

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit tidak menular telah menjadi ancaman utama bagi kesehatan global. Lebih dari 36 juta orang meninggal setiap tahun karena penyakit tidak menular, yang merupakan hampir dua pertiga dari kematian di seluruh dunia setiap tahun (Rizqiya & Ningrum, 2023). Salah satu penyakit tidak menular yaitu Hipertensi, Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang umum terjadi, bersifat kronis dan penyebab utama kematian. Hipertensi merupakan suatu kondisi dimana hasil pengukuran tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Hipertensi dijuluki *the silent killer* karena gejalanya tidak terlihat yang menyebabkan banyak penderita tidak menyadari jika dirinya mengidap Hipertensi (Hintari & Fibriana, 2023)

Menurut *World Health Organization* (WHO) Tekanan darah tinggi merupakan salah satu faktor risiko kematian dan kecacatan terbesar di dunia. Jumlah penderita Hipertensi meningkat dua kali lipat antara tahun 1990 dan 2019, dari 650 juta menjadi 1,3 miliar. Hipertensi diperkirakan mempengaruhi 33% orang dewasa berusia 30–79 tahun di seluruh dunia. Secara global, prevalensi Hipertensi yang disesuaikan dengan usia berubah sedikit dari tahun 1990 hingga 2019 (WHO, 2023).

Di Indonesia, berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi Hipertensi adalah 34,1%, dan jika dibandingkan dengan hasil Survey Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan penurunan prevalensi Hipertensi pada penduduk usia 18 tahun yaitu 30,8% (KemenKes, 2023).

Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) menjadi provinsi yang memiliki prevalensi Hipertensi di atas nilai nasional menurut Kementerian Kesehatan tahun 2019, Tercatat ada 11 provinsi yang nilainya di atas nilai nasional. Posisi DIY menjadi provinsi tertinggi ke-4 dari seluruh provinsi di Indonesia untuk prevalensi Hipertensi Hipertensi selalu menjadi peringkat pertama dalam sepuluh penyakit tertinggi di DIY. Berdasarkan persentasenya, pada 2021 Hipertensi

menyumbang 76,9 persen dari sepuluh besar penyakit tertinggi yang mengenai penduduk di DIY dengan prevalensi penderita hipertensi ditemukan banyak pada kabupaten gunung kidul sebanyak 39,25% dan sleman menduduki posisi ke 4 (32,01%) dari 6 kabupaten yang terdata dengan karakteristik penderita berdasarkan kelompok umur didapatkan penderita hipertensi banyak didapatkan di kelompok umur lansia >65 tahun sebanyak 34,71%, pada kelompok jenis kelamin didapatkan pada Perempuan sebanyak 14,99% , pada kelompok tingkat Pendidikan tidak/belum pernah sekolah sebanyak 30,30% (Alfana et al., 2024).

Perlunya intervensi dalam rangka menurunkan tekanan darah dilakukan dengan cara farmakologis maupun non farmakologis . Beberapa cara yang dapat dilakukan pada penderita hipertensi adalah pengontrolan Hipertensi, patuh terhadap pengobatan dan terapi, perilaku kesehatan yang positif dan *Self-management* yang baik. *Self-management* adalah salah satu manajemen penyakit yang dapat diterapkan kehidupan sehari-hari. *Self-management* yang baik terlihat dari pasien secara aktif terlibat dalam perawatan mereka dan mampu membuat keputusan yang mendukung pemulihan kesehatan mereka (Elga et al , 2024).

Self-management yang didukung oleh pasien sendiri dapat membantu dalam pengontrolan tekanan darah. *Self-management* yang dimaksud adalah integrasi diri, regulasi diri, interaksi dengan profesional kesehatan, pemantauan diri dan kepatuhan terhadap regimen yang direkomendasikan. Namun, pada kenyataannya di Indonesia banyak penderita hipertensi yang menunjukkan perilaku *Self-management* yang tidak efektif seperti banyak pasien didapatkan tidak tau bahwa menderita hipertensi , ketidaktepatan meminum obat, gaya hidup yang tidak sehat dan jarang kontrol tekanan darah Padahal penerapan *Self-management* yang baik pada penderita hipertensi dapat mencegah pasien dari berbagai komplikasi (Nabila et al ., 2022).

Beberapa faktor resiko yang dapat mempengaruhi *Self-management* seseorang menurut beberapa penelitian diantaranya umur , jenis kelamin , tingkat Pendidikan, lama menderita . Menurut Fitriani et al (2024) mengatakan bahwa

umur mempengaruhi *self management* seseorang , semakin dewasa seseorang maka *Self-management* orang tersebut baik, namun berbeda dengan lansia >60 tahun dimana *Self-management* akan menurun karena seorang lansia akan kesulitan dalam mengontrol diet, minum obat secara teratur serta melakukan pemeriksaan tekanan darah hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Dimana didapatkan umur >60 tahun .

