

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi telah diidentifikasi sebagai salah satu faktor risiko penyebab utama penyakit kardiovaskular (CVD), termasuk penyakit jantung, pembuluh darah perifer, stroke, serta penyakit ginjal. Pemahaman tentang epidemiologi dasar hipertensi sangat penting untuk upaya kesehatan masyarakat dan klinis yang efektif untuk mencegah, mendeteksi, mengobati, dan mengontrol kondisi umum ini (George L, 2013).

Seiring bertambahnya usia populasi, penyakit kardiovaskular (CVD) sebagai penyebab utama kematian pada orang dewasa menjadi semakin jelas. Salah satu alasan utama tren ini adalah pola perubahan tekanan darah dan peningkatan prevalensi hipertensi seiring bertambahnya usia (sekitar 1 miliar orang di seluruh dunia). Menurut *The Seventh Report of the Joint National Committee on Prevention, Detection, Evaluation and Treatment of High Blood Pressure (JNC-7)* menjelaskan bahwa hipertensi sudah menjangkiti lebih dari dua per tiga individu yang setelah berusia 65 tahun. Berdasarkan pada data yang dikeluarkan *Framingham Heart Study* mengungkapkan bahwa pria dan wanita yang terbebas dari hipertensi yang berusia 55 tahun ini memperlihatkan bahwasannya risiko seumur hidup yang tersisa untuk pengembangan hipertensi hingga 80 tahun masing-masing adalah 93% dan 91%. Dengan kata lain bahwa 90% lebih individu yang terbebas dari

hipertensi yang berusia 55 tahun yang nantinya akan mengalami pengembangan selama sisa hidupnya tersebut (Lionakis et al., 2012).

Menurut Muli (2020), prevalensi hipertensi di Jerman pada orang dewasa berusia 65-94 tahun adalah 73,8%, yang berarti 3 dari 4 orang dewasa yang lebih tua memiliki tekanan darah tinggi. Prevalensi penderita hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun di Indonesia sebesar 34,1%. Prevalensi hipertensi usia ≥ 18 tahun pada setiap provinsi termasuk cukup tinggi. Prevalensi tertinggi diduduki oleh Provinsi Kalimantan Tengah sebesar 44,1%, Jawa Barat sebesar 39,6%, dan Kalimantan Timur sebesar 39,3%. Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian (Riskesdas, 2018).

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) di Provinsi Jawa Tengah prevalensi penderita hipertensi sebesar 37,57%. Di Kabupaten Semarang, jumlah estimasi penderita berusia ≥ 15 tahun yang menderita hipertensi ialah sejumlah 34.322 orang dari jumlah total hipertensi ialah sejumlah 8.272 (24,1%) orang yang telah mendapatkan pelayanan hipertensi sesuai standar. Kasus tertinggi hipertensi terdapat di Kecamatan Getasan (Puskesmas Getasan) ialah sejumlah 3.385 orang. Di Kecamatan Tengaran (Puskemas Tengaran) ialah sejumlah 3.000 orang, dan di Kecamatan Bergas (Puskesmas Bergas) ialah sejumlah 2.935 orang (Profil Kesehatan Kabupaten Semarang, 2020).

Tujuan dan strategi pengobatan hipertensi pada populasi lanjut usia berbeda dan lebih menantang daripada pasien yang lebih muda. Modifikasi gaya hidup efektif pada populasi ini, tetapi sulit untuk mempertahankannya. Banyak obat antihipertensi yang tersedia, dengan diuretik thiazide menjadi pilihan pengobatan lini pertama. Beta-blocker dan alpha-blocker umumnya tidak direkomendasikan pada populasi ini. Mayoritas pasien yang lebih tua akan membutuhkan 2 atau 3 obat antihipertensi untuk mencapai tujuan BP (Nguyen et al., 2012). Selain penggunaan obat antihipertensi, *self-care management* dapat diterapkan agar semakin rendah tekanan darah lansia yang mengalami hipertensi.

