

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Permasalahan yang sering kali dialami oleh pasien hipertensi dimana belum melaksanakan pengontrolan tekanan darah atau *self management* secara teratur (Alkautsar & Kartinah, 2023). Masih terdapat banyak pasien hipertensi yang mengabaikan *self management*. Hal ini tentunya berdampak pada peningkatan tekanan darah (Sri Astutik Andayani, 2023). Ketidaksiplinan pasien dihubungkan dengan ketidakmampuan pasien melakukan *self management* yang baik. Ketidakpatuhan terjadi akibat adanya persepsi bahwa pengobatan memberikan efek negatif lebih besar dari pada manfaat (Sagala, 2019). Selain itu semakin lama seseorang menderita hipertensi maka tingkat kepatuhannya rendah yang disebabkan karena kejenuhan terhadap pengobatan (Praxis, 2022).

Selain itu perilaku yang buruk, kurangnya motivasi mengenai perawatan diri untuk mengontrol tekanan darah, kebiasaan gaya hidup tidak sehat terhadap aktivitas fisik dan perilaku dapat berubah seiring waktu dapat mengontrol tekanan darah, tidak menjaga berat badan, makan makanan yang tidak sehat, mengkonsumsi rokok dan alkohol serta tidak rutin minum obat dapat menyebabkan tekanan darah meningkat. Sehingga dengan adanya masalah tersebut timbul gejala yang dialami seperti nyeri kepala, pusing, muka merah, sakit kepala, tengkuk terasa pegal, kadang-kadang disertai mual dan muntah yang menjadi gambaran klinis pasien hipertensi (Sri Astutik Andayani, 2023).

World Health Organization (WHO) (2023), melaporkan sejumlah 1,13 miliar orang di dunia terkena kasus hipertensi, hal ini dapat diartikan bahwa 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. Jumlah kasus penyandang hipertensi terus mengalir peningkatan setiap tahunnya, perkiraan pada tahun 2025 akan ada sejumlah 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi

dan komplikasinya. Sedangkan di Indonesia, menurut hasil RISKESDAS tahun 2023 penderita hipertensi berjumlah 63.5%. Kementerian kesehatan RI telah melaksanakan beberapa program pencegahan dan pengendalian kasus hipertensi yaitu program CERDIK dan PATUH tetapi kasus hipertensi tetap mengalami peningkatan dari 25,8% menjadi 34,1% pada tahun 2023 (Kemenkes RI, 2023). Sementara itu, penderita hipertensi di Kabupaten Kutai Barat mengalami peningkatan, yaitu pada tahun 2022 sebesar 41.27%, sedangkan pada tahun 2023 sebesar 43% (Dinkes Kabupaten Kutai Barat, 2024).

Survei data awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 25 Juli 2024 di Klinik Stella Maris Kecamatan Linggang Bigung Kabupaten Kutai Barat diperoleh total pasien hipertensi sebanyak 35 orang. Hasil studi pendahuluan dengan wawancara kepada 10 orang diketahui 5 (50%) pasien mengatakan susah untuk berhenti merokok oleh karena pasien merokok dari waktu masih remaja hingga saat ini, pasien akan mengalami tremor pada tangan dan kaki apabila tidak merokok dan memiliki sikap pmarah ketika habis rokok. Salah satu pasien juga mengatakan tidak pernah melakukan diet, jarang berolahraga, tidak patuh dalam mengontrol tekanan darah ke klinik kesehatan. 3 (30%) pasien mengatakan tidak mengetahui manajemen diri yang baik bahkan jarang mengakses informasi tentang pentingnya manajemen diri dalam mengontrol tekanan darah. Responden juga jarang mengontrol tekanan darah oleh karena kesibukan dalam bekerja, sehingga memiliki keterbatasan waktu berkunjung ke klinik. Selain itu ketika pasien mengalami gejala seperti tengkuk terasa tegang, pusing baru dapat berkunjung untuk memeriksakan kesehatannya. 2 (20%) pasien mengatakan jarang mengikuti penyuluhan kesehatan tentang pentingnya manajemen diri yang baik sehingga responden tidak mengetahui tentang pentingnya monitoring tekanan darah, menjaga berat badan, makan makanan yang sehat dan jaga berat badan, mengurangi konsumsi garam, olahraga serta rutin minum obat teratur untuk membantu klien dalam meminimalkan komplikasi dari hipertensi (Hasil Studi Pendahuluan Dengan Wawancara Dengan

Responden Di Klinik Stella Maris Kecamatan Linggang Bigung Kabupaten Kutai Barat, 2024).

