BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan penyakit yang bisa menyerang siapa saja baik tua maupun muda, baik kaya ataupun miskin. Penyakit hipertensi dikenal sebagai the sillent killer atau pembunuh yang diam – diam dan tidak diketahui datangnya, karena banyak kasus tidak timbul gejala dan tanda yang kha<mark>s hing</mark>ga terja<mark>di</mark> komplikasi yang serius dan secara tiba – tiba membawa kematian. Ketika seseorang terdiagnosa hipertensi maka orang tersebut dituntut untuk menjalani pengobatan seumur hidup secara rutin dan menjaga pola hidup sehat agar hipertensi dapat terkontrol dan tidak menimbulkan komplikasi, (Susilo, 2012). Hipertensi tanpa penanggulangan yang baik cendrung menimbulkan komplikasi seperti gagal jantung, stroke, gagal ginjal (Darmawan, 2012)

World Health Organization (WHO) mencatat pada tahun 2012 sedikitnya sejumlah 839 juta kasus hipertensi, dan diperkirakan menjadi 1,15% milyar pada tahun 2025. Sekitar 80% kenaikan kasus hipertensi terjadi terutama dinegara - negara berkembang. Rikesdas (2013), di Indonesia prevalensi hipertensi cukup tinggi yaitu sebesar 41%.

Menurut Dinkes RI 2013, dari data 33 propinsi di Indonesia

terdapat 5 propinsi yang kasus hipertensi tertinggi, yaitu Bangka Belitung (30,9%), Kalimantan Selatan (30,8%)

Kalimantan Timur (29,6%), Jawa Barat (29,4%), Gorontalo (29,4%), Sumatera Barat (22,6%). Kasus hipertensi di Kota Padang dilihat dari hasil laporan tahun 2014 Dinas Kesehatan Kota Padang, hipertensi berada pada posisi teratas, hal ini terjadi seiring dengan perubahan gaya hidup dan pola makan masyarakat. Laporan Tahunan Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2015 hipertensi termasuk kedalam penyakit terbanyak dialami oleh masyarakat dan Puskesmas Lubuk Buaya merupakan puskesmas dengan kasus hipertensi tertinggi dikota Padang pada tahun 2015.

Dalam pengobatan hipertensi diperlukan beberapa langkah yang harus dilakukan oleh penderita hipertensi dalam upaya mengontrol hipertensinya. Menurut Darmawan, (2012), dalam upaya mengontrol hipertensinya bagi pendarita hipertensi salain teratur meminum obat harus disertai dengan peru tidak merokok, lakukan olah raga secara teratur, kurangi berat badan jika overweigh, diet hipertensi yaitu kurangi sodium, alokohol dan kafein, makan dengan diet sehat termasuk didalamnya perbanyak makan buah dan kurangi lemak, serta mengendalikan stress dengan baik. Hal serupa juga diungkapkan oleh Anggraeni & Susilo (2012), dalam melakukan perawatan diri pasien hipertensi dapat dilakukan dengan mengurangi berat badan, diet gizi seimbang dan mengurangi garam, mengendalikan stres, tidak merokok dan tidak mengkonsumsi alkohol, olah raga teratur dan kepatuhan minum obat.

Namun masih banyak ditemukan pasien hipertensi yang tidak patuh dalam melakukan perawatan diri dengan baik, Bayouna et al, (2014).

Novian, (2013) dalam penelitiannya menemukan banyak pasien hipertensi yang tidak patuh dalam diit hipertensi. Dalam penelitian Barak et al, (2014) hipertensi yang tidak terkontrol banyak ditemukan pada pasien hipertensi dengan obesitas. Sementara Herawati data, (2011) menemukan banyak pasien hipertensi yang tidak terkontrol karena tidak mematuhi diit hipertensi dan kebiasaan olah raga yang tidak baik. Hairunisa et al, (2012) dalam penelitiannya menemukan hanya sedikit pasien hipertensi yang memiliki tekanan darah terkontrol akibat tidak patuh minum obat dan diet. Warren et al, (2012) dalam penelitiannya menemukan sering terpapar asap rokok menjadi hambatan dalam melakukan perawatan diri. Demikian juga dengan penelitian Sinubu, et al (2015) stres akibat beban kerja yang terlalu berat membuat tekanan darah mereka jadi tidak terkontrol. Demikian juga dengan hasil penelitian warrean et al, (2012) kebiasaan mengkonsumsi alkohol yang tinggi membuat tekanan darah mereka tidak terkontrol

