

## **BAB I**

### **LATAR BELAKANG**

#### **1.1 Latar Belakang**

Hipertensi, atau tekanan darah tinggi, adalah salah satu penyakit tidak menular yang paling sering ditemui secara global, dan kecenderungannya menjadi semakin umum seiring bertambahnya usia. Menurut data dari World Health Organization (WHO), sekitar 1,13 miliar orang di seluruh dunia menderita hipertensi, dan lebih dari 75% di antaranya berada di negara berkembang (WHO, 2021). Di Indonesia, angka kejadian hipertensi pada lansia mencapai usia 55-64 tahun sekitar 45,9%, usia 65-74 tahun sekitar 57,6%, dan usia di atas 75 tahun sekitar 63,8%. yang menunjukkan bahwa hipertensi menjadi problem kesehatan yang signifikan di kalangan populasi lansia (SDKI, 2022).

Lansia sering kali menghadapi berbagai tantangan dalam manajemen perawatan diri, termasuk keterbatasan fisik, penurunan fungsi kognitif, dan kurangnya pengetahuan tentang penyakit yang diderita. Karakteristik individu seperti usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan status sosial ekonomi dapat mempengaruhi kemampuan lansia dalam mengelola kesehatan mereka sendiri (Nugroho et al., 2020). Penelitian menunjukkan bahwa lansia yang memiliki pengetahuan yang baik tentang hipertensi cenderung lebih patuh dalam menjalankan manajemen perawatan diri, seperti mengonsumsi obat secara teratur, mengikuti diet yang dianjurkan, dan melakukan aktivitas fisik (Sari & Hidayati, 2019).

Manajemen perawatan diri yang baik sangat penting untuk mengendalikan hipertensi dan mencegah komplikasi yang lebih serius, seperti penyakit jantung dan stroke. Oleh karena itu, penting untuk memahami hubungan antara karakteristik lansia dengan manajemen perawatan diri pada penderita hipertensi. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi faktor-faktor yang mempengaruhi manajemen perawatan diri lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas, sehingga dapat memberikan wawasan bagi tenaga kesehatan dalam

merancang intervensi yang lebih efektif.

Hipertensi di Indonesia masih menjadi masalah kesehatan yang signifikan, dengan prevalensi mencapai 30,8% pada tahun 2023. Data terbaru menunjukkan bahwa pengendalian hipertensi melalui perubahan gaya hidup dan kesadaran masyarakat sangat penting untuk mencegah komplikasi serius. Hipertensi di tingkat lokal di Indonesia menjadi perhatian serius, dengan banyak daerah mengalami peningkatan kasus. Penanganan yang efektif melalui edukasi masyarakat dan akses ke layanan kesehatan sangat diperlukan untuk mengurangi dampak hipertensi. Sumber: Pedoman Pengendalian Hipertensi 2024, Kemenkes RI.

Menurut data Dinas Kesehatan Pandeglang, pada tahun 2022, dari total 36 Puskesmas yang ada, lima di antaranya mencatat kasus hipertensi tertinggi, yaitu Puskesmas Majasari (1.247 kasus), Munjul (1.118 kasus), Cimanuk (1.243 kasus), Cibitung (1.018 kasus), dan Cimanuk (1.275 kasus). Selanjutnya, laporan tahunan Dinas Kesehatan Pandeglang 2023 menunjukkan bahwa hipertensi menduduki peringkat ketiga dari 10 penyakit utama di wilayah tersebut dengan total 6.191 kasus. Dari 36 Puskesmas, Puskesmas Cimanuk merupakan penyumbang kasus terbanyak ketiga dengan 1.275 kasus, yang setara dengan 84% dari lima Puskesmas dengan kasus terbanyak di Pandeglang pada tahun tersebut. (Profil Dinkes Pandeglang, 2023)

Meningkatnya jumlah kasus hipertensi telah mendorong pemerintah untuk mengambil tindakan pencegahan dan pengendalian hipertensi yang di awali dengan melakukan peningkatan kesadaran masyarakat serta merubah gaya hidup ke arah yang lebih sehat, sehingga meningkatkan kualitas fasilitas kesehatan, mengajak masyarakat agar terdaftar menjadi anggota JKN, meningkatkan pencegahan dan pengendalian hipertensi berbasis masyarakat dan sebagai upaya untuk melibatkan masyarakat, pemerintah Kota Sungai Penuh menyelenggarakan kegiatan senam rutin setiap Minggu pagi yang bertempat di Lapangan Merdeka.

