

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tren peningkatan penyakit hipertensi cenderung meningkat dan mengalami pergeseran ke usia muda atau usia produktif yang dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti jenis kelamin, Indeks Massa Tubuh (IMT), konsumsi garam dan *junk food*, olahraga, alkohol, penghasilan, lama tidur, serta penyakit kronis lainnya terhadap kejadian hipertensi (Firmansyah et al., 2020). Akibat pandemi *Corona Virus Disease 2019* (Covid-19) berdampak pada pembatasan aktivitas pada segala bidang termasuk bidang pendidikan. Pembelajaran dilakukan tanpa tatap muka secara langsung, namun secara daring menggunakan jaringan internet (Nafrin & Hudaidah, 2021). Di bidang kesehatan, *telemedicine* digunakan sebagai strategi pencegahan penyebaran Covid-19 karena sistem pelayanan kesehatan yang digunakan menggunakan alat komunikasi elektronik sehingga antara pasien dan tenaga kesehatan tidak bertatap muka secara langsung. Penggunaan *telemedicine* dalam pelayanan kesehatan kurang optimal dikarenakan kurangnya pemahaman masyarakat akan penggunaan teknologi sehingga sebagian individu dengan hipertensi memiliki pengetahuan yang terbatas (Lubis, 2021).

Semakin rendah tingkat pengetahuan individu maka semakin rendah pula *self management* atau perawatan diri yang dilakukan sehingga tekanan darah akan terus meningkat dan tidak terkontrol yang dapat menyebabkan komplikasi seperti gagal jantung, stroke, gangguan penglihatan, maupun gagal ginjal (Cahyani & Tanujjarso, 2021). Pembatasan aktivitas selama pandemi Covid-19 atau bahkan

setelah pandemi juga berdampak pada motivasi individu hipertensi dalam melakukan *self management* hipertensi, motivasi dalam *self management* hipertensi yang rendah meningkatkan gaya hidup sedentari yang menyebabkan individu dengan hipertensi kurang beraktivitas fisik dan beresiko mengalami obesitas (Lim & Pranata, 2020). Dukungan petugas kesehatan terutama perawat juga mempengaruhi motivasi individu untuk patuh terhadap pengobatan penyakit hipertensi, perlakuan yang baik dan penuh perhatian tentunya akan menciptakan sebuah kepercayaan yang memperbesar motivasi individu untuk menjalankan pengobatan (Haeruddin et al., 2021). Pengetahuan dan motivasi merupakan faktor dasar yang mempengaruhi *self management* hipertensi, sehingga penelitian yang menganalisis hubungan tingkat pengetahuan dan motivasi dalam *self management* hipertensi terhadap tekanan darah pasien hipertensi perlu dilakukan.

Secara global, menurut WHO tahun 2019 prevalensi hipertensi mencakup 26% dari populasi di dunia yaitu sekitar 972 juta orang. Peningkatan prevalensi hipertensi ini banyak terjadi pada negara-negara berkembang dengan tingkat penghasilan rendah dan menengah (Zhou et al., 2021). Prevalensi kejadian hipertensi di Indonesia berdasarkan data (Kementerian Kesehatan RI, 2018), berdasarkan pengukuran pada penduduk usia 18 tahun sebesar 34,1% dimana mengalami peningkatan dibandingkan hasil riskesdas tahun 2013 sebesar 25,8%. Umumnya, prevalensi hipertensi mengalami peningkatan yang signifikan pada pasien yang berusia 60 tahun ke atas, namun akhir-akhir ini kejadian hipertensi mengalami pergeseran ke usia yang relatif lebih muda (Tirtasari & Kodim, 2019). Prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 2018 pada kelompok usia muda, yaitu kelompok usia 18-24 tahun sebesar 7,35%, usia 25-34 tahun sebesar

10,41%, usia 35-44 tahun sebesar 21,5%, dan usia 45-55 tahun sebesar 45,3% (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Seiring bertambahnya usia maka resiko hipertensi akan semakin besar, namun hipertensi yang terjadi pada usia muda tidak boleh dipandang sebelah mata karena peningkatan prevalensinya terus terjadi (Tirtasari & Kodim, 2019). Berdasarkan profil kesehatan Provinsi Jawa Timur pada tahun 2020, Kota Surabaya menempati urutan kedua dengan jumlah penderita hipertensi berusia ≥ 15 tahun terbesar yaitu sebanyak 724.582 orang, dengan jumlah laki-laki sebanyak 354.952 orang dan jumlah perempuan sebanyak 369.630 (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2021).

