

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi tetap menjadi persoalan kesehatan yang memerlukan perhatian serius, baik secara global, nasional, maupun lokal. WHO pada tahun 2025 melaporkan bahwa sekitar 1,4 miliar orang diseluruh dunia menderita hipertensi pada tahun 2024, dan dua per tiga berasal dari negara berpenghasilan menengah ke bawah. Indonesia juga mengalami beban serupa, di mana hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 mencatat prevalensi hipertensi sebesar 30,8% pada kelompok usia dewasa. Kondisi ini diperparah oleh rendahnya kesadaran masyarakat dalam pemeriksaan tekanan darah secara teratur, kepatuhan minum obat, serta pengelolaan gaya hidup.

Di tingkat regional, Sumatera Barat menjadi salah satu provinsi dengan jumlah kasus hipertensi yang terus meningkat. Berdasarkan laporan dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat pada tahun 2024, Kota Padang sebagai ibu kota provinsi, tercatat memiliki lebih dari 23 ribu kasus hipertensi pada tahun 2024, sehingga menjadi wilayah dengan jumlah kasus tertinggi. Tingginya kasus hipertensi di Kota Padang tidak hanya berkaitan dengan faktor gaya hidup modern, tetapi juga dipengaruhi oleh rendahnya perilaku perawatan diri masyarakat.

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2025, terdapat 24 unit Puskesmas dari total 11 kecamatan di Kota Padang. Puskesmas Andalas merupakan salah satu puskesmas pada Kecamatan Padang Timur yang menempati posisi ke-7 kasus hipertensi terbanyak dari 24 total puskesmas di Kota Padang, yaitu berjumlah 3.265 orang penderita hipertensi dan penderita hipertensi yang mendapat pelayanan kesehatan berjumlah 2.917 orang.

Hipertensi sebagai penyakit kronis membutuhkan manajemen jangka panjang melalui perilaku perawatan diri. Menurut teori *Self-Care Deficit* dari Dorothea Orem, setiap individu memiliki kemampuan untuk merawat diri sendiri, namun kemampuan tersebut dapat menurun akibat keterbatasan pengetahuan, kondisi kesehatan, maupun faktor lingkungan (Orem, 2001). Strategi kunci untuk mengontrol tekanan darah adalah perilaku perawatan diri pasien. Perawatan diri ini mencakup pada kepatuhan dalam mengonsumsi obat antihipertensi, pengaturan diet rendah garam dan lemak, aktivitas fisik teratur, pemantauan tekanan darah mandiri secara berkala, serta pengendalian stress. Rendahnya perilaku perawatan diri ini dapat meningkatkan risiko komplikasi seperti stroke, gagal ginjal, dan penyakit coroner, yang akhirnya bisa berdampak pada kualitas hidup penderita hipertensi (Darvishpour et al., 2022).

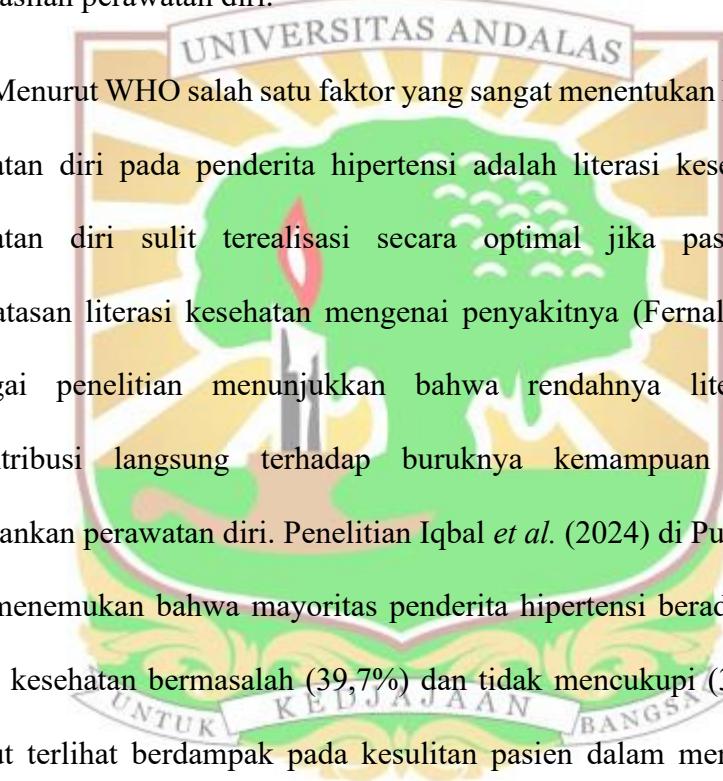
Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Gusty *et al.* (2020) bahwa perilaku perawatan diri penderita hipertensi di Kota Padang masih rendah, terutama pada kepatuhan aktivitas fisik (10,4%), penerapan diet rendah garam (16,9%), manajemen berat badan (20,8%), dan kepatuhan minum obat (37,7%). Data tersebut menggambarkan bahwa sebagian besar penderita belum mampu

mengelola hipertensinya secara mandiri, sehingga risiko komplikasi semakin meningkat.

