

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Salah satu masalah kesehatan yang memiliki prevelensi tinggi yaitu hipertensi. Hipertensi merupakan kondisi dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara kronis (dalam kurun waktu yang lama) dan dapat menyebabkan kematian. Hipertensi tidak dapat secara langsung membunuh penderitanya, melainkan dapat memicu terjadinya penyakit lain (Rahmaudina et al., 2020). Hipertensi menurut *World Health Organization* (WHO) adalah suatu kondisi dimana pembuluh darah memiliki tekanan darah tinggi yaitu tekanan darah sistolik  $\geq 140$  mmHg atau tekanan darah diastolik  $\geq 90$  mmHg yang menetap. Hipertensi sebagai pembunuh diam-diam atau biasanya disebut *silent killer*. Badan Kesehatan Dunia menyatakan jumlah penderita hipertensi terus meningkat seiring dengan jumlah penduduk yang membesar. Tahun 2025 mendatang, diprediksi sekitar 29% warga dunia terkena hipertensi dan diperkirakan setiap tahunnya 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Milwati & Pitoyo, 2021). Cara meminimalisir jumlah peningkatan hipertensi dapat dilakukan dengan menerapkan manajemen diri secara baik. Manajemen diri yang kurang baik dapat terjadi karena tugas kesehatan kelua yang kurang sesuai.

Upaya meningkatkan derajat kesehatan dan mengatasi masalah kesehatan anggota keluarganya, keluarga harus mampu melaksanakan fungsi tugas kesehatan keluarga. Hasil penelitian sebelumnya

menunjukkan kejadian hipertensi yang tertinggi yaitu mengalami hipertensi sedang dan sebagian besar penerapan tugas kesehatan keluarga pada klien hipertensi kurang baik (Piola et al., 2020). Hasil penelitian sebelumnya didapatkan bahwa keluarga yang mengenal masalah hipertensi dengan baik maka kejadian hipertensi akan cenderung lebih sedikit dan keluarga yang tidak baik dalam mengenal masalah hipertensi maka kejadian hipertensi pada lansia akan cenderung lebih banyak. (Mulia, 2018).

Pelaksanaan tugas keluarga di bidang kesehatan sangat diperlukan dalam upaya pencegahan dan mengatasi masalah kesehatan keluarga, khususnya lansia sebagai bagian dari anggota keluarga yang memerlukan perawatan yang lebih ditujukan untuk memenuhi kebutuhan akibat proses penuaan. Salah satunya adalah penanganan terhadap penyakit degeneratif yang banyak diderita oleh lansia yang sering menimbulkan kecacatan. Laporan komite nasional pencegahan, deteksi, dan penanganan hipertensi menyatakan bahwa tekanan darah yang tinggi dapat meningkatkan resiko serangan jantung, gagal jantung, stroke, dan gagal ginjal (Rahmaudina et al., 2020)

Menurut Herawati (2021) berdasarkan data pelayanan di Puskesmas, presentase penderita hipertensi menurut Puskesmas di Kabupaten Jember tahun 2020 yaitu 190.979 orang dari jumlah penduduk 741.735 orang, artinya penderita hipertensi sebesar 25,75 % menurut Dinas Kesehatan Kabupaten Jember (2020). Berdasarkan data di Puskesmas Silo I Kabupaten Jember pada bulan Juli-September 2018 didapatkan data

sebanyak 342 kunjungan pasien dengan Hipertensi. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan didapatkan data sebanyak 579 penderita hipertensi dari kalangan usia >20 tahun.

Pengetahuan tentang tugas kesehatan keluarga dan manajemen diri yang buruk dapat memiliki dampak serius bagi penderita hipertensi. Kurangnya pengetahuan tentang kondisi tersebut dan cara mengelolanya dapat menyebabkan peningkatan risiko komplikasi. Penting untuk keluarga dan individu memperoleh pengetahuan yang tepat tentang faktor pemicu terjadinya hipertensi dan melakukan manajemen diri yang baik melalui pengaturan pola makan, olahraga teratur, serta mengikuti pengobatan dan perawatan yang direkomendasikan oleh tenaga medis.