Salah satu faktor yang berhubungan dengan tekanan darah pada pasien hipertensi adalah *self management* (Nabila et al., 2022). *Self management* merupakan kemampuan individu mempertahankan perilaku yang efektif meliputi mengikuti diet dan olahraga, penggunaan obat diresepkan, pemantauan mandiri dan koping emosional (Tursina et al., 2022). *Self-management* terbukti efektif meningkatkan manajemen diri penderita hipertensi yang mencakup 5 dimensi yang meliputi integrasi diri, regulasi diri, interaksi dengan tenaga kesehatan, pemantauan tekanan darah, serta kepatuhan terhadap aturan yang telah dianjurkan (Puswati et al., 2021).

Pada kondisi tertentu, saat tekanan darah sedang mengalami kenaikan yang signifikan maka penderita hipertensi tetap akan membutuhkan penanganan medis berupa terapi obat untuk menurunkan tekanan darahnya (Ambarwati Hevy. Rosyid Nur Fahrur, 2024). *Self management* bertujuan merubah gaya hidup seperti monitoring tekanan darah, menjaga berat badan, makan makanan yang sehat dan jaga berat badan, serta rutin minum obat teratur untuk membantu klien dalam meminimalkan komplikasi dari hipertensi (Ilmiah & Rustida, 2022). Faktor-faktor lain yang juga tetap perlu dikontrol oleh penderita hipertensi adalah pola makan yaitu asupan kalori dan zat tertentu berupa garam dan aktivitas fisik seperti olahraga (Sari et al., 2023).

Self management termasuk proses menjaga kesehatan melalui keyakinan positif dan pengelolaan penyakit (Nyayu Nina Putri Calisanie et al., 2021). Individu yang mengalami penyakit kronis, dapat melakukan *self management* melalui perawatan diri dalam mempertahankan kesehatan serta mengurangi efek dari penyakit dan membatasi perkembangan penyakit (Sonia et al., 2023). Kemampuan individu untuk melakukan perawatan diri (*self manajement*) dipengaruhi oleh usia, status perkembangan, pengalaman hidup, orientasi sosial budaya, kesehatan, dan sumber daya yang tersedia (Rantetondok et al., 2024). Perawatan diri dilakukan karena adanya masalah

kesehatan atau penyakit dengan tujuan mencegah penyakit dan meningkatkan kesehatan. *Self manajemen* sangat penting dilakukan oleh pasien hipertensi untuk mencegah terjadinya komplikasi yang lebih parah (Nurarifah & Damayanti, 2022).

Self manajemen dalam menstabilkan tekanan darah dimana melalui perawatan diri bertujuan merubah gaya hidup yang sehat seperti monitoring tekanan darah, menjaga berat badan, makan makanan yang sehat, mengurangi konsumsi rokok dan alkohol serta rutin minum obat teratur untuk membantu klien dalam meminimalkan komplikasi dari hipertensi. Selain itu diet rendah garam, aktifitas fisik seperti olahraga sehingga membuat aliran darah menjadi lancar. *Self management* yang baik terlihat dari pasien secara aktif terlibat dalam perawatan mereka dan mampu membuat keputusan yang mendukung pemulihan kesehatan mereka (Rantetondok et al., 2024).

Solusi untuk dapat mengatasi masalah diatas dimana sebagai tenaga kesehatan berperan penting dalam mengetahui *self manajemen* penderita hipertensi agar dapat menggambarkan perilaku dalam mencegah komplikasi sejak dini untuk mengetahui kepatuhan penderita. Oleh karena *self manajemen* yang dilakukan secara efektif dapat memberikan manfaat untuk meningkatkan kemandirian pasien, meningkatkan rasa percaya diri, meningkatkan kepuasan pasien dalam menjalani hidup, meningkatkan kualitas hidup pasien dan menurunkan biaya perawatan. Cara yang dapat disampaikan tenaga kesehatan kepada pasien hipertensi seperti edukasi tentang berhenti merokok, menjaga pola, makan yang sehat dan melakukan aktivitas fisik yang sehat. Selain itu manajemen diri yang harus dilakukan pasien seperti patuh terhadap pengobatan dan terapi, perilaku kesehatan yang positif dan *self management*. *Self management* yang dimaksud adalah integrasi diri, regulasi diri, interaksi dengan professional kesehatan, pemantauan diri dan kepatuhan terhadap regimen yang direkomendasikan.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “*Self Management* Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Klinik Stella Maris Kecamatan Linggang Bigung Kabupaten Kutai Barat”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka masalah yang dapat dirumuskan adalah adakah “Hubungan *Self Management* Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Klinik Stella Maris Kecamatan Linggang Bigung Kabupaten Kutai Barat”?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui “*Self Management* Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Klinik Stella Maris Kecamatan Linggang Bigung Kabupaten Kutai Barat”.