Self-care management didefinisikan sebagai tindakan yang secara mandiri dilaksanakan seorang individu guna memenuhi berbagai kebutuhan dalam melaksanakan pengaturan perkembangan dan juga fungsi dari seorang individu (Handriana & Hijriani, 2020). Menurut (Sentana, 2013), *self-care management* pasien hipertensi dipengaruhi oleh frekuensi pemberian dosis sesuai dosis yang ditentukan, pemantauan tekanan darah secara teratur, aktivitas fisik seperti aktif berjalan, pengurangan asupan garam yang berlebihan, dan peningkatan konsumsi sayur dan buah. Hal ini untuk menghindari komplikasi. Untuk melakukan manajemen perawatan diri yang baik, pasien perlu dimotivasi untuk berhasil melakukan proses pengobatan yang sedang berlangsung.

Motivasi yang baik untuk pasien hipertensi digambarkan sebagai kepatuhan terhadap pengobatan dan perubahan gaya hidup. Pasien hipertensi

aktif dapat memahami pentingnya perubahan gaya hidup dan kepatuhan minum obat bagi pasien hipertensi. Kegiatan perawatan diri hipertensi menguraikan strategi yang dapat digunakan untuk meningkatkan perawatan diri pasien hipertensi (Arini & Kartika, 2019).

Menurut (Putri et al., 2021), efek dari *self-care management* yang positif pada kepatuhan terhadap merawat diri sendiri ($p < 0,001$) dan status kesehatan ($p < 0,001$). Lansia penderita hipertensi mengatakan bosan mengkonsumsi obat hipertensi dalam jangka waktu yang lama dan lebih memilih untuk tidak mengkonsumsi obat hipertensi, dan lebih memilih mengkonsumsi tanaman obat dan obat tradisional. Kebutuhan untuk memotivasi perubahan perilaku pada lansia dengan hipertensi dan untuk mempromosikan perawatan diri mereka adalah *Health Belief Model* (HBM). HBM adalah teori perlindungan yang bertujuan untuk mencegah perkembangan tingkat lanjut hipertensi.

Dalam konteks self-management / treatment hipertensi, *American Heart Association* (AHA) merekomendasikan perubahan perilaku pengobatan sendiri yang terdiri dari diet rendah garam, diet sehat, aktivitas fisik, pengurangan merokok dan alkohol, pengurangan stres, dan pengurangan Paparan polusi dan paparan udara dingin. Sayangnya, tidak semua pasien dapat mengatasi penyakitnya dengan baik. Di Indonesia, prevalensi penderita hipertensi cukup tinggi, namun kesadaran akan penyakit tersebut hanya 42,9% dan 14,3%, menurut sebuah penelitian berdasarkan data Indonesia Family Life Survey (IFLS5). Dengan mengacu pada data tersebut, keberhasilan

pengelolaan hipertensi di Indonesia masih kurang, semakin memperkuat fenomena perlunya upaya serius dari berbagai disiplin ilmu. *Self-care* merupakan langkah penting yang harus dilakukan sebagai bagian integral dari pengelolaan kasus hipertensi. *Self-care management* yang tidak baik dari hipertensi berkorelasi dengan peningkatan insiden komplikasi penyakit (Salami, 2021).

Intervensi *self-care management* telah terbukti efektif dalam meningkatkan kepatuhan perawatan diri dan kesehatan setelah mengelola etnis dan riwayat merokok. Manajemen diri yang baik dapat meningkatkan kepatuhan perawatan diri dan status kesehatan pada lansia penderita hipertensi. Jika lansia dengan hipertensi mempraktikkan manajemen diri yang tepat, mereka dapat mencegah hipertensi dan mengambil tindakan untuk mencegah efek hipertensi. Manajemen diri membantu menilai kemampuan orang tua untuk mengelola dan menjaga kesehatan mereka. Pencegahan dan pengelolaan hipertensi dapat digalakkan melalui penyuluhan dan pembinaan manajemen diri (Putri et al., 2021). Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap *self-care management* pada lansia hipertensi yaitu adanya dukungan keluarga. Apabila dukungan keluarga diberikan dengan baik, maka akan baik juga *self-care management* pada lansia hipertensi.