Hipertensi dapat dikontrol dengan managemen diri yang baik serta kepatuhan pola hidup sehat (Susilo, 2012). Penanganan hipertensi dan lamanya pengobatan dianggap kompleks, pengobatan jangka panjang bahkan mungkin seumur hidup terkadang menimbulkan kejenuhan dari pasien (Triyanto, 2014). Diperlukan pengetahuan, kemampuan dan kepatuhan dari pasien dalam mengelola perilaku di kehidupan sehari - hari supaya hipertensi terkontrol dengan baik dan mencegah terjadinya komplikasi, (Harnila, 2013). Kurangnya pengetahuan, kesadaran pasien serta dukungan sosial kepada pasien hipertensi akan membuat pasien

hipertensi membiarkan pola hidup yang tidak sehat tersebut berlangsung terus dalam kehidupan sehari - hari tanpa tahu bahaya penyakit yang mengintai dibalik itu semua (Lingga, 2012). Untuk itu perawatan diri yang baik dan kemampuan dalam melakukan perawatan diri sangat perlu dilakukan oleh pasien hipertensi dalam mengontrol hipertensinya.

Didalam teori keperawatan terdapat model konsep keperawatan Orem yang dikenal dengan model Self Care, yaitu suatu wujud perilaku perawatan diri seseorang dalam menjaga kehidupan, kesehatan dan perkemb<mark>angan dan</mark> kehidupan sekitar untuk meningkatkan kesejahteraan serta mencegah percepatan penyakitnya. Self care dalam konteks pasien dengan penyakit kronis merupakan hal yang kompleks dan sangat dibutuhkan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien serta kontrol dari penyakit kronis (Laser & Lubkin, 2009 dalam Nursalam 2013). Dalam penelitian Findow et al, (2012) didapatkan hasil adanya hubungan antara kepatuhan perawatan diri yang baik dengan hipertensi terkontrol. Namun dalam penelitian Warren et al (2012), ditemukan masih banyak pasien hipertensi yang tidak terkontrol dan mengalami hambatan dalam melakukan perawatan diri karena faktor kurangnya pengetahuan, kurangnya dukungan keluarga, tidak adanya keyakinan dari pasien itu sendiri, dari pasien itu sendiri. Orem dalam Nursalam, (2013) faktor dasar, faktor predisposisi, faktor pemungkin dan faktor pendukung merupakan faktor yang dapat mempengaruhi seseorang dalam melakukan self care management dalam pengelolaan penyakitnya.

Pengetahuan tentang hipertensi dan bagaimana penatalaksanaanya sangat diperlukan oleh pasien hipertensi dalam mengontrol tekanan darahnya dengan baik. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (Notoatmodjo, 2007). Seseorang yang paham tentang hipertensi, berbagai penyebabnya dan bagaimana penatalaksanaannya maka akan melakukan tindakan sebaik mungkin agar penyakitnya tidak berlanjut (Setiawan, 2008). Mulyati, Yetty & Sukmarini (2013) dalam penelitiannya menemukan responden yang memiliki pengetahuan yang baik akan mampu merawat diri dengan baik. Sementara penelitian yang dilakukan oleh Prihanda, (2012) banyak pasien hipertensi yang tidak mematuhi aturan diet hipertensi karena kurangnya pengetahuan. Dalam sebuah journal of Public Health (2015) didapatkan tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan pengobatan pasien hipertensi.

Seseorang yang memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu melakukan perawatan diri yang baik, tentunya diharapkan bisa melakukan perubahan gaya hidup kearah yang lebih baik. Orem dalam Paula & Janet, (2009) keyakinan menjadi sentral dalam perawatan diri, dimana individu merasa yakin dan mampu dalam mempertahankan kesehatan dan kesejahteraaan dengan merawat diri mereka sendiri. Window, et al (2012) dalam penelitiannya menemukan masih banyak pasien hipertensi yang tidak mampu menahan dirinya untuk tidak mengkonsumsi alkohol, walaupun mereka tahu alkohol tidak baik untuk penderita hipertensi.