2. Tujuan Khusus

- a) Mengidentifikasi *self management* pasien hipertensi di Klinik Stella Maris Kecamatan Linggang Bigung Kabupaten Kutai Barat
- b) Mengidentifikasi tekanan darah pada pasien hipertensi di Klinik Stella Maris Kecamatan Linggang Bigung Kabupaten Kutai Barat
- c) Menganalisis hubungan *self management* dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di Klinik Stella Maris Kecamatan Linggang Bigung Kabupaten Kutai Barat

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan agar dapat memperkaya konsep atau teori yang menyokong perkembangan pengetahuan dibidang ilmu Keperawatan, khususnya pengetahuan yang terkait “*Self Management* Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Klinik Stella Maris Kecamatan Linggang Bigung Kabupaten Kutai Barat”.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Peneliti

Diharapkan agar dapat memberikan dan menambah wawasan bagi peneliti dan menerapkan ilmu dan memberikan solusi mengenai “*Self Management* Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Klinik Stella Maris Kecamatan Linggang Bigung Kabupaten Kutai Barat”.

b) Bagi Klinik Stella Maris

Diharapkan agar tenaga kesehatan dapat memberikan informasi kepada pasien tentang manajemen diri yang baik ketika mengontrol tekanan darah sehingga informasi dan pengetahuan yang diberikan dapat meningkatkan pemahaman pasien dalam menerapkan manajemen diri yang efektif dalam mencegah tekanan darah.

c) Bagi Responden

Diharapkan agar pasien dapat melakukan manajemen diri yang baik seperti menghindari merokok, berolahraga, melakukan diet dengan cara menghindari makanan tinggi lemak, mengurangi mengkonsumsi garam, rutin memeriksakan tekanan darah, bahkan pasien juga dapat mengakses berbagai informasi terkait hipertensi melalui media elektronik, media massa, media cetak, petugas kesehatan dalam menurunkan tekanan darah.

d) Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan agar dapat dijadikan sebagai masukan dan data dasar bagi penelitian selanjutnya dan dapat meneliti faktor lain yang berhubungan dengan tekanan darah pada pasien hipertensi.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian : “*Self Management* Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Klinik Stella Maris Kecamatan Linggang Bigung Kabupaten Kutai Barat”

No	Author	Nama Jurnal Vol, No, Tahun	Judul	Metode (Desain, sample, Variable, Instrumen, Analisis)	Hasil Penelitian	Perbedaan Penelitian	Link Jurnal
1	Nurarifah, Risna Damayanti , 2022	<i>Jurnal Keperaw atan Silampar i Volume 5, Nomor 2, Juni 2022 e- ISSN: 2581- 1975 p- ISSN: 2597- 7482 DOI: https://do i.org/10. 31539/jk s.v5i2.30 87</i>	<i>Self Management Pasien Hipertensi Dalam Mengontrol Tekanan Darah</i>	D : studi kualitatif dengan pendekatan fenomenologi S : 9 orang V : <i>Self Management</i> Pasien Hipertensi Dalam Mengontrol Tekanan Darah I : Pedoman wawancara A : reduksi data, display data, verifikasi data	Hasil penelitian yang teridentifikasi terdiri dari enam tema yaitu diet, aktifitas fisik, merokok, pengobatan anti- hipertensi, pemeriksaan tekanan darah, dan dukungan sosial. Partisipan telah berusaha untuk dapat mempertahankan self management dalam mengontrol tekanan darah melalui pola hidup sehat dan patuh terhadap pengobatan antihipertensi tetapi terdapat beberapa hambatan yang menyebabkan partisipan kurang mematuhi saran yang diberikan oleh tenaga kesehatan seperti kejenuhan, efek samping obat, pengobatan jangka panjang. Partisipan mengetahui bahwa daun kelor memiliki khasiat untuk menurunkan tekanan darah tetapi pengolahannya yang masih kurang tepat. Simpulan, peningkatan pemahaman untuk meningkatkan self	Variabel sebelumnya yaitu : <i>self management</i> pasien hipertensi dalam mengontrol tekanan darah , sedangkan variabel dalam penelitian sekarang yaitu : <i>self management</i> dengan tekanan darah pada pasien hipertensi	https://journal.ipm2kpe.or.id/index.php/JKS/article/view/3087

					management pasien hipertensi yang tepat untuk mengontrol tekanan darah melalui pengembangan modul peningkatan self management.		
2	Fadilah, Fijar Yuan Nur, 2023	<i>Naskah Publikasi Program Studi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Nasional Jakarta 2023</i>	Hubungan <i>Self-Management</i> Dengan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Di Puskesmas Ciwaru Kabupaten Kuningan	D : kuantitatif metode survei dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> S : 208 orang V : Independen : <i>Self-Management</i> Dependen : Tekanan Darah Pasien Hipertensi I : Kuesioner dan observasi A : <i>spearman rank</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara <i>self management</i> dengan tekanan darah sistole dengan nilai p-value= 0,800 dan tekanan darah diastole p-value= 0,988	Variabel sebelumnya yaitu : , sedangkan variabel dalam penelitian sekarang yaitu : <i>self management</i> dengan tekanan darah pada pasien hipertensi	http://repository.unas.ac.id/8962/
3	Sri Astutik Andayani, 2023	<i>Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal Volume 13 Nomor 2, April 2023 e-ISSN 2549-8134; p-ISSN 2089-0834 http://jurnal.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM</i>	Pengaruh <i>Self Management</i> Terhadap Tekanan Darah Sistolik Pada Pasien Hipertensi	D : deskriptif analitik, pendekatan <i>cross sectional</i> S : 120 orang V : Independen : <i>Self Management</i> Dependen : Tekanan Darah Sistolik Pada Pasien Hipertensi I : Kuesioner dan observasi A : <i>spearman rank</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mempunyai <i>self management</i> yang kurang atau rendah yaitu sejumlah 65 (54,2%), Tekanan darah sistolik kategori pr hipertensi sejumlah 51 (42,5%) dan katagori stadium I sejumlah 24 (26,7%). Ada hubungan antara <i>self management</i> dengan tekanan darah sistolik pasien hipertensi didapatkan p value= 0,006 (<0,05)	Variabel sebelumnya yaitu : <i>Self Management</i> , Tekanan Darah Sistolik Pada Pasien Hipertensi , sedangkan variabel dalam penelitian sekarang yaitu : <i>self management</i> dengan tekanan darah pada pasien hipertensi	https://jurnal2.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM/article/view/884
4	Ovita Permata Sari, Agus Riyanto, Feny Marlina, 2023	<i>INJECTION: Nursing Journal Volume 3 Nomor 2 Juli-</i>	Hubungan <i>Self Management</i> Dengan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di	D : desain <i>cross sectional</i> S : 75 orang V : Independen : <i>Self Management</i> Dependen : Tekanan Darah Pada Pasien	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden (50,7%) penderita hipertensi memiliki <i>self management</i> yang	Variabel sebelumnya yaitu : <i>self management</i> dengan tekanan darah pada	https://jurnal.stikesbhaktihusada.ac.id/index.php/INJECTION/article/view/357

		Desember 2023	Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Tais Kabupaten Seluma	Hipertensi I : Kuesioner dan observasi A : uji <i>chi – square</i> .	kurang baik dan sebagian besar responden (53,3%) penderita hipertensi dengan stage 2 di RSUD Tais dengan $p=0,007$	pasien hipertensi , sedangkan variabel dalam penelitian sekarang yaitu : <i>self management</i> dengan tekanan darah pada pasien hipertensi	
5	Hevy Ambarwati , Fahrur Nur Rosyid, 2024	<i>Journal of Telenursing (JOTING)</i> Volume 6, Nomor 1, Januari-Juni 2024 e-ISSN: 2684-8988 p-ISSN: 2684-8996 DOI : https://doi.org/10.31539/joting.v6i1.9335	<i>Self Management</i> Berhubungan Dengan Nilai Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi	D : pendekatan <i>cross sectional</i> dengan rancangan penelitian deskriptif kuantitatif korelasional S : 96 orang V : Independen : <i>Self Management</i> Dependen : Nilai Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi I : Kuesioner dan observasi A : <i>spearman rank</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya korelasi antara <i>self management</i> dengan nilai tekanan darah pada pasien hipertensi dengan tingkat kekuatan hubungan kedua variabel dalam kategori cukup.	Variabel sebelumnya yaitu : <i>self management</i> , nilai tekanan darah pada pasien hipertensi , sedangkan variabel dalam penelitian sekarang yaitu : <i>self management</i> dengan tekanan darah pada pasien hipertensi	https://journal.ipm2kpe.or.id/index.php/JOTING/article/view/9335