Perkembangan hipertensi dipengaruhi secara signifikan oleh berbagai faktor, termasuk kurangnya pengetahuan, sikap, pola makan, tingkat aktivitas fisik,

stres, dan kebiasaan merokok. Pengetahuan sangat penting dalam membentuk perilaku kesehatan, yang mencakup informasi dan keterampilan yang diperoleh dari pembelajaran dan pengalaman. Minimnya pengetahuan tentang hipertensi dapat berdampak pada kepatuhan pasien yang rendah terhadap pengobatan dan rekomendasi perawatan. Hal ini didukung oleh penelitian (Marchelinus Ota dkk, 2017) yang menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan dengan pengelolaan faktor risiko hipertensi, serta studi lain (Maryam Suaib et al., 2019) yang menemukan adanya kaitan antara pengetahuan dengan prevalensi hipertensi pada lansia (Utama, aditia, 2020).

Sikap didefinisikan sebagai kombinasi dari keyakinan atau kepercayaan individu terhadap suatu objek, disertai perasaan spesifik, yang kemudian menjadi landasan bagi cara seseorang berpikir dan bertindak (Suaib, 2019). Sikap juga mencerminkan reaksi positif seseorang terhadap objek yang dikaji. Secara keseluruhan, sikap atau gaya hidup yang dianut seseorang dapat memberikan dampak yang signifikan, baik positif maupun negatif, pada kehidupannya.

Penelitian yang dilakukan oleh Valdano A. Limbong dkk (2018), serta Rania Lani Marheni Kondoj dan Cesilia Kolsey (2018), keduanya menunjukkan adanya kaitan yang signifikan antara sikap pasien dengan kejadian hipertensi. Selain sikap, pola makan yang sehat yang dicirikan oleh keseimbangan, keberagaman, dan proporsi yang tepat juga menjadi faktor kunci. Secara spesifik, konsumsi natrium yang berlebihan, seperti dari makanan tinggi garam atau asin, dapat memicu hipertensi. Hal ini terjadi karena peningkatan natrium dalam darah menyebabkan cairan intraseluler ditarik keluar untuk menambah volume cairan ekstraseluler, yang pada akhirnya meningkatkan jumlah total volume darah, sehingga memicu terjadinya tekanan darah tinggi (Limbong et al., 2018).

Stres adalah reaksi nonspesifik tubuh terhadap tuntutan, dan stres yang intens serta berkelanjutan dapat meningkatkan risiko hipertensi. Hal ini disebabkan

oleh perubahan perilaku yang sering menyertai stres, seperti perubahan pola makan, penurunan aktivitas fisik, atau konsumsi alkohol berlebihan, yang secara tidak langsung berkontribusi pada peningkatan tekanan darah. Penelitian oleh Shirley Priscilla Gunawan dan Merryana Adriani (2020) mendukung hal ini, menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara stres dan tekanan darah tinggi ( $p = 0,001$ ). Studi tersebut menyimpulkan bahwa semakin rendah tingkat stres yang dialami seseorang, semakin rendah pula kemungkinan terjadinya pre-hipertensi dan hipertensi (Sistikawati, 2021).