Demikian juga penelitian Prihanda, (2012) banyak ditemukan pasien hipertensi yang tidak mampu mengelola hipertensinya dengan baik sehingga berkembang menjadi hipertensi dengan komplikasi. Hal serupa juga ditemukan dalam penelitian Herwati, (2011) didapatkan masih banyak ditemukan pasien hipertensi yang tidak mampu mengelola diet dan kebiasaan olah raga dengan baik sehingga banyak ditemukan pasien hipertensi dengan obesitas dengan tekanan darah tidak terkontrol. Hal ini merupakan gambaran dari perawatan diri yang tidak baik dari pasien hipertensi.

Pekerjaan seseorang juga ikut berperan dalam usahanya melakukan perawatan diri supaya hipertensi dapat terkontrol dengan baik. Menurut Notoatmodjo, (2007) orang yang bekerja cendrung memiliki sedikit waktu bahkan tidak ada waktu untuk mengunjungi fasilitas kesehatan. Sementara dilihat dari hasil Unes journal of publich health (Novian, 2013) tidak ada hubungan antara pekerjaan dengan kepatuhan kontrol, diet hipertensi. Namun Herawati, (2011) dalam penelitian mendapatkan banyak pasien yang tidak bisa melakukan olah raga dikarenakan aktifitas yang padat oleh pekerjaan. Sementara pada penelitian Tumenggung, (2013), ditemukan ibu yang pekerjaannya hanya sebagai ibu rumah tangga cendrung memiliki hipertensi tidak terkontrol dikarenakan banyak berdiam diri dengan rutinitas yang suntuk, menonton, ngemil, tidak mematuhi aturan diet dan tidur siang lebih lama. Sementara hasil penelitian Rajasati, et al, (2015) didapatkan responden yang bekerja sebagai buruh memiliki self care yang

kurang baik karena terlalu sibuk dengan pekerjaan sehingga tidak patuh pada pengobatan, lupa minum obat dan tidak punya waktu khusus untuk berolah raga. Disini dapat dilihat bekerja ataupun tidak bekerja sama – sama mempengaruhi dalam *self care* hipertensi.

Pendidikan seseorang juga dapat mempengaruhi dalam usaha pemeliharaan kesehatan. Notoatmodjo, (2010) perubahan atau tindakan pemeliharaan dan peningkatan kesehatan didasarkan pengetahuan dan kesadarannya melalui proses pembelajaran. Dilihat dari Unes journal of public health, (2015) ditemukan tidak ada hubungan antara tingkat pendidikan dengan kepatuhan pengobatan hipertensi, malah ditemukan responden yang tidak patuh tersebut berasal dari pendidikan yang tinggi. Berbeda dengan hasil penelitian Fong, et al (2014) ditemukan responden yang berpendidikan rendah tidak melakukan pengendalian hipertensi dengan baik.

Petugas kesehatan juga memegang tanggung jawab untuk memantau individu dengan memberikan pengetahuan mengenai hipertensi untuk meminimalkan komplikasi. Dalam sebuah journal of reseach fundamental care on line, (2013) meneliti di daerah pedalaman Iran dan ditemukan gambaran perawatan diri pasien hipertensi yang kurang sebagai akibat dari kurangnya pemahaman mengenai hipertensi sehingga sangat dibutuhkan peran petugas kesehatan dalam meningkatkan kepatuhan perawatan diri, kejadian hipertensi yang cukup tinggi ditambah dengan pendidikan pasien yang rendah serta meningkatnya meningkatnya hipertensi dengan

komplikasi sehingga dibutuhkan peran dari petugas kesehatan. Di Semarang di sebuah journal of Public Health (2014) didapatkan hasil terdapat hubungan antara peran petugas kesehatan dengan kepatuhan pengobatan hipertensi, namun masih banyak ditemukan responden yang kurang mendapat dukungan dari petugas kesehatan. Dukungan petugas kesehatan sangatlah besar artinya bagi penderita hipertensi dalam pengelolaan penyakitnya.

