

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masalah kesehatan yang paling sering ditemukan saat ini adalah penyakit tidak menular. Penyakit tidak menular tidak hanya ditemukan dengan angka kejadian yang tinggi di negara-negara yang sudah maju, tetapi di negara berkembang juga menjadi perhatian karena jumlahnya yang terus meningkat. Salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah serius adalah hipertensi. Hipertensi didiagnosis jika pengukuran tekanan darah dilakukan dua kali dengan selang waktu lima menit dan didapatkan tekanan darah sistolik 140 mmHg dan tekanan darah diastolik 90 mmHg (*World Health Organization, 2021*).

Hipertensi pada tahun 2021 berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) sebanyak 11,13 milyar orang di dunia menderita hipertensi. Sebagian besar kasus berasal dari negara-negara dengan ekonomi menengah ke bawah. Pada orang dewasa berusia 30-79 tahun telah meningkat dari 650 juta menjadi 1,28 miliar atau 26,4% dalam 30 tahun terakhir. Penderita hipertensi di dunia, dan akan terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan akan meningkat menjadi 1,56 miliar atau 29,2% pada tahun 2025. Di Amerika Serikat, tahun 2018-2019 dilaporkan sebanyak 63% orang dewasa berusia ≥ 60 tahun menderita hipertensi dengan persentase yang lebih besar pada wanita (66,8%) dibandingkan pada pria (58,5%) (Burnier, 2020). Di China, tahun 2018-2019 ditemukan 53,21% lansia menderita hipertensi (Hua et al., 2020). Karena prevalensinya yang tinggi hipertensi menjadi masalah utama kesehatan global dan penyebab utama kematian serta kecacatan di dunia setiap tahunnya. Hipertensi menyebabkan 9,4 juta dari 17 juta total kematian (Whittle et al., 2020) dan 143 juta kasus kecacatan di seluruh dunia setiap tahun (Forouzanfar et al., 2021). Pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 1,5 miliar orang terkena

hipertensi dan di perkirakan 10,2 juta orang meninggal disetiap tahunnya akibat hipertensi dan komplikasinya.(Kemenkes 2020).

Hipertensi di Indonesia merupakan faktor risiko penyakit tidak menular yang masih menjadi permasalahan, tercatat pada data laporan RISKESDAS tahun 2021 penyakit hipertensi di Indonesia mencapai 34,11% dari populasi. Presentasi tersebut membuat Indonesia masuk peringkat 5 dengan kasus hipertensi terbanyak di dunia, rata-rata meliputi 17%-21% dari keseluruhan populasi orang dewasa artinya 1 di antara 5 orang dewasa menderita hipertensi. Berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia > dari 18 tahun sebesar 34,1% pada kelompok umur 31-44 tahun (31,6%), umur 45-54 tahun (45,3%), umur 55-64 tahun (55,2%) dan yang paling tertinggi di kalimantan selatan (44,1%). Ada sebanyak 63.309.620 khusus orang di Indonesia terkena hipertensi, dan angka kematian kasus hipertensi di Indonesia sebanyak 427.218 kematian (Kemenkes 2021). Hal ini dikarenakan munculnya penyakit tidak menular (PTM) secara umum disebabkan oleh pola hidup setiap individu yang kurang memperhatikan kesehatan.

Menurut data dari Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan, penyakit tidak menular sudah menjadi masalah kesehatan di Provinsi Kalimantan Selatan, hal ini ditunjukkan dengan semakin meningkatnya kasus penyakit tidak menular (PTM) antara lain Gagal ginjal, Jantung koroner, Hipertensi, Kanker, Diabetes melitus, kecelakaan dan sebagainya, pada tahun 2019 tercatat *angka prevalensi hipertensi pada penduduk Provinsi Kalsel yang berusia di atas 18 tahun adalah 44,13% tertinggi di Indonesia, kebiasaan mengonsumsi makanan/minuman berisiko seperti manis, asin dan berlemak, berpengawet, dibakar, daging dan gorengan, kurang sayur dan buah juga kurang aktifitas fisik disinyalir menjadi penyebabnya. Dinkes Prov.Kalimantan Selatan memandang perlu ditingkatkan sosialisasi faktor risiko penyakit tidak menular (PTM) pada Masyarakat (Dinas Kesehatan Prov.Kalsel, 2022).*

