BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang berkembang secara perlahan dan sering kali tidak menimbulkan gejala, namun berisiko menyebabkan komplikasi serius seperti stroke, penyakit jantung koroner, gagal jantung, dan gagal ginjal apabila tidak dikontrol secara konsisten. World Health Organization menyebutkan bahwa hipertensi merupakan salah satu faktor risiko utama kematian dini akibat penyakit kardiovaskular di dunia. Meskipun terapi antihipertensi tersedia luas, masih banyak pasien yang tekanan darahnya belum terkontrol dengan baik. Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan pengendalian hipertensi tidak hanya bergantung pada pengobatan, tetapi juga pada kemampuan pasien dalam melakukan self-management secara berkelanjutan, seperti kepatuhan minum obat, pengaturan diet, aktivitas fisik, dan pemantauan tekanan darah. Pedoman dari Ito et al., (2024) juga menegaskan pentingnya edukasi dan perubahan perilaku dalam pengelolaan hipertensi. Dalam hal ini, pemberian konseling oleh perawat menjadi komponen penting karena melalui edukasi, motivasi, dan pendampingan yang terstruktur, perawat dapat meningkatkan pemahaman dan konsistensi pasien dalam mengelola penyakitnya, sehingga pengendalian tekanan darah dan pencegahan komplikasi jangka panjang dapat tercapai.

Self-management pada pasien hipertensi meliputi berbagai hal, seperti rutin minum obat, memantau tekanan darah secara mandiri, mengurangi

konsumsi garam, berolahraga secara teratur, mengelola stres, dan menghindari kebiasaan yang berisiko. Namun perilaku tersebut tidak serta-merta terbentuk hanya karena pasien telah mendapatkan informasi. Banyak faktor yang memengaruhi, mulai dari cara pasien memandang penyakitnya, tingkat pemahaman, keyakinan terhadap manfaat pengobatan, hingga dukungan dari tenaga kesehatan. Tanpa pendampingan dan penguatan yang berkelanjutan, pasien cenderung kembali pada kebiasaan lama yang kurang mendukung pengendalian tekanan darah (Kashum & Bahari, 2026).

Secara teori, konsep Self-Care Deficit dari Dorothea Orem menjelaskan bahwa seseorang dapat mengalami keterbatasan dalam merawat dirinya ketika tuntutan penyakit melebihi kemampuannya. Dalam situasi tersebut, perawat memiliki peran untuk memperkuat kapasitas pasien melalui pendekatan edukatif dan suportif. Sementara itu, Health Belief Model menekankan bahwa perubahan perilaku sangat dipengaruhi oleh persepsi individu terhadap risiko, tingkat keparahan, manfaat tindakan, serta hambatan yang dirasakan. Konseling yang tepat seharusnya mampu memengaruhi faktor-faktor tersebut sehingga pasien terdorong untuk menjalankan self-management secara konsisten (Nurfadhilah et al., 2025).

Dalam praktik keperawatan, konseling menjadi salah satu pendekatan penting untuk membantu pasien membentuk perilaku kesehatan yang lebih baik. Konseling yang ideal tidak hanya berisi penyampaian informasi, tetapi juga menggali persepsi pasien, mengidentifikasi hambatan, meluruskan kesalahpahaman, memperkuat motivasi, menyusun rencana bersama, serta

melakukan evaluasi secara berkala. Dengan pendekatan seperti ini, konseling diharapkan mampu mendorong perubahan pola pikir dan keputusan pasien dalam menjaga kesehatannya (Ito et al., 2024).

Dalam pengelolaan hipertensi, perawat tidak hanya terbatas pada tindakan klinis, tetapi juga diwujudkan melalui pemberian konseling yang komprehensif dan berkesinambungan. Konseling yang efektif dalam penelitian ini mencakup empat aspek utama, yaitu peran sebagai edukator, konselor dan motivator, monitoring dan evaluasi, serta advokat. Sebagai edukator, perawat memberikan informasi yang jelas mengenai pengertian hipertensi, faktor risiko, komplikasi, serta pentingnya kepatuhan terapi dan perubahan gaya hidup seperti diet rendah garam, aktivitas fisik teratur, dan pemantauan tekanan darah mandiri. Peran ini bertujuan meningkatkan literasi kesehatan dan kemampuan self-management pasien, sejalan dengan rekomendasi Word Health Organization (2023) dan European Society of Hypertension (2023) yang menekankan pentingnya edukasi dan keterlibatan aktif pasien dalam pengendalian hipertensi.