Disamping diri pasien sendiri, dukungan sosial seperti keluarga sangat dibutuhkan oleh pasien hipertensi dalam melakukan perawatan diri disepanjang hidupnya. Depkes, (1998) dalam Sudiharto, (2012). Keluarga unit terkecil masyarakat terdiri dari beberapa orang yang tinggal satu atap dalam keadaan saling ketergantungan, Widyanto, (2012). keluarga bertujuan untuk menciptakan, mempertahankan budaya, dan meningkatkan perkembangan fisik, mental emosional serta sosial dari tiap anggota keluarga. Dalam penelitian Findlow, et al (2011) didapatkan banyak pasien hipertensi menghadapi hambatan dalam melakukan perawatan diri karena kurangnya dukungan keluarga sehingga terjadi komplikasi. Sementara dalam penelitian Warren, (2012) ditemukan salah satu penyebab ketidak patuhan perawatan diri pasien hipertensi adalah kurangnya dukungan dari keluarga. Hal serupa juga ditemukan dalam penelitian Prihanda, (2012) didapatkan hasil partisipan cendrung mengikuti pola makan yang ada dalam keluarga karena terkadang susah dalam mengatur diet secara terpisah terkadang akibat rendah lemak dan garam menyebabkan anggota keluarga lain merasakan tidak enaknya menu makanan. Dukungan keluarga yang dibutuhkan oleh pasien hipertensi seperti sikap, tindakan dan penerimaan terhadap pasien hipertensi, membantu mempersiapkan makan yang sehat untuk pasien hipertensi, mengingatkan jadwal minum obat, mengingatkan pola hidup sehat.

Puskesmas Lubuk Buaya merupakan Puskesmas rawatan yang berada di kecamatan Koto Tangah Puskesmas berada dipinggir jalan raya dengan akses yang mudah dijangkau dari berbagai arah. Puskesmas Lubuk Buaya merupakan fasilitas kesehatan tingkat pertama BPJS dan juga melayani pasien umum pada setiap hari kerja. Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti dengan petugas pemegang program hipertensi dan apoteker di Puskesmas Lubuk Buaya, jumlah pasien hipertensi dari bulan Januari sampai bulan Agustus 2016 sebanyak 420 orang dan pada umumnya pasien tersebut sudah memiliki kartu BPJS kesehatan. Kunjungan pasien hipertensi perbulannya sekitar 220 – 230 pasien, suatu angka yang menggambarkan kurangnya kesadaran dari pasien dalam melakukan kepatuhan pengobatan. Dari hasil wawancara masih banyak pasien hipertensi yang tidak patuh dengan pengobatan, tidak patuh dengan diit hipertensi, dan tidak menjalankan pola hidup sehat yang dapat dibuktikan dengan hasil tekanan darahnya.

Dalam hal usaha pengendalian hipertensi ini ada beberapa usaha yang dilakukan oleh petugas puskemas diantaranya senam Prolanis 3 kali dalam seminggu, konselling terutama untuk kasus hipertensi yang baru dikenal dan kegiatan penyuluhan rutin yang dilakukan setiap bulan, cek labor berkala dan membuat semacam buku kunjungan khusus untuk pasien hipertensi yang bisa dibawa pulang oleh pasien hipertensi yang gunanya untuk memantau keteraturan kunjungan dan melihat hasil tekanan darah pasien.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan 10 orang pasien hipertensi di dapatkan hasil 7 orang responden laki — laki dan 3 orang responden wanita dengan usia rata — rata diatas 40 tahun dengan pekerjaan ibu rumah tangga dan wiraswasta. 8 orang pasien cendrung tidak mematuhi aturan diet hipertensi dengan alasan susah mengatur makanan secara terpisah dan merasa bosan dengan diet rendah garam, 6 orang pasien jarang melakukan olah raga dengan alasan tidak punya waktu karena terlalu sibuk dengan perkerjaannnya, terdapat 3 orang pasien tidak patuh minum obat dengan alasan sering lupa, 5 orang pasien tetap merokok dengan alasan susah menghentikan kebiasaan merokok, semua responden tidak punya kebiasaan minum alkohol, 3 orang responden yang sering mengalami stres dalam hidup karena masalah rumah tangga.

Berdasarkan observasi yang dilakukan terhadap pasien hipertensi 4 orang masih terlihat merokok di puskesmas, 2 orang didampingi oleh keluarga dan yang lainnya datang sendiri, dan saat diwawancarai pasien dan keluarga mengatakan jarang mengingatkan pada pasien kapan harus minum obat, kapan harus kontrol, dan tidak menyediakan waktu khusus bagi pasien untuk melakukan olah raga.

