

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG

Hipertensi atau tekanan darah tinggi dikenal sebagai the silent killer, karena seringkali penderitanya tidak merasakan gejala sampai terjadinya komplikasi yang berbahaya. Hal ini menyebabkan angka mortalitas penyakit ini tinggi akibat komplikasi yang menyertainya. Padahal hipertensi adalah penyakit yang mudah didiagnosis dan telah tersedia beberapa pengobatan yang memadai, baik pengobatan secara nonfarmakologis maupun farmakologis. Meskipun pengobatan hipertensi terbukti efektif tetapi angka kepatuhan penderita hipertensi terhadap pengobatan masih rendah. Diperkirakan hanya satu orang dari lima orang penderita hipertensi yang mengontrol penyakitnya. (World Health Day, 2013)

Sebagaimana penyakit kronis umumnya, hipertensi membutuhkan *management* penyakit jangka panjang seumur hidup penderitanya. Disamping penderita, pengelolaan penyakit ini juga membutuhkan keterlibatan keluarga dan petugas kesehatan. *Management* perawatan hipertensi pada dasarnya berhubungan erat dengan perilaku penderita. Komponen penting dalam manajemen perawatan ini meliputi: kepatuhan pengobatan, pemantauan tekanan darah sendiri, dan modifikasi gaya hidup seperti diet, olahraga, dan pengurangan tembakau telah terbukti memberikan perbaikan yang signifikan dalam mengontrol hipertensi dan

berhubungan juga dengan kualitas hidup. (Bairami, Fathi, Mohammadinasab, Barati, & Mohammadi, 2017)

Secara global, faktor risiko kematian mencapai 9 juta per tahun. Sedangkan di Asia Tenggara, hipertensi merupakan faktor risiko yang menyebabkan 1,5 juta kematian setiap tahun. Menurut perkiraan Organisasi Kesehatan Dunia pada 2013, 36% orang berusia di atas 25 tahun di Asia Tenggara menderita hipertensi. (Wilandika & Salami, 2018). Berdasarkan hasil Riskesdas (2018) hasil pengukuran tekanan darah, hipertensi mengalami peningkatan dimana ditemukan bahwa pada tahun 2013 kejadian hipertensi adalah sebesar 25,8% meningkat menjadi 34,1% pada tahun 2018. (Riskesdas, 2018)

Di Indonesia menurut hasil penelitian berdasarkan data yang dianalisis dari Indonesia *Family Life Survey* (IFLS5) menunjukkan bahwa prevalensi penderita Perilaku *SelfCare Management* Penderita Hipertensi: Studi Kualitatif 89 JKA | Volume 8 | Nomor 1 | Juni 2021 hipertensi tinggi, tetapi tingkat kesadaran akan penyakit hanya 42,9%, dari angka tersebut yang melakukan pengobatan hanya 11,5% dan yang mengontrol penyakitnya hanya 14,3% (Peltzer & Pengpid, 2018)

Dari hasil studi pendahuluan peneliti dibuktikan dengan kurangnya aktivitas perawatan diri (*Selfcare*) terutama pada lansia yang mengikuti posyandu lansia RW.05 Desa Slorok, terdapat lansia yang berjumlah 60 orang. Dan sampel pada penelitian ini adalah lansia yang mengalami hipertensi di posyandu lansia RW.05 Desa Slorok berjumlah 30 orang.

Namun demikian sampai saat ini belum banyak riset pada klien hipertensi di tinjau dari perspektif keperawatan khususnya dengan pendekatan *Selfcare Management* dan di Desa Slorok Kecamatan Kromengan Kabupaten Malang *Selfcare Management* ini kurang baik dikarenakan masih banyak penderita hipertensi terutama lansia yang masih kurang melakukan perawatan diri seperti yang ada di komponen *Selfcare Management*, sehingga penulis tertarik untuk menyusun karya tulis ilmiah mengenai “Gambaran *Selfcare Management* pada lansia penderita hipertensi di Desa Slorok Kecamatan Kromengan Kabupaten Malang”