Dan faktor jenis kelamin secara umum tingkat kejadian Hipertensi laki-laki lebih beresiko terkena Hipertensi karena perempuan yang belum menopause dilindungi oleh hormone esterogen yang berperan dalam meningkatkan kadar *High Density Lipoprotein* (HDL) (Ummy A'isyah et al., 2023). Selain itu juga perempuan lebih mudah stress dan lebih sering menghabiskan waktu untuk bersantai di rumah. Sehingga *Self-management* perempuan baik dan pada umumnya Perempuan memiliki niat untuk perawatan diri (Nirnasari et al., 2023)

Adapun faktor tingkat pengetahuan dapat mempengaruhi *Self-management* yang baik dapat membantu seseorang mengenal gejala-gejala, program pengobatan, konsekuensi fisik atau psikis, serta perubahan gaya hidup yang terkait dengan penyakitnya hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan Hipertensi pada pasien Hipertensi di Puskesmas Teluk Tiram Kota Banjarmasin, dapat dijelaskan bahwa yang memiliki tingkat pengetahuan paling tinggi adalah baik dengan 90.41% responden. Setelah dilakukan, bahwa responden mendapatkan pengetahuan tentang Hipertensi dari dokter dan perawat saat memeriksakan diri dan responden aktif dalam mencari informasi tentang Hipertensi dan responden ini selalu mengikuti penyuluhan tentang Hipertensi dari tenaga Kesehatan (Meli et al., 2025).

Begitupun faktor lama menderita menurut Fitriani et al (2024) yang mengatakan bahwa semakin lama seseorang menderita penyakit maka semakin baik *Self-management* yang ia miliki , dikarenakan sudah mengetahui penyakitnya. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan, yang mana didapatkan

sebanyak 81 responden (84,4%) menderita Hipertensi > 5 tahun memiliki *Self-management* yang baik.

Dengan diketahuinya Faktor-faktor yang mempengaruhi *Self-management* penderita Hipertensi akan membantu perawat untuk menentukan intervensi apa yang cocok dalam meningkatkan kemandirian pada pasien sebagai aspek dari *Self-management* dengan cara meningkatkan faktor-faktor pendukung tersebut. Puskesmas Depok III merupakan unit pelayanan Kesehatan di daerah Condongcatur, peneliti telah melakukan studi pendahuluan dan mendapatkan data bahwa selama bulan Januari – Desember 2024 didapatkan 482 pasien dengan hipertensi rutin kontrol di Puskesmas Depok III. Peneliti tertarik meneliti di Puskesmas Depok III dikarenakan tiap tahun ada beberapa peneliti meneliti di Puskesmas tersebut namun hingga saat ini belum ada yang meneliti tentang *Self-management*, jumlah pasien banyak terutama penderita Hipertensi, lokasi penelitian mudah dijangkau oleh peneliti sehingga membantu peneliti dalam pengumpulan data secara efisien.

Menurut uraian pembahasan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan *Self-Management* pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Depok III Yogyakarta ”

1.2 Rumusan Masalah

Apa saja faktor-faktor yang berhubungan dengan *Self-management* pada pasien Hipertensi di Puskesmas Depok III Yogyakarta ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Untuk mengetahui beberapa faktor yang berhubungan dengan *Self-management* pada pasien Hipertensi di Puskesmas Depok III Yogyakarta.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Untuk mengidentifikasi karakteristik pasien Hipertensi meliputi umur, jenis kelamin tingkat pendidikan lama menderita

- 1.3.2.2 Untuk menganalisis hubungan umur dengan *Self-management* pada pasien Hipertensi di Puskesmas Depok III Yogyakarta
- 1.3.2.3 Untuk menganalisis hubungan jenis kelamin dengan *Self-management* pada pasien Hipertensi di Puskesmas Depok III Yogyakarta
- 1.3.2.4 Untuk menganalisis hubungan tingkat pendidikan dengan *Self-management* pada pasien Hipertensi di Puskesmas Depok III Yogyakarta
- 1.3.2.5 Untuk menganalisis hubungan lama menderita dengan *Self-management* pada pasien Hipertensi di Puskesmas Depok III Yogyakarta

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat akademis

Dapat menambah pengetahuan dan pengalaman serta memberikan informasi yang bermanfaat bagi pembaca terutama perawat dalam penentuan kebijakan, Intervensi keperawatan seperti edukasi serta penerapan program penanggulangan penyakit Hipertensi dalam mengidentifikasi faktor – faktor yang berhubungan dengan *Self-management* pasien Hipertensi di Puskesmas Depok III.

1.4.2 Manfaat praktis

Setelah dilakukan penelitian diharapkan Masyarakat sadar dan segera mengontrol tekanan darah secara rutin di tempat pelayanan kesehatan serta secara rutin mengkonsumsi obat antiHipertensi yang telah diberikan oleh petugas kesehatan.