Rendahnya perilaku perawatan diri juga terlihat pada berbagai penelitian lainnya di Indonesia. Penelitian Rahmatillah *et al.* (2025) menunjukkan bahwa 64,5% penderita hipertensi berada pada kategori perilaku perawatan diri rendah. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Isania *et al.* (2024) yang melaporkan 61,5% responden memiliki perawatan diri rendah akibat kurangnya kepatuhan mengikuti instruksi tenaga kesehatan. Selain itu, penelitian Rahmatillah *et al.* (2025) juga menemukan bahwa 81,6% responden memiliki perilaku perawatan diri rendah karena tidak pernah membaca informasi gizi terutama terkait kandungan garam. Penelitian Pertiwi *et al.* (2021) juga menjelaskan bahwa banyak penderita hipertensi berada pada kategori perawatan diri rendah akibat penurunan aktivitas fisik seiring bertambahnya usia dan kurangnya informasi mengenai penanganan hipertensi.

Rendahnya perilaku perawatan diri yang ditemukan pada berbagai penelitian tersebut menunjukkan adanya hambatan yang bersifat mendasar. Salah satu faktor yang paling berpengaruh adalah kemampuan pasien dalam memahami dan menggunakan informasi kesehatan yang berkaitan dengan hipertensi. Penelitian di Kota Padang menunjukkan bahwa banyak pasien mengalami kesulitan dalam menerapkan rekomendasi perawatan, bukan semata karena tidak mau, tetapi karena tidak mampu menginterpretasikan informasi kesehatan secara tepat (Iqbal *et al.*, 2024). Temuan tersebut sejalan dengan Gusty *et al.* (2020) yang menyebutkan bahwa rendahnya kepatuhan aktivitas fisik, diet,

dan pengobatan pada penderita hipertensi dipengaruhi oleh kurangnya pemahaman terhadap instruksi kesehatan secara benar. Selain itu, penelitian Darvishpour *et al.* (2022) juga menegaskan bahwa keterbatasan literasi kesehatan berdampak langsung pada rendahnya kemampuan perawatan diri pada penyakit kronis. Kondisi ini menunjukkan adanya faktor krusial yang perlu diteliti lebih jauh, yaitu literasi kesehatan sebagai salah satu penentu utama keberhasilan perawatan diri.



Menurut WHO salah satu faktor yang sangat menentukan kualitas perilaku perawatan diri pada penderita hipertensi adalah literasi kesehatan. Perilaku perawatan diri sulit terealisasi secara optimal jika pasien mengalami keterbatasan literasi kesehatan mengenai penyakitnya (Fernalia *et al.*, 2021). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa rendahnya literasi kesehatan berkontribusi langsung terhadap buruknya kemampuan pasien dalam menjalankan perawatan diri. Penelitian Iqbal *et al.* (2024) di Puskesmas Padang Pasir menemukan bahwa mayoritas penderita hipertensi berada pada kategori literasi kesehatan bermasalah (39,7%) dan tidak mencukupi (30,8%). Kondisi tersebut terlihat berdampak pada kesulitan pasien dalam mengikuti instruksi terapi, ketidaktepatan dalam menerapkan pola makan yang dianjurkan, serta kurangnya keteraturan dalam melakukan pemantauan tekanan darah. Temuan ini memperkuat bahwa kemampuan literasi kesehatan yang rendah menjadi salah satu hambatan utama dalam pelaksanaan perilaku perawatan diri secara efektif.

Hubungan antara literasi kesehatan dan perilaku perawatan diri pada pasien hipertensi telah dibuktikan dalam beberapa penelitian. Dalam penelitian

Andi et al. (2024) di Indonesia menemukan bahwa tingkat literasi kesehatan yang rendah berdampak pada buruknya perilaku perawatan diri hipertensi. Penelitian Barati et al. (2020) di Iran juga melaporkan bahwa 29,2% responden yang memiliki literasi kesehatan yang tidak bagus dan sebagian besar dari kelompok ini menunjukkan perilaku perawatan diri yang rendah. Konsistensi dari beberapa penelitian ini memperkuat bahwa literasi kesehatan merupakan hal penting yang dapat memengaruhi perilaku perawatan diri pada penderita hipertensi. Dengan kata lain, semakin rendah literasi kesehatan seseorang, semakin rendah pula kemampuan mereka dalam menjalankan perawatan diri yang efektif. Hal ini sejalan dengan teori *Orem*, yang menekankan bahwa seseorang tidak dapat melakukan perawatan diri secara optimal apabila tidak mampu memahami tindakan kesehatan yang diperlukan.

Meskipun penelitian terkait perilaku perawatan diri dan literasi kesehatan telah dilakukan di Kota Padang, namun keduanya belum menghubungkan kedua variabel tersebut secara langsung. Selain itu, belum ada penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Andalas. Ketiadaan penelitian ini menimbulkan kesenjangan ilmiah yang perlu diteliti. Peneliti mengambil tempat penelitian di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang, berdasarkan laporan dari Puskesmas Andalas Kota Padang, didapatkan data dari bulan Januari 2025 hingga bulan Agustus 2025 sebanyak 1.360 kasus hipertensi usia 18 – 65 tahun. Dari data tersebut rata-rata orang dewasa yang berkunjung pada bulan Januari hingga Agustus 2025 terdapat sebanyak 170 yang mengalami penyakit tersebut.

Berdasarkan uraian diatas, oleh karena itu penelitian ini penting dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Literasi Kesehatan dengan Perilaku