Meningkatnya penderita hipertensi menurut Adriani (2021) tingginya prevalensi kejadian hipertensi ini disebabkan oleh beberapa faktor, baik faktor yang dapat dikontrol maupun tidak. Ditinjau dari faktor yang dapat dikontrol meliputi obesitas, kurangnya olahraga, tidak adanya diet garam, rokok, stress, konsumsi alkohol. Faktor yang tidak dapat dikontrol meliputi usia, jenis kelamin. masalah kesehatan masyarakat akan menjadi besar jika tidak ditanggulangi sejak dini. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meminimalisir adalah dengan manajemen diri.

Manajemen diri hipertensi meliputi kepatuhan penggunaan obat anti hipertensi secara benar, kegiatan untuk memantau tekanan darah, gejala yang muncul terkait penyakit hipertensi. Pengaturan diet yang sesuai untuk penatalaksanaan hipertensi, melakukan olahraga sesuai petunjuk untuk menurunkan tekanan darah dan kegiatan untuk mencegah komplikasi.

Agar proses manajemen diri tersebut dapat terwujud, tentu membutuhkan kerjasama antara penderita hipertensi dengan dukungan keluarga (Miranti et al., 2023).

Pendapat Romliyadi (2020) membahas tentang keluarga menjadi bagian terpenting meski keberadaannya merupakan bagian terkecil, tetapi keluarga memiliki peran sebagai kunci keberhasilan dalam mengatasi kesehatan. Tugas kesehatan keluarga merupakan salah satu faktor yang menentukan tingkat kepatuhan pasien dalam menjalankan proses perawatan. Keluarga memiliki beberapa bentuk dukungan yaitu dukungan informasi, dukungan penilaian, dukungan instrumental dan dukungan emosional. Tugas kesehatan keluarga jika tidak dilakukan dengan baik dapat meningkatkan angka kejadian hipertensi (Angshera et al., 2020).

Penatalaksanaan yang berhasil mengharuskan klien untuk terlibat dalam berbagai kegiatan termasuk kepatuhan pengobatan, pemantauan tekanan darah sendiri, dan modifikasi gaya hidup yang melibatkan perubahan pola makan, olahraga, pembatasan asupan alkohol, dan berhenti merokok. Manajemen hipertensi dan hasil tergantung pada efektivitas manajemen diri yang berkaitan dengan tindak lanjut rencana perawatan yang dapat ditetapkan dengan penyediaan layanan kesehatan. Salah satu faktor keberhasilan dalam melakukan manajemen diri yaitu menerapkan tugas kesehatan keluarga pada klien hipertensi (Sulung dan Hartini, 2018). Salah satu faktor keberhasilan dalam melakukan manajemen diri yaitu menerapkan tugas kesehatan keluarga pada klien hipertensi. Namun sejauh

ini manajemen diri penderita hipertensi masih belum maksimal (Miranti et al., 2023).

Menurut Pender, Murdaugh & Parsons (2011) teori *health promotion model* menjelaskan terdapat pengaruh interpersonal diartikan sebagai kognisi terhadap situasi tentang perilaku, kepercayaan dan sikap orang lain. Sumber yang utama dalam interpersonal seperti keluarga atau kelompok yang berpengaruh terhadap manajemen diri penderita hipertensi. sikap keluarga dalam proses manajemen diri sangat penting untuk memberikan motivasi dan menerapkan tugas kesehatan keluarga dengan baik. Sikap manajemen diri yang baik akan mencapai tujuan yang diinginkan dengan cara komitmen dalam melakukan suatu tindakan yang spesifik. Perilaku ini secara langsung ditunjukkan kepada hasil pencapaian kesehatan yang positif terhadap klien. Perilaku promosi kesehatan yang utama terintegrasi dalam gaya hidup yang sehat dan menyerap semua aspek-aspek kehidupan yang semestinya mengakibatkan tingkat kesehatan meningkat, peningkatan kemampuan fungsional dan kualitas hidup lebih baik.