Dukungan keluarga ini didefinisikan sebagai wujud dari sikap memberikan layanan yang suatu keluarga sediakan, baik itu yang berwujud instrumental, informasional, penilaian, penghargaan, dan juga emosional. Keluarga ialah sebagai suatu tempat yang damai dan juga nyaman yang

membantu proses berlangsungnya pemulihan atas suatu penyakit tertentu. Hal ini terjalin disebabkan bahwa seorang individu tidak memungkinkan untuk memenuhi berbagai kebutuhan secara psikologis dan juga ragawinya secara mandiri dan sendirian. Seorang individu membutuhkan dukungan sosial, yang mana satu di antaranya ialah bersumber dari keluarganya sendiri (Bisnu et al., 2017).

Hasil penelitian (Utami & Hudiyawati, 2020) menunjukkan responden dengan dukungan keluarga rendah mayoritas memiliki *self-management* yang kurang. Sedangkan pada responden dengan dukungan keluarga tinggi mayoritas memiliki *self-management* yang baik. Terdapat pengaruh yang positif antara dukungan keluarga dengan *self-management* pada penderita penyakit kronis. Penderita dengan penyakit kronis dapat lebih percaya diri dan melakukan *self-management* dengan baik jika mendapatkan dukungan keluarga yang baik pula.

Mengacu pada penelitian terdahulu yang dilaksanakan pada Puskesmas Bergas di bulan September 2021, dihasilkan data lansia yang menderita hipertensi ini, yakni ialah sejumlah 175 orang. Berdasarkan pada hasil wawancara terhadap 10 lansia tentang dukungan keluarga didapatkan 6 orang dengan dukungan keluarga baik, akan tetapi terdapat 3 lansia tergolong dalam *self-care management* dengan kategori kurang dan 3 lansia dalam kategori baik. Sedangkan 4 lansia lainnya dengan dukungan keluarga kategori kurang terdapat 2 lansia dengan *self-care management* baik dan 2 lansia dengan *self-care management* kurang. Terdapat kesenjangan situasi antara dukungan

keluarga dan *self-care management* pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Bergas.

Berdasarkan dari penelusuran peneliti dari hasil penelitian sebelumnya terdapat kesenjangan hasil. Menurut hasil penelitian terdahulu Wachyu et al., (2014) menyatakan tidak ada hubungan dukungan keluarga dengan *self-care management* pada lansia dengan hipertensi. Hal ini berbeda dengan hasil penelitian Mahfud et al., (2019) yang menyatakan ada hubungan antara kedua variabel tersebut.

Berdasarkan hal tersebut dan kesenjangan yang peneliti temukan, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan Dukungan Keluarga dengan *Self-care Management* Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Bergas”.

B. Rumusan Masalah

Mengacu pada uraian latar belakang penelitian ini, dengan ini bahwa rumusan permasalahan penelitian ini ialah apakah terdapat hubungan dukungan keluarga dengan *self-care management* pada lansia hipertensi di Wilayah Puskesmas Bergas.

C. Tujuan Penelitian

1 Tujuan Umum

Penelitian ini secara umum tujuannya ialah agar memahami keterkaitan hubungan dukungan keluarga dengan *self-care management* terhadap lansia hipertensi yang terdapat pada Wilayah Puskesmas Bergas.

2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi gambaran dukungan keluarga pada lansia hipertensi di Wilayah Puskesmas Bergas.
- b. Mengidentifikasi gambaran *self-care management* pada lansia hipertensi di Wilayah Puskesmas Bergas.
- c. Mengidentifikasi hubungan dukungan keluarga dengan *self-care management* pada lansia hipertensi di Wilayah Puskesmas Bergas.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Responden penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan akan dapat menyediakan berbagai manfaat pada lansia hipertensi supaya nantinya dalam melakukan *self-care management* ini berlangsung dengan baik untuk mengurangi komplikasi hipertensi dan meningkatkan kualitas hidup.

2. Bagi Keluarga dengan Lansia

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan pengetahuan mengenai pentingnya dukungan keluarga untuk meningkatkan *self-care management*, agar kualitas hidup keluarga dengan lansia dapat meningkat.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi data untuk peneliti selanjutnya.