Aktivitas fisik didefinisikan sebagai gerakan tubuh yang memerlukan energi, di mana jenis, durasi, dan intensitas kontraksi otot sangat menentukan. Kegiatan mengaktifkan tubuh ini sangat penting karena bermanfaat untuk menjaga kesehatan jantung dan pembuluh darah (Gunawan, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Hairil Akbar (2018) di Puskesmas Jatisawit menunjukkan bahwa aktivitas fisik ( $p = 0,049$ , OR = 2,390), konsumsi lemak ( $p = 0,003$ , OR = 6,500), konsumsi natrium ( $p = 0,029$ , OR = 2,647), dan obesitas ( $p = 0,016$ , OR = 2,941) memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian hipertensi pada lansia. Namun, riwayat keluarga ( $p = 0,629$ , OR = 1,263) tidak terbukti memiliki hubungan yang bermakna. Temuan ini dikuatkan oleh penelitian lain yang dilakukan oleh Lily Marleni (2020) di Puskesmas Merdeka Palembang pada tahun 2019, yang juga menemukan adanya relasi signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi.

Puskesmas Cimanuk, yang berlokasi di Jalan Raya Labuan KM 10, Kecamatan Cimanuk, mengelola wilayah kerja seluas kurang lebih 19.110 Ha dengan jumlah penduduk berusia di atas 15 tahun sebanyak 7.122 jiwa. Berdasarkan Profil Puskesmas Cimanuk tahun 2023, hipertensi menjadi masalah kesehatan utama karena menempati posisi tertinggi di antara 10 penyakit terbanyak. Meskipun jumlah kasus hipertensi secara umum tercatat 601 kasus, pada kelompok usia di atas 15 tahun, kasusnya mencapai 1.275 kasus dengan prevalensi 13,73%. (Profil Puskesmas Cimanuk, 2023)

Berbagai faktor seperti usia, jenis kelamin, tingkat kepatuhan, klasifikasi

NYHA (New York Heart Association), pendidikan, dukungan keluarga, dan depresi memengaruhi kualitas hidup serta manajemen perawatan diri pada pasien lansia dengan hipertensi. Penelitian oleh Mohammed et al. menemukan korelasi signifikan antara usia, jenis kelamin, dan kualitas hidup, di mana jenis kelamin terkait dengan komponen fisik dan psikologis, sementara usia berhubungan dengan keseluruhan aspek kualitas hidup. Namun, temuan ini kontras dengan penelitian Aprilia et al., yang tidak menemukan korelasi antara usia atau jenis kelamin terhadap hipertensi, mengemukakan bahwa faktor lain seperti fungsi fisik dan aktivitas lebih memengaruhi kondisi tersebut dan bahwa manajemen perawatan diri dapat diterapkan pada semua kelompok usia. Karena adanya perbedaan hasil penelitian ini, peneliti tertarik untuk mendalami lebih lanjut hubungan antara usia dan jenis kelamin dengan kualitas hidup pasien hipertensi.

Puskesmas Cimanuk tercatat sebagai fasilitas kesehatan dengan kasus hipertensi tertinggi di Kota Pandeglang, sebagaimana dikonfirmasi oleh hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti pada tanggal 8 April 2025 dengan mewawancara 10 orang responden didapatkan hasil masih rendahnya pengetahuan responden tentang hipertensi, kurang menerapkan aktivitas fisik, masih banyak yang mengkonsumsi rokok dikarenakan di kecamatan Cimanuk tepatnya masyarakat di Pandeglang banyak yang merokok karena rokok di daerah tersebut mudah di dapatkan dan juga di Pandeglang sudah beredar rokok tanpa pita cukai dan pastinya harganya lebih murah banyak masyarakat yang mampu membeli rokok tersebut. Selain itu rokok yang beredar di masyarakat sering kali merupakan jenis yang kurang dikenal publik atau tidak memiliki merek seperti yang biasa diiklankan. Selain itu, kebiasaan merokok tetap berlanjut bahkan ketika seseorang sedang sakit, meskipun mereka menyadari bahaya yang ditimbulkan. Pola makan masyarakat juga cenderung tidak sehat, ditandai dengan kurangnya asupan makanan bergizi seperti buah-buahan dan sayuran, serta konsumsi santan dan daging yang berlebihan.