Management perawatan diri adalah intervensi sistematis penyakit kronis dengan cara mengendalikan diri sendiri dan mampu mengambil keputusan dalam rencana pengobatan. Lansia dengan hipertensi mengalami kesulitan dalam melakukan perawatan diri atau *selfcare* pada dirinya sendiri yang dapat memperburuk status kesehatannya. Kemampuan perawatan diri untuk mencegah dan meminimalkan risiko yang terjadi akibat dari hipertensi pada setiap orang tidak sama. Banyak hal yang menyebabkan ketidakmampuan mengendalikan hipertensi ini. *Selfcare* dan perilaku kesehatan pada pasien hipertensi dipengaruhi oleh *basic conditioning factors*, pendapatan, pendidikan, ras dan agama. Strategi *selfcare* dalam gaya hidup penting untuk mencegah peningkatan tekanan darah dan modifikasi gaya hidup merupakan aspek yang diperlukan dalam perawatan pada semua tahap hipertensi. Efek tekanan darah tinggi dapat menyebabkan kerusakan kardiovaskular, otak dan ginjal, serta menyebabkan komplikasi seperti stroke, infark miokard, gagal

ginjal, dan gagal jantung. Kerusakan organ terjadi karena tekanan darah tinggi yang tidak terpantau dalam jangka waktu lama dapat menyebabkan kerusakan pembuluh darah di seluruh tubuh dan menyebabkan perubahan pada organ tersebut. Peningkatan tekanan darah akan menjadi semakin serius yang akan menyebabkan terjadinya gagal jantung, stroke dan gagal ginjal pada tingkat yang tinggi, sehingga kejadian nyeri dan kematian akibat hipertensi juga akan semakin tinggi (Mariana & Simanullang, 2019).

Perilaku *selfcare* optimal merupakan salah satu komponen mencapai keberhasilan pengobatan pasien hipertensi. Pasien hipertensi, harus memiliki kemampuan dalam merawat dirinya secara mandiri, berupa meminum obat yang diresepkan, melakukan kontrol tekanan darah secara berkala, memodifikasi diet, menurunkan berat badan, serta meningkatkan aktivitas. Adapun faktor - faktor yang mempengaruhi perilaku *selfcare* pada pasien hipertensi adalah sebagai berikut; usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, status pernikahan, pengetahuan, *self efficacy*, dukungan keluarga, dukungan sosial, status ekonomi dan durasi hipertensi (Rozani, 2020).

Dalam konteks pengelolaan/ perawatan mandiri hipertensi, American Heart Association (AHA) merekomendasikan modifikasi perilaku yang berkaitan dengan self care yang terdiri atas: diet rendah garam, diet sehat, melakukan aktifitas fisik, mengurangi merokok, dan alkohol, menurunkan stres, menurunkan paparan polusi, dan paparan udara dingin. (Unger et al., 2020)

1.2 RUMUSAN MASALAH

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimanakah tingkat *selfcare management* pada lansia penderita hipertensi di Desa Slorok Kecamatan Kromengan Kabupaten Malang?

1.3 TUJUAN

Tujuan penelitian :

Untuk mengetahui tingkat *selfcare management* pada lansia penderita hipertensi di Desa Slorok Kecamatan Kromengan Kabupaten Malang.

1.4 MANFAAT

Manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah:

1. Bagi Institusi Pendidikan

Menambah literatur ilmu pengetahuan mahasiswa DIII Keperawatan ITSK RS Dr. Soepraoen Malang pada umumnya dan seluruh mahasiswa yang ada di Jawa Timur.

2. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai evaluasi diri dalam perilaku *selfcare management* penderita hipertensi dengan cara sering mengikuti promosi kesehatan sehingga responden mendapatkan mekanisme coping yang efektif.

3. Bagi Puskesmas/Posyandu

Diharapkan dapat berguna sebagai tambahan data di puskesmas/posyandu untuk bisa menerapkan tingkat perawatan mandiri atau *selfcare management* kepada pasien supaya terhindar dari hipertensi.

