

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia sebagai makhluk hidup memang tidak dapat dipisahkan dari hal-hal yang dapat mempengaruhi fungsi fisiologis tubuhnya yaitu dari pengaruh psikologis, biologis dan lingkungan. Hipertensi membutuhkan management penyakit jangka panjang oleh penderitanya. Maka dibutuhkan upaya *Self Care*. *Self Care Management* adalah kemampuan mengenal dan mengevaluasi perubahan fisik yang terjadi, mengambil keputusan untuk penanganan dan mengevaluasi respon tindakan. Program manajemen diri penyakit kronik merupakan intervensi pendidikan kesehatan berbasis komunitas. Hipertensi merupakan penyakit tidak menular (PTM) harus segera ditangani dengan hati-hati dan intens. Jika tidak ditangani dengan segera atau terlambat dapat berakibat fatal bisa menyebabkan kematian.

Didefinisikan sebagai hipertensi apabila pernah didiagnosis sebagai penderita hipertensi/penyakit tekanan darah tinggi oleh tenaga kesehatan (dokter/perawat/bidan) atau belum pernah didiagnosis menderita hipertensi tetapi saat diwawancara sedang minum obat medis untuk tekanan darah tinggi (minum obat sendiri) (Risksdas, 2018). Hal ini terjadi karena jantung bekerja lebih keras untuk memompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan gizi tubuh.

Secara global factor resiko mortalitas mencapai 9 juta per tahun. Hipertensi menjadi masalah kesehatan perlu mendapatkan perhatian karena morbiditas dan

mortalitasnya yang tinggi. Badan Kesehatan Dunia *World Health Organization* (WHO) menyatakan jumlah penderita hipertensi akan terus meningkat seiring dengan jumlah penduduk yang membesar. Pada 2025 mendatang, diproyeksikan sekitar 29% warga dunia terkena hipertensi. Data global status *Report On Noncommunicable Diseases 2013* dari WHO menyebutkan, 40% negara ekonomi berkembang memiliki penderita hipertensi, sedangkan negara maju hanya 35%. Berdasarkan WHO pada tahun 2013, 36% orang berusia diatas 25 tahun. Kondisi saat ini menunjukkan bahwa jumlah orang dewasa dengan tekanan darah tinggi meningkat dari 594 juta pada tahun 1975 menjadi 1,13 miliar pada tahun 2015. Peningkatan ini terutama terjadi di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2019).

Data Kementerian Kesehatan RI (2018), jumlah pasien hipertensi di Indonesia mengalami peningkatan sebesar 8,3% dibandingkan tahun 2013, dari 25,8% menjadi 34,1% (Wilandika & Salami, 2018). Secara nasional, hasil Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi hipertensi 34,11%. Prevalensi hipertensi pada wanita (36,85%) lebih tinggi dibandingkan pada laki-laki (31,34%). Prevalensi di perkotaan (34,43%) sedikit lebih tinggi dibandingkan di perdesaan (33,72%). Prevalensi penyakit hipertensi dari tahun ke tahun mengalami peningkatan yang signifikan. Hasil Riset Dasar Kesehatan tahun 2013 prevalensi penyakit hipertensi memiliki nilai prevalensi 28,5% sedangkan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 mengalami peningkatan menjadi 34,1%. Selama kurun waktu lima tahun penyakit hipertensi mengalami peningkatan 5,6%. Hipertensi di daerah Jawa Barat memiliki tingkat sedikit lebih tinggi di atas 34,1% yang

merupakan angka prevalensi hipertensi di Indonesia (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Hasil data yang diperoleh peneliti dari Dinas Kesehatan Kabupaten Tasikmalaya didapatkan jumlah penduduk Kabupaten Tasikmalaya sejumlah 1.800.000 jiwa, terdiri dari 39 kecamatan dan 40 puskesmas. Penyakit hipertensi pada tahun 2019 termasuk 10 besar penyakit yang terbanyak di sandang oleh masyarakat Kabupaten Tasikmalaya dengan jumlah penderita sebanyak 69,443 (Dinas Kesehatan Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019-2021), kemudian pada tahun 2022 dengan jumlah 153,474 kasus (Dinas Kesehatan Kabupaten Tasikmalaya, 2022). Daerah Kabupaten Tasikmalaya yang memiliki insiden hipertensi cukup tinggi salah satunya adalah kecamatan Cikalong. Cikalong termasuk salah satu kecamatan yang menempati posisi kasus hipertensi tertinggi ke 3 di wilayah Kabupaten Tasikmalaya setelah Cipatujah dan Karangnunggal dengan jumlah 5,491 (77,84%) kasus (Dinas Kesehatan Kabupaten Tasikmalaya 2022).

