

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Hipertensi merupakan gangguan kesehatan yang mengkhawatirkan dan dikenal dalam terminologi medis sebagai penyakit “*silent killer*”, mengingat karakteristiknya yang dapat berkembang secara progresif tanpa manifestasi klinis yang nyata dan mudah terdeteksi. (Marjes, 2023). Fenomena kesehatan ini kini menjadi perhatian serius di berbagai lapisan masyarakat, mengingat prevalensinya yang terus meningkat secara signifikan setiap tahun (Eka, 2020).

Berdasarkan informasi dari *World Health Organization* (WHO), hipertensi merupakan kondisi kesehatan global yang signifikan, berkontribusi secara substansial terhadap peningkatan angka kematian dini di berbagai belahan dunia. Data epidemiologis mengungkapkan bahwa populasi dewasa dengan rentang usia 30-79 tahun mencapai sekitar 1,28 miliar individu yang mengalami tekanan darah di atas batas normal. Situasi ini semakin mengkhawatirkan, dengan perkiraan 9,4 juta nyawa hilang setiap tahunnya akibat komplikasi yang disebabkan oleh penyakit ini (Kartini dan Leni, 2021).

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 memberikan gambaran mendalam mengenai penyebaran hipertensi di Indonesia. Secara nasional, angka kejadian hipertensi tercatat sebesar 34,1%. Provinsi Jawa Barat menonjol dengan prevalensi mencapai 39,6%, menempatkannya sebagai wilayah dengan kasus hipertensi tertinggi kedua di tanah air. Analisis berdasarkan kelompok usia menunjukkan peningkatan prevalensi seiring bertambahnya usia. Distribusi hipertensi memperlihatkan peningkatan progresif seiring bertambahnya usia. Dalam kelompok usia 55-64 tahun, angka prevalensi tercatat mencapai 45,9%, selanjutnya menanjak menjadi 57,6% pada rentang usia 65 tahun ke atas, dan mencapai puncak sebesar 63,8% pada kelompok usia 75 tahun ke atas. Ditinjau dari perspektif gender, data epidemiologis

mengungkapkan bahwa perempuan memiliki risiko yang lebih tinggi, dengan prevalensi 28,8%, sementara laki-laki tercatat pada angka 22,8%. (Falah, 2019).

Faktor penyebab meningkatnya prevalensi hipertensi bersifat kompleks dan multidimensional, mencakup serangkaian variabel risiko yang saling terkait. Terdapat kelompok faktor risiko yang memungkinkan intervensi dan modifikasi, di antaranya praktik merokok, pola hidup pasif atau kurang gerak, kebiasaan mengonsumsi garam dan lemak dalam jumlah berlebihan, serta konsumsi alkohol yang tidak terkendali. Kebiasaan-kebiasaan ini dapat menyebabkan perubahan fisiologis yang signifikan dalam tubuh, yang pada gilirannya mempengaruhi peningkatan tekanan darah, fluktuasi kadar gula, kenaikan kolesterol, dan kemungkinan terjadinya obesitas. Di sisi lain, terdapat faktor risiko yang bersifat bawaan dan tidak dapat diubah, seperti usia lanjut, jenis kelamin, dan riwayat genetik keluarga. Gejala klinis hipertensi pun sangat beragam, termasuk sakit kepala berkepanjangan, pusing mendadak, rasa lemas, kelelahan kronis, sesak napas, kegelisahan, mual, muntah, perdarahan hidung, hingga penurunan kesadaran (Irwan dan Sri, 2020).

Penanganan hipertensi membutuhkan pendekatan yang komprehensif, menggabungkan intervensi farmakologis dan nonfarmakologis. Strategi farmakologis berfokus pada konsumsi rutin obat antihipertensi dan pemantauan berkala sesuai anjuran medis. Sementara itu, pendekatan non-farmakologis melibatkan modifikasi gaya hidup yang menyeluruh, termasuk menjaga berat badan ideal, manajemen stres yang efektif, membatasi asupan garam, menghindari makanan tinggi kolesterol, serta menghentikan kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol (Ni Komang et al. , 2023).

