BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi sering disebut dengan *the silent killer* dikarenakan banyak sekali penderita hipertensi yang tidak memahami tanda dan gejala hipertensi sebelum dilakukan adanya pemeriksaan (Nurhayati *et al*., 2023). Naiknya tekanan darah seseorang yang melebihi sistol 140 dan diastol 90, maka dinyatakan orang tersebut menderita hipertensi. Sering kali ditemukan bahwa orang penderita hipertensi akan mengalami tanda dan gejala seperti berubahnya retina,arteriol menyempit, pupil mengalami edema, rusaknya vaskuler, rasa sakit pada arteri coroner, ventrikel kiri mengalami hipertrofi, dan yang terakhir mengalami gangguan pada serebrovaskuler (Windahandayani *et al*., 2022). Hipertensi termasuk penyakit degeneratif yang memiliki tingkat kejadian tinggi, penyakit degeneratif merupakan suatu kondisi kesehatan dimana suatu organ atau jaringan terkait terus memburuk seiring berjalan waktu. Penyakit ini disebabkan oleh perubahan sel dalam tubuh, yang pada akhirnya mempengaruhi fungsi seluruh organ (Sari & Widiharti, 2021).

Lamanya penanganan hipertensi mampu membuat kualitas hidup seseorang terganggu seperti stress. Hipertensi membutuhkan penanganan yang lama karena penyakit ini tidak dapat disembuhkan. Maka *Self-Management* menjadi salah satu cara untuk meminimalisir adanya komplikasi yang mampu membuat terganggunya kualitas hidup seseorang (Setiawan, 2020). Oleh karena itu,perlunya penanganan cepat dan tepat sangat dibutuhkan bagi penderita hipertensi salah satunya dengan *Self-Management* yang baik. Hal ini guna untuk meminimalisir adanya sebuah

komplikasi yang lebih parah dan merugikan bagi pasien itu sendiri. Adapun beberapa komplikasi yang diakibatkan hipertensi antara lain ; Infark miokard, stroke, gagal ginjal, gagal jantung. Angioplasty, dimensia dan penyakit pembuluh darah perifer yang mampu berdampak terhadap kualitas hidup seseorang (Kurnia, 2021).

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa hipertensi merupakan salah satu kasus terbesar yang mendunia, menurut WHO hipertensi pada tahun 2019 dari 972 juta orang dengan persentase 26,4% orang terdiagnosa hipertensi di seluruh dunia (Kurniawan & Sulaiman, 2019). Sedangkan berdasarkan Riskesdas terjadi peningkatkan kasus secara nasional, di tahun 2013 prevalensi hipertensi didapatkan 25,8% yang akhirnya mengalami peningkatan menjadi 34,1% (Yuliaji *et al*., 2020).

Berdasarkan Kementrian Kesehatan Indonesia 2018 (Kemenkes., 2018). Di Indonesia prevalensi hipertensi menduduki peringkat ke-2 dari 10 penyakit di rumah sakit dengan presentase sebesar 4,67%. Di Jawa Timur hipertensi menduduki peringkat ke-6 dengan jumlah terbanyak berada di wilayah Surabaya didapatkan 313.960 jiwa penderita hipertensi (Ghnia *et al*., 2022). Sedangkan di Kabupaten Gresik presentase hipertensi 36,42%. Angka kejadian hipertensi dari tahun ke tahun mengalami sebuah peningkatan yang sangat signifikan hal tersebut tentu menjadi sebuah permasalahan serius untuk ditangani dengan segera dan tepat (Nurhayati *et al.*, 2023). Berdasarkan hasil analisis Dinas Kesehatan kabupaten gresik tahun 2020 angka pasien hipertensi tahun 2020 mencapai 1176 pasien dan masuk kedalam kasus *urgensi* (Dinkes, 2020).

Hipertensi membutuhkan perawatan lama dan bisa mengakibatkan terjadinya komplikasi, oleh karena itu besarnya angka peningkatan pada penderita hipertensi membutuhkan *Self-Management* yang tepat untuk menghindari tingkat keparahan dan mencegah terjadinya komplikasi penyakit lain. Selain itu *Self-Management* juga dilakukan guna untuk meningkatkan kualitas hidup pasien hipertensi menjadi lebih baik. *Self-Management* sendiri memiliki arti kemampuan seseorang dalam mempertahankan perilaku yang efektif. Salah satu *Self-Management* yang dapat dilakukan pada penderita hipertensi yaitu melakukan diet untuk menghindari kekambuhan hipertensi, rajin berolahraga, efektif minum obat yang telah diresepkan, memantau diri sendiri, dan mengontrol koping emosional secara tepat (Nabila *et al*., 2022).