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 29 Maret 2023, data yang tercatat di UPTD Puskesmas Cikalong angka prevalensi hipertensi dari tahun 2020 sampai tahun 2023 tidak mengalami penurunan yaitu mencapai 5.190 kasus, dan penderita hipertensi terbanyak adalah perempuan dengan estimasi penderita hipertensi berusia ≥ 15 tahun. Adapun jumlah pasien hipertensi yang minum obat secara teratur tercatat 40,81% tidak teratur sebanyak 15,53% dan yang tidak minum obat sejumlah 25,32%. Selain itu peneliti juga melakukan wawancara kepada 10 pasien yang terdiagnosa hipertensi yang sedang berobat di UPTD Puskesmas Cikalong 7 pasien tersebut mengaku belum mengetahui tentang upaya

self care management terhadap penyakit yang dideritanya seperti kontrol tekanan darah rutin, menjaga pola makan, mengurangi konsumsi makanan yang mengandung garam tinggi, patuh dalam mengkonsumsi obat, 3 pasien lainnya mengatakan bahwa rutin melakukan olahraga rutin, dan berhenti dalam kebiasaan merokok. Masyarakat datang ke pelayanan kesehatan apabila mereka merasakan gejala pusing seperti berputar dan nyeri pada area tengkuk leher untuk mendapatkan obat.

Dampak yang ditimbulkan peningkatan tekanan darah pada pasien hipertensi salah satunya adalah stroke, gagal jantung, gagal ginjal, apabila terjadi dalam kurun waktu yang lama akan berbahaya bagi orang yang menderita hipertensi sehingga menimbulkan komplikasi. Komplikasi tersebut dapat menyerang berbagai target organ tubuh yaitu otak, mata, jantung, pembuluh darah arteri, serta ginjal. Dengan pengobatan yang tepat dapat menurunkan tekanan darah akan meredakan ketegangan pada jantung dan arteri. Kesembuhan pasien juga tergantung pada kepatuhan pasien minum obat. Kepatuhan minum obat pada pengobatan hipertensi sangat penting karena dengan minum obat antihipertensi secara teratur dapat mengontrol tekanan darah penderita hipertensi. Sehingga dalam jangka panjang resiko kerusakan organ-organ penting tubuh seperti jantung, ginjal, dan otak dapat dikurangi.

Diperlukan pemilihan obat yang tepat agar dapat meningkatkan kepatuhan dan mengurangi risiko kematian. Namun pada kenyataannya masih banyak masyarakat yang tidak melakukan pengobatan antihipertensi secara rutin. Penderita hipertensi sering kali mengabaikan dan tidak melakukan perubahan perilaku yang

telah direkomendasikan (Motlagh et al., 2016) sehingga membuat pemahaman terkait *self care* pasien terhadap penyakit hipertensi masih rendah (Manuntung, 2015). Oleh karena itu, *self care* menjadi penting untuk dilakukan oleh penderita hipertensi dengan baik sehingga bermanfaat untuk meningkatkan kualitas hidup pasien, menurunkan biaya pengobatan, meningkatkan kepercayaan diri, dan meningkatkan kemandirian pasien (Bhandari & Kim, 2016). Berdasarkan fenomena di atas, maka dibuatlah suatu inovasi untuk mengembangkan kepatuhan menjadi suatu bentuk kemandirian terhadap pengelolaan pada pasien terutama yang mengalami hipertensi yaitu dengan *self care management*.

Self care management menurut Dorothea Orem adalah tindakan yang mengupayakan orang lain memiliki kemampuan untuk dikembangkan ataupun mengembangkan kemampuan yang dimiliki agar dapat digunakan secara tepat untuk mempertahankan fungsi optimal. Menurut (Akhter 2015) menjelaskan dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa *self care* pasien hipertensi dapat dilakukan dengan menerapkan 5 komponen *self care* pada klien hipertensi yang disesuaikan dengan perawatan diri pada klien hipertensi. Kelima komponen tersebut yaitu integrasi diri, regulasi diri, interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya, pemantauan tekanan darah, dan kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan.