Selain itu, untuk mengurangi risiko komplikasi pada pasien hipertensi, penting untuk melakukan upaya pencegahan yang didasarkan pada pemahaman. Ini mencakup tingkat pengetahuan individu tentang hipertensi yang dialaminya (Anggasari et al. , 2020). Pengetahuan diperoleh melalui pencarian informasi yang

mengubah ketidaktahuan menjadi pemahaman, memungkinkan seseorang untuk mengambil tindakan pencegahan atau penyembuhan terkait hipertensi. Pasien hipertensi perlu memiliki wawasan komprehensif yang mencakup aspek-aspek kunci, antara lain konsep dasar penyakit hipertensi, faktor-faktor pemicu, manifestasi klinis yang lazim terjadi, signifikansi kepatuhan terhadap regimen pengobatan, serta potensi risiko kesehatan yang mungkin muncul akibat ketidakdisiplinan dalam menjalani terapi. (Kurnia, 2021).

Perawat berperan tidak hanya sebagai pengasuh, tetapi juga sebagai konselor dan pengajar, yang memberikan perhatian serta dukungan sesuai dengan kebutuhan pasien hipertensi. Mereka menyampaikan informasi dan edukasi mengenai kesehatan, yang sangat penting dalam mendorong pasien untuk mengelola proses penyembuhan melalui penerapan self-management (Muryani et al. , 2020). Self-management diartikan sebagai kemampuan individu untuk merawat diri secara mandiri, yang pada gilirannya berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup (Furqani et al. , 2020). Praktik self-management bertujuan agar individu dapat lebih efisien dan efektif dalam mengelola kesehatan jangka panjang, terutama bagi mereka yang hidup dengan penyakit kronis seperti hipertensi (South et al. , 2019). Ada lima aspek penting dalam self-management hipertensi yang dapat diterapkan, yakni: menerapkan pola hidup sehat (manajemen stres dan istirahat), menjalani diet yang disiplin (mematuhi anjuran dan larangan makanan), berolahraga secara rutin selama 20-25 menit (seperti berjalan, berlari, atau bersepeda), menghindari rokok dan alkohol, serta mematuhi jadwal pengobatan untuk menjaga tekanan darah tetap terkendali (Rustandi dan Jupiter, 2019).

Serangkaian riset independen yang dilaksanakan oleh sejumlah peneliti berbeda telah menghasilkan temuan konsisten terkait korelasi antara tingkat pengetahuan dan kapasitas pengelolaan mandiri pada pasien hipertensi. Monica (2021) dalam penelitiannya di Surabaya mengidentifikasi hubungan kuat dengan nilai probabilitas statistik yang sangat signifikan. Kajian Yanti (2022) di Puskesmas Mengwi II turut mengkonfirmasi korelasi serupa melalui analisis statistik yang

mendukung. Demikian pula, Anisa et al. (2021) dalam studi mereka di Puskesmas Purwoyoso kembali memperkuat validitas temuan melalui hasil penelitian yang secara konsisten menunjukkan hubungan bermakna antara variabel yang diteliti.

Melalui studi pendahuluan yang penulis lakukan pada 18 November 2024 di Radjak Hospital Cileungsi, ditemukan bahwa selama enam bulan terakhir terdapat 1.430 penderita hipertensi, yang mencakup 14,3% dari total populasi. Wawancara dengan sepuluh penderita hipertensi mengungkapkan bahwa delapan dari mereka memiliki pemahaman yang kurang mengenai hipertensi dan pengelolaannya. Sebagian dari mereka tidak melakukan aktivitas fisik seperti olahraga ringan, masih mengonsumsi makanan tinggi garam, dan tidak disiplin dalam mengonsumsi obat hipertensi. Sementara itu, dua orang lainnya sudah memiliki pemahaman yang baik tentang hipertensi, melakukan olahraga ringan, mengurangi asupan garam, serta secara rutin mengonsumsi obat antihipertensi.

Penulis tertarik untuk menyelidiki kejadian ini lebih lanjut melalui sebuah penelitian dengan judul "Hubungan Tingkat Pengetahuan Hipertensi Dengan *Self Management* Pada Pasien Hipertensi Di Radjak Hospital Cileungsi".