Berdasarkan data penderita hipertensi perkabupaten dan kota di Provinsi Kalimantan Selatan 2021 yaitu, Kabupaten Hulu Sungai Utara menempati urutan ke-3 dengan penyakit hipertensi tertinggi sebanyak 34,1%. Berdasarkan data medis dari UPT Puskesmas Rawat Inap Danau Panggang tahun 2020 sebanyak 3.563 kunjungan, data tersebut menunjukkan angka hipertensi dari populasi 20.514 jiwa di wilayah kerja UPT Puskesmas Rawat Inap Danau Panggang (UPT, 2021).

Hipertensi dapat menimbulkan komplikasi seperti penyakit jantung koroner, stroke, gagal ginjal, dan gangguan penglihatan jika penderita tidak mengontrolnya dalam jangka waktu yang lama (Anshari, 2020). Banyak orang dengan tekanan darah tinggi memiliki tekanan darah yang tidak terkontrol dan dapat meningkatkan risiko terkena tekanan darah tinggi dan menyebabkan penyakit yang lebih serius (KemenKes, 2021).

Pengelolaan hipertensi saat ini masih kurang optimal, bahkan di negara maju hanya 29%-50% pasien yang dapat mengontrol tekanan darahnya (Delavara, 2021). Peningkatan tekanan darah yang tidak terkontrol masih menjadi masalah utama dalam upaya penanganan hipertensi, dimana risiko terjadinya komplikasi seperti penyakit jantung bahkan stroke dua kali lipat lebih besar apabila tekanan darah sistolik meningkat $>20\text{mmHg}$ dan tekanan darah diastolik meningkat $>10\text{mmHg}$ (Gebremichael et al., 2020). Upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi harus dimulai dari individu dengan hipertensi, sehingga diperlukan pengontrolan tekanan darah dalam menjalankan program terapi (Setianingsih & Ningsih, 2019). Orang dengan hipertensi membutuhkan perubahan gaya hidup yang sulit dalam jangka pendek. Oleh karena itu, faktor yang menentukan dan membantu penyembuhan pada dasarnya adalah diri sendiri (Wahyudi & Nugraha, 2020).

Penurunan tekanan darah sistolik harus menjadi perhatian utama, karena tekanan darah diastolik biasanya dipantau bersamaan dengan pemantauan

tekanan darah sistolik (Morika & Yurnike, 2016). Kontrol tekanan darah yang rendah terjadi karena banyak faktor seperti umur, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, status pernikahan, pendapatan, aktivitas merokok, perilaku mengkonsumsi garam, perilaku mengkonsumsi alkohol, obesitas, rendahnya pengetahuan dan kepatuhan pengobatan menjadi faktor yang berhubungan dengan buruknya kontrol tekanan darah, sedangkan kebiasaan konsumsi sayuran dan keteraturan aktivitas fisik menjadi perilaku utama agar tekanan darah terkontrol (Animut et al., 2018 di dalam Supriyatin, 2022). Kontrol tekanan darah menjadi target dalam upaya untuk mengurangi morbiditas dan mortalitas kardiovaskuler. Penyebab utama tekanan darah tidak terkontrol adalah ketidakpatuhan pasien terhadap pengobatan baik disengaja maupun tidak disengaja (Pour et al., 2020). Hal ini dipengaruhi oleh perubahan fungsi fisik, psikologis dan sosial karena proses penuaan (Woodham et al., 2020), kurangnya pengetahuan tentang hipertensi serta efek signifikannya pada kesehatan (Rujiwatthanakorn et al., 2011 dalam Hardiati 2022). Upaya yang dapat dilakukan untuk membantu meningkatkan kontrol tekanan darah pada penderita hipertensi yaitu dengan mengkaji lebih dalam faktor-faktor yang berhubungan dengan pengontrolan tekanan darah.