Menurut penelitian Lestari (2018) mengungkapkan bahwa ada pengaruh positif yang sangat signifikan antara *self management* dengan tekanan darah lansia yang mengalami hipertensi di Jawa Tengah. Semakin tinggi *self management* maka akan semakin rendah tekanan darah lansia yang mengalami hipertensi, sebaliknya semakin rendah *self management* maka akan semakin tinggi tekanan darah lansia

yang mengalami hipertensi. Kemudian penelitian (Simanulang Sri Marlai Putri 2019) mengungkapkan tentang *Self Management* Pasien Hipertensi Di RSUP H. Adam Malik Medan Tahun 2019 menyatakan bahwa *Self Management* pasien hipertensi pada kategori cukup (berdasarkan integrasi diri dan regulasi diri), kategori baik (berdasarkan interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya, pemantauan tekanan darah, dan kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan). Diharapkan supaya petugas kesehatan meningkatkan edukasi terkait *self management* berdasarkan integrasi diri dan regulasi diri pada pasien hipertensi terutama pada pasien yang rawat jalan. Dalam penelitian (Ma'Rief A. Alamsyah 2022) tentang Gambaran *Self Care Behavior* Pada Penderita Hipertensi Di Kota Makassar menyatakan bahwa perilaku masyarakat yang kurang baik tentang hipertensi menjadi penyebab tingginya angka kejadian hipertensi. Sedangkan dalam penelitian (Cahyani Yuni Eka 2019) tentang Gambaran *Self Management* Penderita Hipertensi Di Puskesmas Grogol Kabupaten Sukoharjo hasil penelitian menunjukkan bahwa *self management* hipertensi terbanyak dalam kategori cukup. Penderita hipertensi memerlukan keterampilan *self care behavior* agar sakit yang diderita tidak menimbulkan berbagai komplikasi hingga tidak mengalami kematian dini.

Islam memberikan isyarat kepada ummatnya melalui petunjuknya yang disampaikan oleh Allah SWT, melalui firmanya tentang *Self care management* dalam Al-Qur'an, salah satunya adalah:

﴿.....وَلَا تَقْتُلُوا أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا﴾

Artinya :

“Janganlah kamu membunuh dirimu. Sesungguhnya Allah adalah Maha Penyayang kepadamu”(QS. An-Nisa: 29).

Ayat di atas memberikan isyarat dan menegaskan pentingnya menjaga keselamatan diri, baik secara fisik maupun psikologis, dan tidak melakukan tindakan yang dapat membahayakan diri sendiri. Dalam Islam, menjaga kesehatan dan keselamatan diri sendiri adalah suatu kewajiban, karena tubuh dan jiwa yang sehat merupakan modal dasar untuk melakukan ibadah dan berbuat kebaikan dalam kehidupan sehari-hari. Penjagaan keselamatan pada diri salah satunya dilakukan dengan *Self care management* pada penderita hipertensi. Rasulullah SAW adalah teladan dalam mengontrol dan menjalani kehidupan dengan berdisiplin. Hal ini diisyaratkan dalam haditsnya :

وَعَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عُمَرَ قَالَ: أَخَذَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ بِمَنْكِبِي فَقَالَ: «كُنْ فِي الدُّنْيَا كَأَنَّكَ غَرِيبٌ أَوْ عَابِرُ سَبِيلٍ». وَكَانَ ابْنُ عُمَرَ يَقُولُ: إِذَا أَمْسَيْتَ فَلَا تَنْتَظِرِ الصَّبَاحَ وَإِذَا أَصْبَحْتَ فَلَا تَنْتَظِرِ الْمَسَاءَ وَخُذْ مِنْ صِحَّتِكَ لِمَرَضِكَ وَمِنْ حَيَاتِكَ لِمَوْتِكَ (رَوَاهُ الْبُخَارِيُّ: 1604)

Dari Abdullah Ibnu Umar Radhiallahu Anhuma, ia berkata: Rasulullah SAW memegang pundakku, lalu bersabda: “Jadilah engkau di dunia ini seakan-akan sebagai orang asing atau pengembara. Lalu Ibnu Umar Radhiallahu Anhuma berkata: “Jika engkau di waktu sore, maka janganlah engkau menunggu pagi dan jika engkau di waktu pagi, maka janganlah menunggu sore dan pergunakanlah waktu sehatmu sebelum kamu sakit dan waktu hidupmu sebelum kamu mati.” (HR. Al-Bukhari: 1604).