Self-Management pada pasien hipertensi seharusnya sudah dikenalkan sejak orang tersebut mendapatkan diagnosa hipertensi, tetapi *Self-Management* pada pasien hipertensi tidak seluruhnya berhasil. Ada beberapa faktor yang mengakibatkan *Self-Management* pasien hipertensi mengalami kegagalan, seperti faktor yang dipengaruhi oleh tenaga kesehatan dimana tenaga kesehatan gagal melakukan komunikasi yang efektif dengan pasien hipertensi, dan tidak adanya kolaborasi yang baik antara petugas kesehatan dengan pasien hipertensi. Selain itu *Self-Management* pada pasien hipertensi juga harus didukung dengan fasilitas kesehatan yang memadai, dan ketersediaan obat yang cukup (Nurarifah & Damayanti, 2022).

Dengan adanya keberhasilan *Self-Management* maka kualitas hidup pasien hipertensi dapat meningkat.*Self-Management* yang buruk menyebabkan terjadinya komplikasi pada penderita hipertensi, karena kualitas hidup merupakan

pemahaman seseorang dalam memahami kondisi kesehatan secara umum dalam menjalankan peran dan fungsi fisik serta keadaan tubuh (Syahputra *et al*., 2019).

Intervensi dalam penanganan hipertensi secara mandiri sangat diperlukan untuk meminimalisir biaya pengobatan pasien, terdapat beberapa upaya untuk melakukan intervensi *Self-Management* secara mandiri. Seperti merubah dan menjaga gaya hidup yang lebih sehat, menghentikan kebiasaan merokok dan kebiasaan konsumsi alkohol, melakukan diet sehat, mengisi waktu luang dengan olahraga (Iyar *et al*., 2023).

Faktor- faktor yang berpengaruh dalam *Self-Management* antara lain: faktor pengetahuan, tingkat pendidikan orang tersebut, dukungan sosial, keyakinan diri, dan seberapa lama orang tersebut menderita hipertensi (Susanti *et al*., 2022). Tekanan darah menjadi sebuah problematika yang amat sering dibahas oleh peneliti-peneliti terdahulu dengan judul analisis *self care management* terhadap tekanan darah yang dikhususkan pada lansia (Pae *et al*., 2023). Namun, penelitian yang dilakukan saat ini memiliki perbedaan yang sangat signifikan dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya, peneliti tertarik untuk membahas mengenai hubungan *Self-Management* dengan kualitas hidup pasien hipertensi mengingat angka kejadian hipertensi setiap tahunnya selalu meningkat.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan banyaknya kasus hipertensi di Indonesia peneliti tertarik untuk meneliti dan mengetahui “Apakah ada hubungan *Self-Management* dengan kualitas hidup pasien hipertensi.”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan *Self-Management* dengan kualitas hidup pasien hipertensi di Puskesmas Slempit Kedamean Gresik.

1.3.2 Tujuan Khusus

1 Mengidentifikasi *Self-Management* pada pasien hipertensi di Puskesmas Slempit Kedamean Gresik.

2 Mengidentifikasi kualitas hidup pasien hipertensi di Puskesmas Slempit Kedamean Gresik.

3 Menganalisis hubungan *Self-Management* dengan kualitas hidup pasien hipertensi di Puskesmas Slempit Kedamean Gresik.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Manfaat yang di dapatkan dalam penelitian ini yaitu agar mahasiswa lebih memahami intervensi mengenai penanganan pasien hipertensi.

1.4.2 Bagi Institusi

Penelitian ini mendukung untuk pengambilan penelitian baru mengenai hubungan *Self-Management* dengan kualitas hidup pasien hipertensi.

1.4.3 Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat dijadikan acuan refrensi apakah ada hubungan antara *Self-Management* dengan kualitas hidup pasien hipertensi.

1.4.4 Bagi Keperawatan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai refrensi dalam mempromosikan kesehatan mengenai hubungan *Self-Management* dengan kualitas hidup pasien hipertensi, sehingga seluruh masyarakat yang sedang mengalami hipertensi lebih mudah memahami cara penanganan hipertensi yang tepat.