Berdasarkan latar belakang tersebut, sehingga peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian tentang faktor - faktor yang berhubungan dengan self care pada pasien hipertensi dalam usaha mengendalikan tekanan darahnya. Fenomena tersebut tentu harus menjadi perhatian bagi kita bersama, mengingat hipertensi merupakan penyakit kronis yang harus dijalani seumur hidup. Bagaimana hendaknya kasus hipertensi yang cendrung meningkat dari setiap tahunnya ini tapi tidak menurunkankan kualitas hidup dari pasien itu sendiri. Bagaimana nantinya pasien hipertensi ini tetap bisa menjalani hidup dengan kualitas yang baik serta terhindar dari resiko komplikasi. Hal ini dapat terwujud tentunya apabila kepatuhan pasien terhadap perawatan diri terhadap penyakit hipertensi yang dilaksanakan dengan baik dan berkelanjutan disepanjang hidupnya, sehingga hipertensi dapat terkontrol dengan baik. Hal tersebut tentu dapat berjalan optimal dengan mengantisipasi faktor – faktor yang berhubungan dengan self care pasien hipertensi.

Hal ini kalau tidak menjadi perhatian bagi kita tentunya merupakan suatu ancaman kesehatan yang cukup besar terhadap pasien hipertensi, yang mana nantinya akan semakin banyak ditemukan pasien hipertensi yang tidak terkontrol dengan resiko komplikasi dikemudian hari, yang berdampak terhadap masa depan dan kualitas hidup dari pasien itu sendiri. Meningkatnya pasien hipertensi dengan komplikasi, tentunya memberi dampak terhadap umur harapan hidup, kualitas hidup pasien dihari depan serta dapat menjadi beban bagi anggota keluarga akibat komplikasi yang

diderita pasien tersebut. Dengan penelitian ini diharapkan nantinya didapatkan faktor – faktor apa saja yang mempengaruhi pasien hipertensi dalam mengontrol hipertensinya.

B. Penetapan masalah

Berdasarkan uraian latar belakang inilah, maka dapat dirumuskan masalah penelitiannya yaitu faktor – faktor apa sajakah yang berhubungan *self care* pasien hipertensi dalam mengontrol hipertensinya di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang.

C.Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor - faktor yang berhubungan dengan *self care* pasien hipertensi dalam mengontrol hipertensinya di Puskesmas Lubuk Buaya kota Padang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui distribusi frekwensi *Self Care* pasien hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang.
- b. Mengetahui distribusi frekwensi pengetahuan pasien hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang.
- Mengetahui distribusi frekwensi keyakinan pasien hipertensi di
 Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang
- d. Mengetahui distribusi frekwensi dukungan keluarga pasien hipertensi di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang

- e. Mengetahui hubungan pengetahuan dengan *self care* pasien hipertensi dalam mengontrol hipertensinya di puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang.
- f. Mengetahui hubungan keyakinan dengan self care hipertensi dalam
 - mengontrol hipertensinya di puskesmas Lubuk Buaya Kota Pad
- g. Mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan *self care* hipertensi dalam mengontrol hipertensinya di puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang.
- h. Mengetahui faktot yang paling berhubungan dengan *Self Care* hipertensi dalam mengontrol hipertensinya di puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat sebagai tambahan ilmu bagi profesi keperawatan dalam hal mengkaji faktor - faktor yang berhubungan dengan *self care* pasien hipertensi dalam mengendalikan hipertensinya dan memahami pentingnya mengetahui faktor - faktor yang berhubungan dengan *self care* pasien hipertensi dalam mengontrol hipertensinya.

2. Bagi Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang

Hasil penelitian ini nantinya dapat digunakan untuk mengoptimalkan faktor - faktor pendukung *self care* pasien hipertensi dalam mengontrol hipertensinya dalam rangka pengendalian hipertensi di tatanan layanan kesehatan dalam penyediaan layanan kesehatan yang berkualitas kepada pasien hipertensi

3. Bagi pasien

Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai acuan untuk menimbulkan kesadaran diri bagi pasien hipertensi dalak usaha meningkatkan pengetahuan, keyakinan diri untuk melakukan *Self Care* yang baik dalam usaha mengontrol tekanan darah dam nemcegah terjadinya komplikasi

4. Bagi Peneliti

Peneliti dapat memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan tentang faktor - faktor yang berhubungan dengan self care pasien hipertensi dalam mengontrol hipertensinya

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Data yang diperoleh dapat menjadi acuan informasi dan data dasar bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian tentang faktorfaktor yang berhubungan dengan *self care* pasien hipertensi dalam mengontrol hipertensinya

KEDJAJAAN