Sebagai konselor dan motivator, perawat membangun hubungan terapeutik yang empatik untuk membantu pasien mengatasi hambatan, meningkatkan kepercayaan diri, serta memperkuat komitmen dalam menjalankan terapi jangka panjang. Selanjutnya, melalui aspek monitoring dan evaluasi, perawat memantau perkembangan tekanan darah, kepatuhan minum obat, serta perubahan perilaku pasien, kemudian memberikan umpan balik yang konstruktif untuk memastikan keberlanjutan self-management (Smeltzer

& Bare, 2022). Adapun sebagai advokat, perawat melindungi hak pasien, memastikan pasien memperoleh informasi yang memadai, serta mendukung keterlibatan pasien dalam pengambilan keputusan kesehatan sesuai standar praktik profesional yang ditetapkan oleh Persatuan Perawat Nasional Indonesia (2018). Dengan demikian, keempat aspek tersebut menjadi landasan penting dalam meningkatkan kemandirian pasien hipertensi dan mencapai kontrol tekanan darah yang optimal.

Namun dalam praktiknya, khususnya di rumah sakit daerah, konseling belum selalu berjalan sesuai harapan. Sering kali konseling dilakukan secara singkat dan lebih bersifat informatif, belum terstruktur secara sistematis, serta belum terdokumentasi dengan baik. Tingginya beban kerja perawat dan kompleksitas kondisi pasien di rumah sakit dapat menyebabkan konseling menjadi kegiatan tambahan, bukan intervensi utama dalam pengelolaan penyakit kronis. Akibatnya, dampak konseling terhadap peningkatan self-management belum dapat dinilai secara objektif (Nurfadhilah et al., 2025).

Berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kemampuan self-management yang baik berkaitan erat dengan keberhasilan pengendalian tekanan darah. Intervensi yang dipimpin oleh perawat terbukti mampu menurunkan tekanan darah secara bermakna dibandingkan perawatan biasa. Model pelayanan nurse-led juga dilaporkan meningkatkan kepatuhan pasien dan menurunkan risiko komplikasi kardiovaskular. Hasil-hasil ini menegaskan bahwa penguatan self-management merupakan strategi penting dalam pengendalian hipertensi (Ito et al., 2024).

Meski demikian, terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian yang telah ada. Sebagian besar studi dilakukan di layanan kesehatan primer dengan kondisi pasien yang relatif stabil. Sementara itu, penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan antara konseling keperawatan dan self-management dalam konteks rumah sakit daerah masih sangat terbatas. Padahal, pasien di RSUD umumnya memiliki kondisi yang lebih kompleks, sering disertai penyakit penyerta, dan membutuhkan edukasi yang lebih intensif. Tanpa bukti empiris di setting tersebut, efektivitas konseling keperawatan di rumah sakit daerah masih belum dapat dipastikan secara ilmiah (Nurfadhilah et al., 2025).

Data awal di RSUD dr. Gondo Suwarno Ungaran menunjukkan adanya sekitar 40–50 pasien hipertensi setiap bulan. Meskipun asuhan keperawatan telah diberikan, masih terdapat pasien yang kemampuan self-management-nya belum optimal dan tekanan darahnya belum terkendali. Kondisi ini memunculkan pertanyaan penting: apakah konseling yang telah diberikan benar-benar berkontribusi dalam meningkatkan self-management pasien, atau masih perlu diperbaiki agar lebih efektif ?

Namun sampai saat ini, belum ada data yang secara spesifik menganalisis seberapa kuat hubungan antara peran perawat dalam konseling dengan tingkat self-management pasien hipertensi di RSUD dr. Gondo Suwarno Ungaran. Tanpa adanya bukti tersebut, evaluasi dan pengembangan praktik konseling berbasis bukti menjadi sulit dilakukan. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk dilaksanakan guna menjawab kesenjangan tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara peran

perawat dalam pemberian konseling dengan tingkat self-management pasien hipertensi, serta melihat keterkaitannya dengan kontrol tekanan darah. Dengan menggunakan pendekatan kuantitatif observasional, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai hubungan antarvariabel. Hasilnya diharapkan tidak hanya menambah ilmu keperawatan, tetapi juga menjadi dasar perbaikan praktik konseling dalam pengendalian hipertensi di rumah sakit daerah (Nainggolan et al., 2024).