Berdasarkan uraian yang telah disampaikan maka diduga tugas kesehatan keluarga untuk manajemen diri pada klien hipertensi dapat meminimalisir terjadinya peningkatan hipertensi. Beberapa penelitian mengenai adanya tugas kesehatan keluarga pada klien hipertensi diantaranya yang dibahas adalah aktivitas fisik, pola makan, pola tidur, stres, keteraturan minum obat, dan juga hal yang berhubungan lainnya, tetapi belum ada yang membahas tugas kesehatan keluarga dengan

manajemen diri pada klien hipertensi. Dengan demikian dibutuhkan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan tugas kesehatan keluarga dengan manajemen diri pada klien hipertensi.

## **B. Pernyataan Masalah**

Hipertensi adalah suatu keadaan di mana terjadi peningkatan tekanan darah secara abnormal dan terjadi terus-menerus pada beberapa kali pemeriksaan tekanan darah. Faktor yang dapat mempengaruhi besarnya resiko hipertensi antara lain faktor usia, genetika, aktivitas fisik, stress dan kepatuhan minum obat. Klien hipertensi dapat melakukan manajemen diri dengan cara melakukan pemeriksaan secara rutin ke pelayannya kesehatan, melakukan aktivitas seperti berjalan, jogging, atau bersepeda selama 30-60 menit per hari, mengontrol pemicu stress, mengkonsumsi obat sesuai anjuran yang ditentukan. Melakukan manajemen diri pada klien hipertensi dibutuhkan tugas kesehatan keluarga yang baik. Tugas kesehatan keluarga merupakan salah satu faktor yang menentukan tingkat kepatuhan pasien dalam menjalankan proses perawatan.

## **C. Pertanyaan Maslah**

1. Bagaimanakah tugas kesehatan keluarga pada klien hipertensi di Puskesmas Silo 1 Kabupaten Jember ?
2. Bagaimana manajemen diri pada klien hipertensi di Puskesmas Silo 1 Kabupaten Jember ?
3. Apakah ada hubungan tugas kesehatan keluarga dengan manajemen diri klien hipertensi di Puskesmas Silo 1 Kabupaten Jember ?

#### **D. Tujuan**

##### 1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tugas kesehatan keluarga dengan manajemen diri klien hipertensi di Puskesmas Silo 1 Kabupaten Jember

##### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tugas kesehatan keluarga pada klien hipertensi di Puskesmas Silo 1 Kabupaten Jember
- b. Mengidentifikasi manajemen diri klien hipertensi di Puskesmas Silo 1 Kabupaten Jember
- c. Menganalisis hubungan antara tugas kesehatan keluarga dengan manajemen diri klien hipertensi di Puskesmas Silo 1 Kabupaten Jember

#### **E. Manfaat Penelitian**

##### a. Puskesmas

Hasil penelitian yang dilakukan ini sebagai acuan sumber informasi untuk dasar penyusunan dan pelayanan pada klien hipertensi difasilitas kesehatan tingkat puskesmas atau seajarnya.

##### b. Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini sebagai ilmu pengetahuan bagi tenaga kesehatan dalam menjalankan standart operasional pelayanan terhadap klien, sebagai acuan dalam melakukan pelayanan manajemen diri dalam keluarga dan mencegah terjadinya peningkatan jumlah klien hipertensi secara dini.

c. Masyarakat

Hasil penelitian ini bagi masyarakat dapat memberikan informasi dan dapat menerapkan hidup sehat bagi individu, keluarga dan masyarakat pada umumnya.

d. Keluarga

Hasil penelitian ini dapat membentuk kerjasama yang baik antara keluarga dan anggota keluarga yang mengalami hipertensi untuk membantu mempertahankan tekanan darah yang normal dan meningkatkan kualitas hidup mereka.

e. Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menambah data untuk menyusun kerangka konsep peneliti berikutnya dalam membuat penelitian dengan melakukan pembaharuan yang disesuaikan dengan perkembangan situasi dan kondisi penyakit hipertensi di masa yang akan datang.