

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan kondisi peningkatan tekanan darah seseorang diatas batas normal yang dapat mengakibatkan peningkatan angka kesakitan morbiditas dan angka kematian mortalitas (Hariawan & Tatisina, 2020). Hipertensi atau tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol dapat mengakibatkan penyakit jantung koroner, stroke, infark miokard, penyakit arteri perifer dan gagal ginjal maupun kematian, sehingga perawatan diri dalam konteks pasien dengan penyakit kronis merupakan hal yang kompleks dan sangat dibutuhkan untuk keberhasilan manajemen serta control dari penyakit kronis tersebut (Eriyani et al., 2022). Meskipun demikian, banyak penderita berperilaku buruk dan tidak patuh dengan terapi anti hipertensi seperti: diet rendah garam, aktivitas olahraga fisik, tidak minum obat sesuai anjuran yang diresepkan, ketidakpatuhan pemantauan tekanan darah dan ketidakpatuhan dalam pemberhentian merokok karena nilai dan kepercayaan pasien. Hal ini bisa menyebabkan tekanan darah tetap tinggi dan resiko komplikasi meningkat, (Swakarsa et al., 2024).

Menurut data WHO (2015) dalam Kartika *et al.*, (2021) sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi, dengan satu dari setiap tiga orang di dunia di diagnosis dengan kondisi tersebut. Prevalensi hipertensi diperkirakan akan meningkat dua kali lipat, pada tahun 2025 dengan 1,5 juta orang menderita hipertensi dan 10,44 juta orang meninggal dunia karena hipertensi dan

komplikasi (WHO, 2021). Prevalensi hipertensi di Indonesia meningkat dari 25,8% pada tahun 2013 menjadi 34,1% pada tahun 2018 (Kemenkes RI, 2021). dengan presentase sebesar 34,1%. Hasil dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2023 mengindikasikan bahwa prevalensi hipertensi pada penduduk usia 18 tahun ke atas mencapai 34,15% Tingkat tertinggi tercatat di Kalimantan Selatan, mencapai 44,1%, sementara tingkat terendah terdapat di Papua, yaitu 22,2%. Bangka Belitung (menyentuh angka 30,9%), Kalimantan Selatan (presentase 30,8%), Kalimantan Timur (presentase 29,6%), Gorontalo (presentase 29,4%), Jawa Barat (presentase 29,4%), dan Sumatera Utara (25%). Hipertensi dapat ditemukan pada berbagai kelompok usia, seperti usia 31-44 tahun (31,6%), usia 45-54 tahun (45,3%), dan usia 55-64 tahun (55,2%) (Laurensia et al., 2023). Tingginya angka prevalensi disebabkan kurangnya penanganan dengan kualitas baik sehingga menimbulkan komplikasi lain semacam penyakit jantung koroner, stroke, gagal ginjal, diabetes, bahkan sampai kebutaan (Kemenkes RI, 2023).

Di Jawa timur sendiri prevalensi hipertensi sebesar 26,2%, dan prevalensi hipertensi pada umur ≥ 75 tahun sebanyak 62,4% dari Jumlah pasien hipertensi di Indonesia 63.309.620 (Riskesdas, 2023). Dinkes kota Surabaya menyebutkan bahwa hipertensi merupakan penyakit terbanyak nomer 3 pada tiga bulan terakhir Mei-Juli 2024 (Dinkes Surabaya, 2024). Berdasarkan survey di Puskesmas Mulyorejo, Hipertensi merupakan 10 penyakit terbanyak dan merupakan penyakit tidak menular urutan kedua setelah diabetes miltius. Data pasien hipertensi di wilayah Puskesmas Mulyorejo Surabaya pada 3 Bulan

terakhir Mei- Juli tahun 2024 sebanyak 123 pasien. Jenis kelamin laki-laki sebanyak 50 pasien dan perempuan sebanyak 72 pasien, dengan umur 20-60 tahun sebanyak 71 pasien dan umur >60 tahun sebanyak 52 pasien. Dari data puskesmas, masyarakat kecamatan Mulyorejo yang menderita hipertensi paling tinggi di kelurahan Mulyorejo yaitu sebanyak 40 orang, selanjutnya kelurahan Kalisari sebanyak 24 orang, kelurahan Sutorejo sebanyak 20 orang, kelurahan Manyar sabrangan sebanyak 10 orang, kelurahan Kalijudan dan Kejawan Putih masing-masing sebanyak 4 orang, sedangkan dari luar kecamatan Mulyorejo sebanyak 21 orang (Dinkes Surabaya, 2024)