Berdasarkan paparan tersebut, terlihat jelas bahwa terdapat kesenjangan antara asumsi teoritis dan realitas praktik keperawatan di lapangan. Secara konseptual, konseling keperawatan diyakini mampu meningkatkan kemampuan self-management pasien hipertensi melalui pendekatan *supportive-educative* dan modifikasi persepsi kesehatan. Namun, dalam konteks pelayanan di RSUD dr. Gondo Suwarno Ungaran, belum terdapat bukti empiris yang secara spesifik dan terukur menunjukkan sejauh mana peran perawat dalam pemberian konseling benar-benar berkontribusi terhadap peningkatan self-management pasien. Tanpa data yang objektif mengenai kekuatan hubungan tersebut, efektivitas konseling yang selama ini dilakukan berpotensi hanya menjadi asumsi normatif, bukan praktik berbasis bukti. Ketiadaan data lokal ini menciptakan celah ilmiah yang signifikan, karena karakteristik pasien rumah sakit daerah berbeda dengan layanan primer yang selama ini lebih banyak diteliti. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi krusial untuk menjawab secara empiris apakah terdapat hubungan yang bermakna antara peran perawat dalam pemberian konseling dengan tingkat self-

management pasien hipertensi, sehingga hasilnya dapat menjadi dasar evaluasi dan penguatan intervensi keperawatan dalam pengendalian hipertensi secara lebih sistematis dan terukur.

Temuan ini memiliki implikasi penting bagi praktik keperawatan, yaitu perlunya penguatan kompetensi perawat dalam komunikasi terapeutik, konseling kesehatan, dan pendekatan berbasis pemberdayaan pasien. Selain itu, diperlukan pengembangan program konseling keperawatan yang terstruktur, sistematis, dan berkelanjutan agar pasien mampu mempertahankan perilaku self-management secara konsisten, sehingga pengendalian tekanan darah dapat tercapai dan risiko komplikasi hipertensi dapat diminimalkan.

B. Rumusan Masalah

Adakah hubungan antara peran perawat dalam pemberian konseling dengan self management pasien hipertensi di RSUD dr. Gondo Suwarno Ungaran?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan peran perawat dalam pemberian konseling terhadap self management pasien hipertensi di RSUD dr. Gondo Suwarno Ungaran.

2. Tujuan Khusus

a. Mendeskripsikan karakteristik responden di RSUD dr. Gondo Suwarno Ungaran.

b. Mendeskripsikan pemberian konseling perawat pada pasien hipertensi di RSUD dr. Gondo Suwarno Ungaran.
c. Mendeskripsikan self management pasien hipertensi di RSUD dr. Gondo Suwarno Ungaran.
d. Menganalisis hubungan antara pemberian konseling perawat dan self management pasien hipertensi di RSUD dr. Gondo Suwarno Ungaran.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Perawat

   Penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan renungan sekaligus evaluasi bagi perawat dalam menjalankan peran konseling kepada pasien hipertensi. Melalui hasil penelitian ini, perawat dapat melihat sejauh mana konseling yang diberikan sudah efektif, serta terdorong untuk semakin mengoptimalkan peran sebagai pendidik dan pendamping pasien agar mereka mampu mengelola penyakitnya secara mandiri dan berkesinambungan.

2. Bagi Majanemen Rumah Sakit

   Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh pihak manajemen RSUD dr. Gondo Suwarno Ungaran sebagai bahan pertimbangan dalam memperbaiki atau menyempurnakan Standar Operasional Prosedur (SOP) terkait konseling keperawatan pada pasien hipertensi. Selain itu, temuan penelitian ini juga dapat mendukung upaya peningkatan mutu pelayanan keperawatan yang lebih terarah dan berbasis bukti ilmiah.

3. Bagi Pasien

   Meskipun tidak secara langsung memberikan intervensi, penelitian ini diharapkan dapat berdampak positif bagi pasien hipertensi melalui peningkatan kualitas konseling yang mereka terima. Dengan konseling yang lebih optimal, pasien diharapkan menjadi lebih paham tentang kondisi kesehatannya, lebih patuh terhadap pengobatan, dan lebih mampu mengontrol tekanan darahnya dengan baik.

4. Bagi Institusi Pendidikan

   Penelitian ini dapat menjadi tambahan referensi bagi institusi pendidikan keperawatan, khususnya dalam memperkaya materi pembelajaran tentang peran perawat dalam konseling dan pentingnya self-management pada penyakit kronis. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi rujukan bagi mahasiswa dalam mengembangkan penelitian serupa di masa mendatang.