

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi adalah salah satu jenis penyakit tidak menular (PTM) yang juga dikenal sebagai penyakit kronis atau jangka panjang. Penyakit ini cenderung berlangsung dalam waktu yang lama dan disebabkan oleh kombinasi antara faktor genetik, lingkungan, maupun perilaku. Hipertensi sering disebut sebagai "*silent killer*" karena seringkali hipertensi tidak menunjukkan gejala yang jelas sebelumnya dan dapat berakibat fatal, sehingga pada kasus ini dapat meningkatkan risiko terhadap kesehatan secara mendadak pada penderitanya (Deswita et al., 2023).

Menurut *World Health Organization* (WHO) prevalensi hipertensi mencapai 33% pada tahun 2023 dan dua pertiga diantaranya berada di negara miskin dan berkembang (WHO, 2023). Jumlah penyandang hipertensi akan terus bertambah seiring waktu dan diperkirakan jumlahnya akan mencapai 1.5 miliar penduduk dunia pada tahun 2026 Menurut hasil Survey Kesehatan Indonesia (SKI) bahwa angka kejadian hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun sebesar 30,8%. Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) merupakan provinsi tertinggi keenam untuk kasus hipertensi di Indonesia. Berdasarkan hasil pengukuran data, prevalensi penderita hipertensi DIY diatas 30% sedangkan berdasarkan diagnosis dokter/obat prevalensinya sebesar 12,3%. Oleh karenanya hipertensi menjadi salah satu masalah utama kesehatan penduduk di DIY (Wijayanti, 2024).

Hipertensi menjadi salah satu faktor risiko yang mendasari tingginya angka kematian penyakit tidak menular di dunia termasuk di Indonesia, penyakit kronis yang dapat mempengaruhi kualitas hidup seperti kelelahan, gangguan aktivitas fisik, kelelahan, kurang istirahat, dan penurunan kapasitas kerja (Hidayat et al., 2022). Kurangnya perawatan diri sering dianggap normal oleh mereka yang terkena, tetapi hal ini dapat diperparah dengan gejala yang tidak terdeteksi. Hipertensi menyebabkan beberapa

komplikasi seperti stroke, gagal jantung, maupun gagal ginjal dan banyak faktor yang memperbesar resiko atau kecenderungan seseorang menderita hipertensi diantaranya umur, jenis kelamin, faktor lingkungan meliputi obesitas, stress, konsumsi garam maupun merokok (Sofia, 2021).

Adanya faktor resiko yang dapat menimbulkan beberapa komplikasi tersebut membuat pemerintah *me-launching* program gerakan PATUH yaitu gerakan untuk membantu mengendalikan hipertensi. Program PATUH meliputi pemeriksaan kesehatan secara rutin dan ikuti anjuran, atasi penyakit dengan pengobatan teratur serta tepat, tetap diet dengan gizi seimbang, upayakan aktivitas fisik dengan aman dan hindari asap rokok maupun alkohol. Selain itu, adanya program CERDIK dengan melakukan cek kesehatan secara berkala, enyahkan asap rokok, rajin aktivitas fisik, diet seimbang, istirahat cukup serta kelola stress (Novianti, 2023).

Program pemerintah tersebut telah dijalankan dengan kegiatan dimasyarakat maupun di puskesmas atau fasilitas kesehatan lainnya, seperti pengabdian kepada masyarakat dengan edukasi atau penyuluhan mengenai CERDIK dan PATUH kepada penderita hipertensi (Novianti, 2023). Program pemerintah ini apabila diimplementasikan pada kehidupan sehari-hari dapat menurunkan komplikasi akibat hipertensi, tetapi tidak semua penderita hipertensi dapat melakukan upaya program-program yang dianjurkan oleh pemerintah, hal ini disebabkan karena tingkat pengetahuan yang tidak sama atau berbeda-beda (Novianti, 2023). Kurangnya pengetahuan dan pemahaman tentang hipertensi mempengaruhi keberhasilan pengobatan yang dilakukan (Augusto et al., 2022).

Jika penderita hipertensi tidak segera memulai program untuk mengontrol tekanan darahnya dengan benar, maka risiko penderita mengalami komplikasi akan semakin meningkat yang dapat mengancam nyawanya atau menyebabkan menurunnya kualitas hidup penderita hipertensi yang berakibat pada kecacatan baru (Novianti, 2023). Salah satu pendekatan yang bisa diberikan kepada penderita hipertensi yang sekarang di dunia

kesehatan ini adalah *self care* atau perawatan diri (Novianti, 2023). *Self care* merupakan penatalaksanaan kebutuhan manusia terhadap perawatan diri sendiri yang dilakukan secara rutin dalam mempertahankan kehidupan, kesehatan dan kesejahteraan individu baik dalam keadaan sehat maupun sakit (Novianti, 2023).

Kejadian kesakitan dan kematian akibat hipertensi dapat dikendalikan dengan melakukan perilaku *self care* untuk mengontrol faktor-faktor yang berpengaruh terhadap tekanan darah, perilaku *self care* pada penderita hipertensi berkaitan dengan upaya penderita dalam mengelola dirinya dan mempertahankan perilaku yang efektif (Romadhon et al., 2020). Kegiatan dalam perilaku *self care* hipertensi meliputi kepatuhan penggunaan, memantau tekanan darah dan gejala yang muncul terkait penyakit hipertensi, serta pengaturan diet. Pengaturan diet yaitu diet yang disesuaikan untuk penatalaksanaan hipertensi, melakukan olahraga sesuai petunjuk untuk menurunkan tekanan darah dan kegiatan untuk mencegah komplikasi yang berhubungan dengan hipertensi (Wijayanti, 2024).