Wilayah puskesmas Benowo menjadi urutan pertama di Surabaya dengan pasien hipertensi berusia >15 tahun yang mendapat pelayanan kesehatan terbanyak yaitu sejumlah 18.685 orang (Dinas Kesehatan Kota Surabaya, 2020). Tingkat pengetahuan kurang pada pasien hipertensi didapatkan pada hasil pre test tingkat pengetahuan yaitu sebanyak 82% (Angraini et al., 2021). Motivasi melakukan pengobatan pada pasien hipertensi sebagian besar menunjukkan hasil yang cukup dengan presentase 47,78% (Cahyadi et al., 2021). Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di puskesmas Benowo Surabaya ditemukan bahwa 6 dari 11 pasien hipertensi menyatakan bahwa obat hipertensi hanya dikonsumsi jika tekanan darah meningkat tidak perlu secara rutin, 8 dari 11 pasien hipertensi tidak mengetahui jika harus membatasi konsumsi makanan dengan kandungan lemak yang tinggi dan tetap mengkonsumsi makanan yang dimasak dengan cara digoreng. Pengukuran tekanan darah pada pasien hipertensi juga hanya dilakukan ketika berkunjung ke pelayanan kesehatan saja, tidak dilakukan secara rutin di rumah. Berdasarkan pernyataan tersebut ditemukan masalah

pengetahuan dan motivasi yang kurang terkait dengan *self management* hipertensi. Pihak puskesmas telah melakukan upaya dalam menangani masalah tersebut melalui kegiatan penyuluhan secara individu kepada pasien hipertensi yang sedang menunggu pelayanan kesehatan, kegiatan posbindu yang dilakukan setiap bulan, serta pengobatan hipertensi secara langsung.

Pengetahuan akan faktor yang menjadi penyebab timbulnya penyakit hipertensi akan mempengaruhi persepsi yang menyebabkan individu sadar atau tidak sadar akan status hipertensi dan berpengaruh pada *self management* hipertensi. Pengetahuan yang baik dan memadai pada pasien hipertensi dapat meningkatkan motivasi diri sehingga perilaku dalam melakukan *self management* hipertensi juga akan meningkat (Rozani, 2020). Banyak faktor yang menjadi penyebab timbulnya penyakit hipertensi, diantaranya seperti umur, jenis kelamin dan suku, faktor genetik. Faktor yang terkait dengan pengetahuan dan motivasi dalam *self management hipertensi* meliputi obesitas, stress, kurangnya aktivitas fisik, konsumsi garam berlebih, merokok, konsumsi alkohol, dan sebagainya (Linda, 2018). Obesitas dapat menyebabkan gangguan sistem autonom, resistensi insulin, serta abnormalitas pembuluh darah sehingga berakibat pada peningkatan tekanan darah. (Batara et al., 2016). Stres yang berlebihan dapat berdampak pada peningkatan tekanan darah karena meningkatnya pemompaan darah dari jantung yang menyebabkan tekanan darah dalam arteri meningkat (Kurniasari & Hidayat, 2017).

Individu yang kurang aktivitas fisik, mengalami peningkatan denyut jantung yang menyebabkan peningkatan beban jantung sehingga jantung memompa lebih keras hingga berujung pada peningkatan tekanan darah (P. Lestari et al., 2020).

Konsumsi garam atau natrium yang berlebihan menyebabkan peningkatan konsentrasi natrium di dalam cairan ekstraseluler. Meningkatnya volume cairan ekstraseluler tersebut mengakibatkan volume darah meningkat, sehingga berdampak pada peningkatan tekanan darah (Nuraini, 2015). Kandungan bahan kimia yang terdapat pada rokok seperti nikotin, karbon monoksida, dan tar dapat menyebabkan terganggunya kerja susunan saraf pusat dan susunan saraf simpatis sehingga dapat mempengaruhi peningkatan tekanan darah dan peningkatan detak jantung (Ramadhan et al., 2017). Konsumsi alkohol yang berlebih dapat menyebabkan peningkatan keasaman darah sehingga viskositas darah meningkat dan beban kerja jantung meningkat sehingga dapat meningkatkan tekanan darah (Jayanti et al., 2017).