Enam perilaku untuk mengontrol tekanan darah bagi penderita hipertensi yang pertama melakukan cek kesehatan secara rutin yang mana perilaku tersebut merupakan penerapan upaya promotif preventif yang efektif dan menjadi pilar utama dalam peningkatan derajat kesehatan. Kedua bebas asap rokok dengan tidak menghisap asap rokok baik langsung melalui batang rokok maupun tidak. Ketiga rajin aktivitas fisik, merupakan gerakan tubuh yang dihasilkan otot rangka yang membutuhkan pengeluaran energi. Apabila dilakukan secara terus menerus dapat mencegah resiko terjadinya penyakit tidak menular. Keempat modifikasi diet bagi penderita hipertensi yang ditujukan untuk membantu menurunkan tekanan darah dan mempertahankan tekanan darah menuju normal. Kelima istirahat yang cukup merupakan kebutuhan dasar yang mutlak harus dipenuhi oleh semua orang, dengan istirahat dan tidur yang cukup maka tubuh

baru dapat berfungsi secara optimal. Keenam manajemen stress suatu program untuk melakukan pengontrolan atau pengaturan stres dimana bertujuan untuk mengenal penyebab stress dan mengetahui teknik-teknik mengelola stres, sehingga orang lebih baik dalam menangani stres dalam kehidupan dan terapi farmakologi melalui pemberian obat-obatan. mengubah gaya hidup sehat penderita hipertensi adalah pembatasan diet, peningkatan konsumsi kalium dan magnesium, konsumsi gandum utuh, aktivitas (olahraga), dukungan kelompok pendukung (family support), berhenti merokok dan hindari konsumsi alkohol berlebih dan obat herbal (Wahyudi & Nugraha, 2020).

Pada tahun 2023 di Desa Telaga Mas wilayah kerja UPT Puskesmas Rawat Inap Danau Panggang di dapati penderita hipertensi kian melonjak dengan rentang usia dari 35-60 tahun ke atas, dan terjadi peningkatan tekanan darah pada yang memang sudah menderita hipertensi, dibulan januari-maret didapati sebanyak 258 orang yang menderita hipertensi di wilayah kerja UPT puskesmas danau panggang, kasus terbanyak di dapati di Desa Telaga Mas, penderita hipertensi di desa Telaga Mas adalah 74 orang dengan karakteristik terjadi pada perempuan. para penderita hipertensi tersebut memiliki gaya hidup yang tidak mengutamakan kesehatan terutama cek kesehatan rutin yang seharusnya dilakukan minimal 6 bulan sekali demi mengontrol tekanan darah, kebiasaan merokok, kurangnya aktivitas fisik, diet tidak sehat, istirahat dan tidur tidak cukup, manajemen stres yang tidak baik.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 16 juni 2023. Hasil wawancara terhadap 10 orang yang menderita hipertensi terdapat 7 orang dengan tekanan darah lebih dari 140/90mmHg diantaranya mengatakan tidak rutin memeriksakan diri ke pelayanan kesehatan bahkan sama sekali tidak memeriksakan diri ke pelayanan kesehatan jika tidak mengalami apa-apa, mengalami susah memulai tidur di malam hari, sering kali tidur 3-4 jam saja dalam sehari, sering malas meminum obat karena takut tekanan nya drop, sebagian ada yang perokok aktif dan perokok pasif, jarang berolahraga, hanya

melakukan kegiatan beres-beres rumah, tidak melakukan diet sesuai arahan, karena sebagian berasumsi jika memakan makanan tersebut malah semakin membuat tekanan darah naik, pengelolaan stress yang tidak baik yang memicu penderita mengalami pingsan. Dan 3 diantaranya dengan tekanan darah dibawah 140/90mmHg menyampaikan kadang hadir ke posbindu untuk kontrol dan mengambil obat, dirumah tidak ada yang merokok, menerapkan pola makan yang dianjurkan, memulai tidur lebih awal agar bangun di pagi hari badan terasa fit, rajin melakukan aktivitas seperti berolahraga berjalan-jalan dipagi hari disekitar rumah, beres-beres rumah, dan berkebun, dan jika merasa stres mereka berusaha mengatasinya dengan bercerita ke orang terdekat.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, penulis bermaksud untuk melakukan penelitian dengan judul “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pengontrolan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Desa Telaga Mas Wilayah Kerja UPT Puskesmas Danau Panggang”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Apa Saja Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pengontrolan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Desa Telaga Mas Wilayah Kerja UPT Puskesmas Danau Panggang ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan pengontrolan tekanan darah pada penderita hipertensi di desa telaga mas wilayah kerja UPT puskesmas danau panggang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengidentifikasi faktor cek kesehatan secara berkala dengan pengontrolan tekanan darah pada penderita hipertensi di desa telaga mas wilayah kerja UPT puskesmas danau panggang.