Berdasarkan salah satu survei wawancara yang dilakukan di kelurahan Sutorejo Surabaya pada 5 pasien hipertensi didapatkan 1 pasien meyakini kesembuhan akan terjadi apabila dilakukan pemeriksaan tekanan darah dan rutin mengkonsumsi obat, 3 pasien berpendapat bahwa kurang bisa mengendalikan konsumsi makanan yang memicu peningkatan tekanan darah (seperti daging, jeroan dan lemak) dikarenakan apabila mengalami gejala pusing langsung minum obat namun masih yakin tekanan darah bisa terkendali, 1 pasien sisanya tetap rutin melakukan cek tekanan darah.

Selfcare management merupakan kemampuan dalam melakukan perawatan diri terhadap Kesehatan secara mandiri sesuai dengan peneatalaksanaan hipertensi yang telah dianjurkan dan merupakan tanggung jawab serta kesadaran diri bagi individu tersebut yang dapat dilakukan dengan beberapa cara antara lain, mengontrol tekanan darah secara rutin, menjaga pola makan dan gaya hidup, patuh minum obat dan mempunyai perilaku hidup sehat.

Self management lebih menunjuk pada pelaksanaan dan penanganan kehidupan seseorang dengan menggunakan suatu keterampilan yang dipelajari. Self management juga dapat menghindarkan konsep inhibisi dan pengendalian dari luar yang sering kali dikaitkan dengan konsep kontroldan regulasi. Self care management merupakan suatu strategi kognitif behavioural yang bertujuan untuk membantu pasien agar dapat mengubah perilaku negatifnya dan mengembangkan prilaku positifnya dengan jalan mengamati diri sendiri; mencatat prilaku-prilaku tertentu, pikiran, perasaan, dan tindakannya (Kholifah & Suratini, 2023)

Self-care management merupakan kemampuan seseorang untuk melakukan sesuatu secara mandiri, dalam melakukan kegiatan perawatan diri untuk menjaga kualitas hidup individu, individu mampu meningkatkan dan menjaga kesehatannya sehingga tercapai kesejahteraan yang optimal (Sosial et al., 2019). Ada 5 Komponen dalam *self care* managemen meliputi: Integrasi diri, regulasi diri, interaksi dengan tenaga kesehatan lainnya, pemantauan tekanan darah, dan kepatuhan tehadap aturan yang dianjurkan (Akhter, 2015).

Self care managemen pada pasien hipertensi meliputi 5 Komponen dalam *self care* diantaranya, integrasi diri seperti mengelola porsi dan pilihan makanan ketika makan, menghindari alcohol, latihan/olahraga untuk mengontrol tekanan darah dan berat badan dengan berjalan kaki, jogging, atau bersepeda selama 30-60 menit perhari, berhenti merokok, mengontrol stres dengan mendengarkan musik, istirahat, dan berbicara dengan anggota keluarga. Regulasi diri: Mengetahui penyebab berubahnya tekanan darah, mengenali tanda-tanda dan

gejala tekanan darah tinggi dan rendah, mengetahui situasi yang dapat mempengaruhi tekanan darah, membandingkan perbedaan antara tingkat tekanan darah. Interaksi dengan tenaga kesehatan lainnya meliputi berkolaborasi dengan penyedia layanan kesehatan untuk mengidentifikasi tekanan darah dan cara mengendalikan tekanan darah, Mengukur Tekanan Darah meliputi memeriksa tekanan darah ketika mengalami gejala tekanan darah rendah atau tinggi dan meminta orang lain untuk membantu dalam mengontrol tekanan darah.