Hadits di atas adalah gambaran *Self Management* nya Rasulullah Saw. dalam menjalani hidupnya dengan penuh dedikasi, disiplin dan mengatur setiap aspek kegiatan hidupnya dengan disiplin. Hal ini sangat diperlukan bagi pasien

hipertensi dalam berdisiplin dan melakukan kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk mengangkat penelitian tentang Gambaran *Self Care Management* Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cikalong Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2023.

B. Rumusan Masalah

Hipertensi merupakan suatu kondisi dimana tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan diastolik lebih dari 90 mmHg. Hipertensi seringkali diantaranya tidak menunjukkan gejala pada penderitanya, maka dari itu penyakit ini disebut dengan istilah silent killer atau diam-diam mematikan. Gejala yang dapat dirasakan oleh penderita antara lain sakit kepala, pusing, jantung berdebar-debar, gelisah dan penglihatan kabur. Jika tidak ditangani dengan tepat dapat menimbulkan dampak yang serius yaitu kematian dan kerusakan pada sel-sel yang berakibat merangsang terjadinya *atherosclerosis* sedangkan organ target yang terkena adalah jantung, otak, ginjal dan mata. Manfaat *self care management* pada pasien hipertensi mampu melakukan tindakan mandiri oleh individu dalam mengatur fungsi perkembangan tubuhnya serta mengelola penyakit yang dideritanya.

Jurnal penelitian yang sudah dilakukan, menemukan bahwa sebagai metode baru belum banyak diketahui oleh pasien hipertensi tentang perilaku *self care management* dan mau melakukan perilaku *self care management*. Dengan demikian masalah tersebut sangat penting dan perlu dilakukan penelitian tentang gambaran *self care management* pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cikalong Kabupaten Tasikmalaya.

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Mengetahui Gambaran *Self Care Management* Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cicalong Kabupaten Tasikmalaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya gambaran integrasi diri pada pasien hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cicalong Kabupaten Tasikmalaya.
- b. Diketuainya gambaran regulasi diri pada pada pasien hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cicalong Kabupaten Tasikmalaya.
- c. Diketuainya gambaran interaksi dengan tenaga kesehatan lainnya pada pasien hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cicalong Kabupaten Tasikmalaya.
- d. Diketuainya gambaran pemantauan tekanan darah pada pasien hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cicalong Kabupaten Tasikmalaya.
- e. Diketuainya gambaran kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan pada pasien hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cicalong Kabupaten Tasikmalaya.

D. Manfaat Penulisan

1. Bagi Peneliti

Menambah wawasan dan pengalaman yang nyata dalam penelitian mengenai gambaran *self care mangement* pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cicalong Kabupaten Tasikmalaya sebagai bentuk dari pengaplikasian ilmu yang telah didapatkan dibangku kuliah.

2. Bagi Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Manfaat penelitian ini bisa digunakan sebagai bahan tambah kepustakaan dan bisa menjadi bahan acuan dalam pelaksanaan Catur Dharma Perguruan Tinggi Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya, khususnya untuk meningkatkan daya tarik bagi pembaca.

3. Bagi UPTD Puskesmas Cicalong

Manfaat penelitian ini bisa memberikan informasi yang berguna sehingga dapat digunakan oleh pihak Puskesmas Cicalong Kabupaten Tasikmalaya dalam melakukan pendidikan kesehatan mengenai gambaran *self care management* hipertensi guna mengembangkan pengetahuan masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan mengenai *self care management* hipertensi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat memperluas pemahaman pembaca mengenai *self care management* hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cicalong Kabupaten Tasikmalaya serta bisa digunakan sebagai sumber referensi penelitian selanjutnya pada populasi yang lebih luas dalam melakukan penelitian yang berhubungan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti.