faktor fisiologis akibat penuaan, tetapi juga oleh rendahnya kepatuhan dalam mengonsumsi obat, keterbatasan informasi tentang cara mengelola penyakit, serta kurangnya dukungan sosial dari keluarga maupun lingkungan sekitar (Siswati et al., 2023). Penanganan hipertensi pada lansia tidak cukup hanya dengan terapi farmakologis, tetapi juga perlu intervensi non-farmakologis yang mampu mendorong keterlibatan aktif lansia dalam pengendalian tekanan darah.

Salah satu intervensi non-farmakologis yang dapat dikembangkan adalah *SHG*. *Self help group* atau kelompok swabantu adalah suatu kelompok yang memiliki masalah yang sama dan tiap anggotanya saling berbagi masalah baik fisik maupun emosional. Melalui *SHG* lansia tidak hanya memperoleh pengetahuan mengenai hipertensi. Lansia juga mendapatkan dukungan emosional untuk mengurangi stress serta dorongan untuk lebih patuh dalam menjalani pengobatan serta menerapkan gaya hidup sehat. (Faize et al., 2023). Temuan penelitian sebelumnya pun mendukung efektivitas intervensi yang diberikan secara grup atau berkelompok dalam menurunkan tekanan darah dan pengetahuan terhadap hipertensi.

Berdasarkan penelitian (Salmiyati, 2018) menunjukkan bahwa metode *self help group* berpengaruh terhadap pengetahuan responden tentang hipertensi sebelum dan sesudah diberikan *self help group* tentang hipertensi dengan

$p\text{value}=0,000<0,005$. Peningkatan ini terjadi karena dalam kelompok *self help group*, peserta memiliki kesempatan untuk saling berbagi pengalaman, bertukar informasi mengenai pengelolaan hipertensi, serta memberikan dukungan emosional satu sama lain sehingga menumbuhkan kesadaran dan kemandirian dalam menjaga kesehatan. Temuan serupa juga di tunjukan pada penelitian (Filara et al., 2025) bahwa metode *self help group* berpengaruh signifikan terhadap penurunan tekanan darah sistolik maupun diastolik pada lansia dengan hipertensi. Nilai p-value yang diperoleh adalah 0,008 untuk tekanan darah sistolik, dan 0,039 untuk tekanan darah diastolik, kedua-duanya lebih kecil daripada tingkat signifikansi yang telah ditentukan (0,05). Hasil uji statistik menunjukkan bahwa terdapat perbedaan bermakna antara kelompok intervensi yang mengikuti *self help group* dengan kelompok kontrol. Melalui proses diskusi kelompok yang interaktif dan partisipatif, *self help group* mampu meningkatkan pemahaman pasien tentang hipertensi dan mendorong kepatuhan terhadap perawatan. Hasil *Systematic review and meta-analysis* yang dilakukan (McDonagh et al., 2025) melakukan review dalam artikel ini adalah 54 studi dengan total 59 kelompok intervensi, melibatkan sebanyak 13.976 peserta. Hasil analisis dari tinjauan sistematis dan meta-analisis ini menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan secara kelompok efektif dalam menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi dibandingkan dengan perawatan biasa (*usual care*).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dengan wawancara dengan petugas di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha disampaikan bahwa terdapat 67 lansia yang menderita hipertensi dan rutin mengkonsumsi obat antihipertensi. Disampaikan juga bahwa *self help group* sebenarnya pernah dilakukan di lokasi penelitian, namun pelaksanaanya tidak rutin dan belum terstruktur karena terkendala keterbatasan perawat. Sementara *self help group* pada lansia hipertensi belum pernah dilakukan serta belum dievaluasi efektivitasnya secara ilmiah. Oleh karena itu, berdasarkan pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Salmiyati, 2018) yang hanya mengukur pengetahuan dan (Filara et al., 2025) yang hanya menilai tekanan

darah. Dengan demikian, pada penelitian ini akan mengukur variabel dependen pengetahuan dan tekanan darah yang belum pernah diuji secara bersamaan pada penelitian sebelumnya. Penelitian ini dilakukan secara terstruktur dan diukur *pre post* pada lansia penderita hipertensi. Penelitian ini sudah dilakukan dalam 3 minggu dengan berdasarkan pada penelitian sebelumnya (Sari & Rahmanti, 2022) metode *self help group* memiliki pengaruh signifikan dengan kekuatan efek sedang–kuat ($R \approx 0,46-0,48$).

1.2. Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh *self help group* terhadap pengetahuan dan tekanan darah lansia dengan hipertensi di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Abiyoso Yogyakarta ?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *self help group* terhadap pengetahuan dan tekanan darah lansia dengan hipertensi di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Abiyoso Yogyakarta.

1.3.2. Tujuan Khusus

- 1.3.2.1. Menganalisis perbedaan *median* pengetahuan sebelum dan sesudah *self help group* pada kelompok intervensi.
- 1.3.2.2. Menganalisis perbedaan *median* tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah *self help group* pada kelompok intervensi.
- 1.3.2.3. Menganalisis *median* perbedaan pengetahuan kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- 1.3.2.4. Menganalisis *median* perbedaan tekanan darah kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Akademis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan bacaan dan referensi ilmiah dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya pada bidang

keperawatan gerontik dan keperawatan komunitas. Hasil penelitian ini dapat memperkaya kajian ilmiah mengenai penerapan *self help group* sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis dalam meningkatkan pengetahuan dan pengendalian tekanan darah pada lansia dengan hipertensi, serta dapat digunakan sebagai dasar bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan pemberdayaan lansia.

1.4.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi dan masukan bagi tenaga kesehatan serta pengelola Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Abiyoso Yogyakarta dalam meningkatkan mutu pelayanan kesehatan bagi lansia. Melalui penerapan *self help group*, diharapkan dapat tercipta model pendampingan lansia yang lebih partisipatif dan berkelanjutan, sehingga lansia dapat lebih mandiri dalam mengelola hipertensi dan menjaga kesehatannya sehari-hari.