1.3.2.2 Mengidentifikasi faktor enyahkan asap rokok dengan pengontrolan tekanan darah pada penderita hipertensi di desa telaga mas wilayah kerja UPT puskesmas danau panggang.

1.3.2.3 Mengidentifikasi faktor rajin aktivitas fisik dengan pengontrolan tekanan darah pada penderita hipertensi di desa telaga mas wilayah kerja UPT puskesmas danau panggang.

1.3.2.4 Mengidentifikasi faktor diet seimbang dengan pengontrolan tekanan darah pada penderita hipertensi di desa telaga mas wilayah kerja UPT puskesmas danau panggang.

1.3.2.5 Mengidentifikasi faktor istirahat yang cukup dengan pengontrolan tekanan darah pada penderita hipertensi di desa telaga mas wilayah kerja UPT puskesmas danau panggang.

1.3.2.6 Mengidentifikasi faktor kelola stress dengan pengontrolan tekanan darah pada penderita hipertensi di desa telaga mas wilayah kerja UPT puskesmas danau panggang.

1.3.2.7 Menganalisa faktor cek kesehatan secara berkala dengan pengontrolan tekanan darah pada penderita hipertensi di desa telaga mas wilayah kerja UPT puskesmas danau panggang.

1.3.2.8 Menganalisa faktor enyahkan asap rokok dengan pengontrolan tekanan darah pada penderita hipertensi di desa telaga mas wilayah kerja UPT puskesmas danau panggang.

- 1.3.2.9 Menganalisa faktor rajin aktivitas fisik dengan pengontrolan tekanan darah pada penderita hipertensi di desa telaga mas wilayah kerja UPT puskesmas danau panggang.
- 1.3.2.10 Menganalisa faktor diet seimbang dengan pengontrolan tekanan darah pada penderita hipertensi di desa telaga mas wilayah kerja UPT puskesmas danau panggang.
- 1.3.2.11 Menganalisa faktor istirahat yang cukup dengan pengontrolan tekanan darah pada penderita hipertensi di desa telaga mas wilayah kerja UPT puskesmas danau panggang.
- 1.3.2.12 Menganalisa faktor kelola stres dengan pengontrolan tekanan darah pada penderita hipertensi di desa telaga mas wilayah kerja UPT puskesmas danau panggang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Responden

Sebagai motivasi untuk meningkatkan kualitas hidup pada penderita hipertensi dengan melakukan pengontrolan tekanan darah.

1.4.2 Bagi Puskesmas

Penelitian ini diharapkan menjadi masukan dan acuan untuk mensosialisasikan penyusunan program maupun kebijakan dalam penanggulangan penyakit hipertensi.

1.4.3 Bagi Institusi Pendidikan

Menambah pengetahuan dan wawasan untuk mahasiswa dan institusi di Universitas Muhammadiyah Banjarmasin tentang penanggulangan penyakit hipertensi dan dapat digunakan sebagai masukan informasi dalam rangka pengembangan proses belajar mengajar.

1.4.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Menambah referensi bagi peneliti selanjutnya yang nantinya akan meneliti terkait keperawatan medikal bedah dengan menggunakan

konsep dan dasar penelitian yang sama akan tetapi dengan variabel-variabel yang berbeda, seperti perilaku minum obat.

1.5 Penelitian Terkait

- 1.5.1 Penelitian Putri (2020) berjudul “Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Posyandu Lansia Abimanyu Kelurahan Tawangrejo Kota Madiun. Tujuan penelitian adalah mengidentifikasi dan menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia di posyandu lansia abimanyu kelurahan tawangrejo kota madiun. Desain penelitian ini menggunakan pendekatan *case control*. Populasi dalam penelitian ini adalah 122 lansia yang berada di posyandu lansia abimanyu. Sedangkan sampel yang diambil sebanyak 59 responden. Uji yang digunakan adalah Uji *Chi-square*. Hasil penelitian ini adalah variabel yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Posyandu Lansia Abimanyu Kelurahan Tawangrejo Kota Madiun adalah jenis kelamin, pendidikan, riwayat keluarga, obesitas, asupan lemak dan aktifitas fisik.