### **1.1 Rumusan Masalah**

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan global yang berkontribusi terhadap peningkatan angka kematian dini di berbagai belahan dunia. Demikian pula halnya di Indonesia angka kejadian hipertensi mencapai 34,1%. Di Radjak Hospital Cileungsi penderita hipertensi mencapai 14,3% dari total populasi. Komplikasi yang mungkin terjadi akibat kondisi ini antara lain penyakit jantung, gagal ginjal, dan stroke. Sangat penting untuk mengelola hipertensi secara efektif untuk mencegah komplikasi tersebut. Salah satu aspek penting dalam pengelolaan hipertensi adalah self-management, yaitu kemampuan pasien untuk mengelola penyakitnya sendiri. Self-management hipertensi meliputi berbagai aktivitas seperti pemantauan tekanan darah, penggunaan obat, perubahan gaya hidup, dan pemantauan gejala. Pengetahuan tentang hipertensi dan self-management

merupakan faktor kunci yang mempengaruhi kemampuan pasien untuk mengelola penyakitnya. Namun, berdasarkan studi pendahuluan di Radjak Hospital Cileungsi dari hasil wawancara pada 10 pasien hipertensi 8 dari mereka memiliki pemahaman yang kurang mengenai hipertensi dan pengelolaannya. Oleh karena itu, penulis ingin tahu apakah terdapat korelasi antara tingkat kesadaran penderita hipertensi dengan kemampuan mereka dalam mengelola kondisinya secara mandiri pada pasien hipertensi di RSUD Radjak Cileungsi.

## **1.2 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan pengetahuan penderita hipertensi dengan kemampuannya dalam mengelola penyakitnya sendiri merupakan tujuan utama penelitian di RSUD Radjak Cileungsi.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui karakteristik demografis berdasarkan usia, jenis kelamin, pekerjaan, dan tingkat pendidikan pada pasien hipertensi yang dirawat di Radjak Hospital Cileungsi.
- b. Mengetahui gambaran tingkat pengetahuan pada pasien hipertensi di Radjak Hospital Cileungsi.
- c. Mengetahui gambaran *self Management* pada pasien hipertensi di Radjak Hospital Cileungsi.
- d. Mengetahui hubungan pengetahuan dan manajemen diri pasien hipertensi di RSUD Radjak Cileungsi.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini bertujuan untuk menghadirkan kontribusi akademis yang signifikan dalam ranah disiplin keperawatan, dengan fokus utama pada pengembangan wawasan komprehensif seputar dinamika pengetahuan dan strategi penanganan mandiri pada individu dengan kondisi hipertensi.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

#### **a. Untuk Institusi Pendidikan**

Penelitian ini bertujuan sebagai referensi akademis yang menyajikan gambaran menyeluruh dan memberikan kontribusi positif terhadap penelitian di masa depan. Fokus utamanya adalah mengidentifikasi celah pengetahuan yang masih ada dalam kajian mengenai hubungan antara tingkat pengetahuan dan manajemen diri pada pasien hipertensi, untuk memastikan bahwa temuannya selalu sesuai dengan kemajuan terbaru dalam sains dan teknologi.

#### **b. Untuk Tenaga Kesehatan**

Diharapkan bahwa penelitian ini dapat menjadi sumber informasi, bahan studi literatur, dan pengembangan ilmu pengetahuan terkait manajemen diri dalam memberikan perawatan keperawatan bagi pasien hipertensi.

#### **c. Untuk Pasien**

Diharapkan penelitian ini akan menghasilkan wawasan yang berharga dan mendorong pasien untuk menerapkan manajemen diri dalam mengatasi hipertensi, sehingga dapat meningkatkan motivasi mereka untuk menjaga kesehatan dan menurunkan prevalensi penyakit hipertensi.

#### **d. Untuk Peneliti**

Penelitian ini bertujuan untuk memperdalam pemahaman peneliti, mengembangkan kapasitas intelektual, serta memperkaya perspektif ilmiah terkait dinamika korelasi antara tingkat pengetahuan dan kemampuan pengelolaan mandiri individu yang mengalami kondisi hipertensi.