Berdasarkan tingginya kasus hipertensi yang menjadi masalah utama penyakit tidak

menular di wilayah kerja Puskesmas Cimanuk, dan didukung oleh hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan, peneliti terdorong untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Karakteristik Lansia Dengan Manajemen Perawatan Diri Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cimanuk Kabupaten Pandeglang Tahun 2025”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Hasil penelitian terdahulu menunjukkan adanya perbedaan signifikan dalam manajemen perawatan diri hipertensi pada lansia, tergantung pada status tempat tinggal mereka. Studi oleh Nurfitasari (2023) melaporkan bahwa mayoritas lansia yang tinggal bersama pasangan (84,5%) menunjukkan manajemen perawatan diri yang baik. Sebaliknya, penelitian Meo (2023) menemukan bahwa lansia yang tinggal bersama anak-anak (46%) cenderung memiliki manajemen perawatan diri yang kurang baik (71%). Perbedaan ini diyakini terjadi karena kesibukan kerja anak-anak membuat mereka sulit memberikan informasi kesehatan yang akurat dan menyiapkan makanan diet yang sesuai dengan kebutuhan lansia penderita hipertensi.

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijelaskan, bahwa hipertensi adalah penyakit berbahaya yang harus ditindak lanjuti sedini mungkin, baik pencegahan dan juga saat pengobatannya. Maka rumusan masalah pada penelitian ini apa saja Hubungan Karakteristik Lansia Dengan Manajemen perawatan diri Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cimanuk Kabupaten Pandeglang Tahun 2025?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk menganalisis Hubungan Karakteristik Lansia Dengan Manajemen perawatan diri Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cimanuk Kabupaten Pandeglang Tahun 2025

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1.3.2.1 Mengidentifikasi karakteristik pengetahuan terhadap Manajemen perawatan diri di Wilayah Kerja BLUD UPT Puskesma Cimanuk

Kabupaten Pandeglang Tahun 2025

- 1.3.2.2 mengidentifikasi kemampuan manajemen perawatan diri pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cimanuk, Kabupaten Pandeglang, pada tahun 2025
- 1.3.2.3 Mengidentifikasi karakteristik usia terhadap Manajemen perawatan diri di Wilayah Kerja BLUD UPT Puskesma Cimanuk Kabupaten Pandeglang Tahun 2025
- 1.3.2.4 Mengidentifikasi karakteristik jenis kelamin terhadap Manajemen perawatan diri di Wilayah Kerja BLUD UPT Puskesma Cimanuk Kabupaten Pandeglang Tahun 2025
- 1.3.2.5 Mengidentifikasi karakteristik pekerjaan terhadap Manajemen perawatan diri di Wilayah Kerja BLUD UPT Puskesma Cimanuk Kabupaten Pandeglang Tahun 2025
- 1.3.2.6 Mengidentifikasi karakteristik sikap terhadap Manajemen perawatan diri di Wilayah Kerja BLUD UPT Puskesma Cimanuk Kabupaten Pandeglang Tahun 2025
- 1.3.2.7 Menganalisis hubungan karakteristik lansia dan manajemen perawatan diri di Wilayah Kerja BLUD UPT Puskesma Cimanuk Kabupaten Pandeglang Tahun 2025

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Puskesmas**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sumber pembelajaran dan kontribusi yang berharga bagi pihak-pihak yang menyusun program pengendalian penyakit tidak menular, khususnya hipertensi.

### **1.4.2 Program Studi Keperawatan Universitas MH Thamrin**

Penelitian ini bisa bermanfaat bagi mahasiswa sebagai referensi untuk menyelesaikan tugas mata kuliah.

### **1.4.3 Masyarakat**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai faktor-faktor penentu (determinan) hipertensi kepada masyarakat. Dengan demikian, masyarakat dapat melaksanakan program promotif dan preventif untuk mencegah peningkatan kasus hipertensi.

### **1.4.4 Peneliti Selanjutnya**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan wawasan bagi peneliti di masa mendatang, serta berfungsi sebagai bahan pembanding yang berguna untuk mendukung dan menyempurnakan penelitian-penelitian selanjutnya.