Self care managemen pada pasien hipertensi merupakan bentuk upaya positif responden untuk mengoptimalkan kesehatan responden, mengontrol dan mengelola tanda dan gejala yang muncul, mencegah komplikasi dan meminimalkan gangguan pada fungsi tubuh. (Winata et al., 2018). *Self-care* management hipertensi sangat dibutuhkan agar pasien tidak mengalami penurunan kesehatan dikarenakan penyakit sering berulang, mengarah pada tindakan untuk mempertahankan perilaku yang efektif meliputi penggunaan obat yang diresepkan, mengikuti diet dan olahraga, pamantauan secara mandiri dan coping emosional dengan penyakit yang diderita (Fernalia et al., 2019). Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *self-management* pada pasien hipertensi diantaranya adalah pengetahuan, tingkat pendidikan, dukungan sosial, keyakinan diri (self efikasi) dan lama menderita penyakit hipertensi. Pengetahuan yang dimiliki oleh pasien akan meningkatkan rasa percaya diri dan menumbuhkan keyakinan pasien terhadap efektivitas pengobatan hipertensi. Oleh karena itu, pemahaman terhadap penyakit harus dilakukan secara

menyeluruh, baik faktor resikonya, diagnosanya, penanganannya maupun komplikasinya. *Self-care management* pada pasien hipertensi yang dilakukan secara efektif bermanfaat untuk meningkatkan kepuasan pasien dalam menjalani hidup, menurunkan biaya perawatan, meningkatkan rasa percaya diri dan kemandirian pasien, serta meningkatkan kualitas hidup pasien.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka perlu dilakukan studi kasus untuk mengetahui gambaran *Selfcare Management* Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Sutorejo.

1.2 Pertanyaan Penelitian

Bagaimanakah Gambaran *selfcare* manajemen pada pasien hipertensi di Puskesmas Sutorejo.

1.3 Objektif

1. Mengidentifikasi *selfcare* manajemen Integrasi diri pada pasien hipertensi di Puskesmas Kalijudan Suterojo Surabaya.
2. Mengidentifikasi *selfcare* manajemen Regulasi diri pada pasien hipertensi di Puskesmas Kalijudan Suterojo Surabaya.
3. Mengidentifikasi *selfcare* manajemen Interaksi dengan tenaga kesehatan pada pasien hipertensi di Puskesmas Kalijudan Suterojo Surabaya.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini dapat mendukung penerapan konsep pemberdayaan keluarga dalam melakukan perawatan anggota keluarga dengan hipertensi di masyarakat, serta memberikan masukan kepada perawat dalam

pemenuhan kebutuhan pasien yang menderita penyakit hipertensi yang ada dikomunitas / masyarakat. Selain itu untuk meningkatkan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi dalam bidang keperawatan medikal bedah maupun keperawatan komunitas.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

- 1) Dapat menambah pengetahuan dan pengalaman tentang penelitian.
- 2) Meningkatkan pengetahuan dalam mengidentifikasi *self care* pada pasien Hipertensi.

2. Bagi Perawat

Sebagai masukan bagi perawat yang berada di Puskesmas atau di Masyarakat dalam mengidentifikasi *selfcare* manajemen pada pasien hipertensi sehingga dapat digunakan sebagai dasar acuan maupun perbaikan kualitas dalam asuhan keperawatan khususnya bidang keperawatan medical bedah maupun komunitas.

3. Bagi Puskesmas

Terciptanya asuhan keperawatan profesional sehingga mutu pelayanan puskesmas terhadap kesehatan warga masyarakat dapat meningkat.

4. Bagi Pasien dan Keluarga

Terciptanya kesehataan responden dan keluarga yang optimal terhadap pelayanan keperawatan yang diberikan.

5. Bagi institusi pendidikan

Diharapkan dapat di pergunakan sebagai salah satu sumber bacaan untuk menambah wawasan bagi mahasiswa khususnya yang terkait dengan bidang keperawatan medikal bedah dan komunitas khusunya *selfcare* manajemen pada pasien hipertensi, pemberdaayan keluarga serta intervensi keperawatan dalam meningkatkan *selfcare*.