Perbedaan penelitian ini dilaksanakan di tempat yang berbeda yaitu wilayah kerja puskesmas danau panggung, penelitian ini dilaksanakan pada tahun yang berbeda yaitu 2023, variabel penelitian penulis menambahkan variabel faktor meliputi cek kesehatan secara rutin, enyahkan asap rokok, rajin aktivitas fisik, diet seimbang, istirahat yang cukup dan kelola stres. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi dan menganalisa variabel yang berhubungan dengan pengontrolan tekanan darah pada penderita hipertensi di desa telaga mas wilayah kerja UPT puskesmas danau panggung. Desain penelitian menggunakan metode pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah 74 orang yang berada di desa Telaga Mas.

Sedangkan sampel penelitian ini sebanyak 74 responden. Uji yang digunakan adalah uji *Spearman-Rank*. Hasil penelitian ini terdapat hubungan antara faktor meliputi cek kesehatan secara rutin, enyahkan asap rokok, rajin aktivitas fisik, diet seimbang, istirahat yang cukup dan kelola stress.

- 1.5.2 Penelitian Purwanti (2022) berjudul “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia Di Puskesmas Barabai Tahun 2021. Tujuan penelitian untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Barabai tahun 2021. Desain penelitian ini menggunakan metode survei analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini 2900 orang. Sampel yang digunakan sebanyak 97 responden. Uji yang digunakan adalah Uji *Chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara pengetahuan, konsumsi garam, dan tidak ada hubungan antara perilaku merokok dan konsumsi kopi dengan kejadian hipertensi pada lansia di Puskesmas Barabai.

Perbedaan penelitian ini dilaksanakan di tempat yang berbeda yaitu wilayah kerja puskesmas danau panggung, penelitian ini dilaksanakan pada tahun yang berbeda yaitu 2023, variabel dalam penelitian ini berbeda dengan penelitian yang sebelumnya. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi dan menganalisa variabel yang berhubungan dengan pengontrolan tekanan darah pada penderita hipertensi di desa telaga mas wilayah kerja UPT puskesmas danau panggung. Desain penelitian menggunakan metode pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah 74 orang yang berada di desa Telaga Mas. Sedangkan sampel penelitian ini sebanyak 74 responden. Uji yang digunakan adalah uji *Spearman-Rank*. Hasil penelitian ini terdapat hubungan antara faktor meliputi cek kesehatan secara rutin, enyahkan

asap rokok, rajin aktivitas fisik, diet seimbang, istirahat yang cukup dan kelola stres.

- 1.5.3 Penelitian Ernawati et al., (2023) berjudul “Hubungan Antara Perilaku Cerdik Dengan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuripan”. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara perilaku CERDIK dengan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kuripan. Jenis penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan desain penelitian *cross sectional study* dengan sampel diambil secara *purposive sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien hipertensi yang berobat di Puskesmas Kuripan sebanyak 94 orang. Adapun jumlah sampel penelitian ini sebanyak 76 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan pengisian kuisioner dan dianalisis menggunakan uji korelasi *spearman rho*. Hasil penelitian terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan antara perilaku CERDIK dengan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Kuripan.

Perbedaan penelitian ini dilaksanakan di tempat yang berbeda yaitu wilayah kerja puskesmas danau panggung, penelitian ini dilaksanakan pada tahun yang berbeda yaitu 2023, variabel dalam penelitian ini berbeda dengan penelitian yang sebelumnya. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi dan menganalisa variabel yang berhubungan dengan pengontrolan tekanan darah pada penderita hipertensi di desa telaga mas wilayah kerja UPT puskesmas danau panggung. Desain penelitian menggunakan metode pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah 74 orang yang berada di desa Telaga Mas. Sedangkan sampel penelitian ini sebanyak 74 responden. Uji yang digunakan adalah uji *Spearman-Rank*. Hasil penelitian ini terdapat hubungan antara faktor meliputi cek kesehatan secara rutin, enyahkan

asap rokok, rajin aktivitas fisik, diet seimbang, istirahat yang cukup dan kelola stres.