Self management atau program manajemen diri merupakan suatu strategi kognitif behavioral yang bertujuan untuk membantu klien agar dapat mengubah perilaku negatifnya dan mengembangkan perilaku positifnya dengan jalan mengamati diri sendiri, dan mencatat perilaku-perilaku tertentu (pikiran, perasaan, dan tindakannya). *Self management* hipertensi dapat dilakukan dengan monitoring tekanan darah dan melakukan perubahan gaya hidup seperti menghentikan kebiasaan merokok, mempertahankan diet yang sehat dan aktivitas fisik yang sehat (I. G. Lestari & Isnaini, 2018). Program puskesmas dalam hipertensi dengan tujuan menurunkan angka morbiditas dan mortalitas terbagi menjadi kegiatan promotif seperti penyuluhan terkait penyakit hipertensi, kegiatan preventif seperti *surveilans* hipertensi, serta kegiatan kuratif dan rehabilitatif seperti penemuan dan tatalaksana kasus hipertensi (Direktorat P2PTM, 2018).

Tatalaksana hipertensi dikelompokkan menjadi dua, kategori pre hipertensi dan hipertensi tingkat 1, serta kategori hipertensi tingkat 2. Tatalaksana yang dilakukan pada kategori pre hipertensi dan hipertensi tingkat 1 berupa pemeriksaan dan monitoring tekanan darah, edukasi perubahan gaya hidup, dan bila dalam satu bulan tidak tercapai tekanan darah normal maka diberikan terapi obat. Pada kategori hipertensi tingkat 2, tatalaksana yang diberikan yaitu berupa pemeriksaan dan monitoring tekanan darah, edukasi perubahan gaya hidup, dan pengelolaan farmakologis (Direktorat P2PTM, 2018). Pandemi covid-19 mengakibatkan banyak terjadi perubahan pada pola diet, tingkat aktivitas fisik karena adanya pembatasan aktivitas di luar ruangan, dan tingkat stres. Adanya program *self management* pada pasien hipertensi tersebut tentunya akan sangat bermanfaat dalam mengontrol tekanan darah pada pasien hipertensi, oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara tingkat pengetahuan dan motivasi dalam *self management* hipertensi dengan tekanan darah pasien hipertensi.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan tingkat pengetahuan dan motivasi dalam *self management* hipertensi dengan tekanan darah pasien hipertensi?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan umum

Menjelaskan hubungan tingkat pengetahuan dan motivasi dalam *self management* hipertensi dengan tekanan darah pasien hipertensi.

5.3.2. Tujuan khusus

1. Menganalisis hubungan tingkat pengetahuan dalam *self management* hipertensi dengan tekanan darah pasien hipertensi
2. Menganalisis hubungan motivasi dalam *self management* hipertensi dengan tekanan darah pasien hipertensi

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Teoritis

Hasil penelitian ini menjelaskan hubungan antara tingkat pengetahuan dan motivasi dalam *self management* hipertensi dengan tekanan darah pasien hipertensi sehingga dapat digunakan sebagai dasar dalam pengembangan penelitian keperawatan selanjutnya terutama dengan pendekatan model *Self Care* Orem.

1.4.2. Praktis

1. Bagi pasien hipertensi

Meningkatkan pengetahuan pasien hipertensi terkait dengan manajemen diri yang perlu dilakukan pada individu dengan hipertensi sehingga tekanan darah pada pasien hipertensi dapat terkontrol dengan baik.

2. Bagi peneliti

Meningkatkan pengalaman peneliti dalam mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dan motivasi dalam *self management* hipertensi dengan tekanan darah pasien hipertensi dan dapat dijadikan sebagai acuan bagi penelitian selanjutnya.

3. Bagi instansi

Penelitian ini dapat menjadi gambaran dan masukan dalam pelayanan kesehatan terkait tingkat pengetahuan dan motivasi dalam *self management* hipertensi sehingga diharapkan dapat meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan terutama pelayanan keperawatan.