Beberapa penelitian sebelumnya menyatakan bahwa pada penderita hipertensi memiliki *self care* management hipertensi yang kurang di Kelurahan Subangjaya wilayah kerja UPTD Puskesmas, *self care* yang kurang dipengaruhi kebiasaan, perilaku, pengalaman dan pengetahuan yang kurang (Wijayanti, 2024). Penelitian lainnya menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara *self care* behavior terhadap kejadian hipertensi di Kelurahan Gajahan Surakarta dengan $p < 0,001$, salah satu hal yang menjadi masalah pada penderita hipertensi adalah belum optimalnya perilaku *self care* terhadap penyakitnya (Arifah, 2023). Menurut penelitian lainnya bahwa masyarakat kurang menjaga kesehatan, misalnya kurang mengonsumsi sayuran dan serat, terlalu banyak mengonsumsi junk food, garam, makanan berlemak yang dapat meningkatkan tekanan darah, perilaku *self care* yang baik sangat penting untuk keberhasilan pengobatan pada penderita hipertensi (Arifah, 2023). Penderita hipertensi perlu menjaga diri dengan mengonsumsi obat, memeriksa tekanan darah, mengontrol pola makan, dan menurunkan berat

badan. Namun saat ini perilaku *self care* hipertensi belum dilaksanakan dengan baik.

Dari hasil pengamatan singkat dan informasi dari kader di daerah lingkungan kerja Puskesmas Moyudan terdapat banyak penderita hipertensi yang rutin berkunjung ke puskesmas untuk berobat dan juga yang tidak rutin berobat. Penderita hipertensi di Puskesmas Moyudan tidak patuh minum obat sehingga obat masih banyak dan masih mengkonsumsi makan yang asin belum menerapkan perilaku hidup sehat sehingga tekanan darah tidak terkontrol. Puskesmas Moyudan merupakan fasilitas kesehatan yang memberikan pelayanan tingkat pertama dengan baik, banyak lansia dengan hipertensi yang melakukan kontrol serta terdapat program kegiatan prolanis (Program pengelolaan penyakit kronis). Pada dasarnya program pengecekan tekanan darah dilakukan setiap bulan sekali, prolanis sendiri adalah program Puskesmas Moyudan meliputi senam, penyuluhan, edukasi dan pengecekan tekanan darah.

Menurut perawat puskesmas Moyudan terdapat lebih dari 1.242 penderita hipertensi dalam kurun waktu Januari 2025- April 2025. Lebih dari 50% penderita hipertensi tidak paham mengenai *self care* hipertensi maupun mengenai hipertensinya sendiri. Penderita hipertensi di Puskesmas Moyudan banyak yang kontrol saat tekanan darahnya tinggi saja. Para penderita masih sering mengalami tensi tinggi saat kontrol. Penderita hipertensi jarang melakukan pemeriksaan tekanan darah dirumah karena dianggap bahwa obat cukup saat merasa pusing, mereka paham mengenai tanda gejala hipertensi tetapi tanpa mengubah pola makan dan gaya hidup yang sehat sama saja meningkatkan tekanan darah. Perilaku *self care* yang tidak tepat dapat meningkatkan risiko komplikasi pada penderita hipertensi. Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai “Hubungan Antara Pengetahuan dengan Perilaku Self Care Penderita Hipertensi di Puskesmas Moyudan Sleman.”

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan antara pengetahuan dengan perilaku *self care*

penderita hipertensi di Puskesmas Moyudan Sleman?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dengan perilaku *self care* pada penderita hipertensi di Puskesmas Moyudan Sleman.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.4.2.1 Mengidentifikasi karakteristik (jenis kelamin, usia, dan pendidikan) penderita hipertensi di Puskesmas Moyudan Sleman

1.4.2.2 Mengidentifikasi pengetahuan tentang hipertensi pada penderita hipertensi di Puskesmas Moyudan Sleman.

1.4.2.3 Mengidentifikasi perilaku *self care* yang meliputi integrasi diri, regulasi diri, interaksi dengan tenaga kesehatan, pemantauan tekanan darah, dan kepatuhan terhadap acuan yang dianjurkan pada penderita hipertensi di Puskesmas Moyudan Sleman.

1.4.2.4 Menganalisis hubungan antara pengetahuan dengan perilaku *self care* pada penderita Hipertensi di Puskesmas Moyudan Sleman Yogyakarta

1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah tersebut, peneliti merumuskan manfaat penelitian sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Akademis

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan informasi untuk meningkatkan pengetahuan mengenai perilaku *self care* pada penderita hipertensi dan juga sebagai acuan, gambaran, masukan untuk kegiatan penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.5 Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat sebagai bahan masukan dalam upaya mengembangkan ilmu keperawatan dan sebagai sumber masukan untuk menangani atau mencegah peningkatan angka hipertensi.

1.4.2.6 Bagi Perawat/Peneliti

Penelitian ini untuk menambah wawasan dan pengetahuan mengenai penelitian dan prosesnya. Penelitian ini juga sebagai sumber untuk pengembangan penelitian lebih lanjut dengan gaya hidup pada penderita hipertensi. Selain itu, hasil penelitian juga dapat dijadikan sebagai dasar pertimbangan dalam melaksanakan fungsi perawat sebagai *edukator*.

1.4.2.7 Bagi Masyarakat/Penderita

Bagi masyarakat/penderita diharapkan hasil penelitian ini bermanfaat sebagai sarana untuk mengetahui faktor yang dapat meningkatkan kejadian hipertensi dan dapat mencegah terjadinya hipertensi