

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi ialah penyakit kronis yang membutuhkan pengobatan dan perawatan jangka panjang, sehingga penderita hipertensi perlu terlibat secara langsung dalam proses perawatannya atau dikenal dengan *self management* hipertensi (Safitri et al., 2024). Manajemen hipertensi berperan penting dalam mencegah munculnya komplikasi seperti penyakit jantung, gagal ginjal, maupun stroke (Sonia et al., 2023). Salah satu langkah preventif dalam upaya menyadarkan masyarakat tentang pemeliharaan dan pengelolaan hipertensi yaitu dengan *self management education*. *Hypertention Self Management Education* dengan sasaran keluarga bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan terhadap cara merawat pasien secara mandiri untuk meningkatkan kualitas hidup penderita (Siswoaribowo et al., 2023). Dukungan keluarga sangat dibutuhkan oleh penderita hipertensi dalam upaya pengelolaan penyakitnya. Keluarga memegang peranan penting dalam membantu keberlangsungan manajemen hipertensi jangka panjang (Ayaturahmi et al., 2022).

Berdasarkan laporan *World Health Organization* (WHO) tahun 2023, sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30 hingga 79 tahun di dunia diperkirakan menderita hipertensi. Berdasarkan angka tersebut, 46% orang dewasa tidak mengetahui bahwa mereka menderita hipertensi, dan hanya 42% orang dewasa yang sudah terdiagnosis hipertensi menerima

pengobatan. Sementara itu, 1 dari 5 orang berhasil mengendalikan penyakitnya (WHO, 2023).

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,1%. Sementara itu, hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 mencatat adanya penurunan prevalensi hipertensi dibandingkan data Riskesdas 2018. Pada penduduk berusia 18 tahun ke atas, prevalensi hipertensi berdasarkan pengukuran tekanan darah turun dari 34,1% di tahun 2018 menjadi 30,8% di tahun 2023 (Survei Kesehatan Indonesia, 2023). Meskipun prevalensi hipertensi mengalami penurunan, upaya preventif dan promotif harus tetap dilakukan untuk mencapai target global yaitu menurunkan prevalensi hipertensi hingga 25% pada tahun 2025. Di provinsi Jawa Timur, prevalensi hipertensi menurut Riskesdas 2018 tercatat sebesar 36,3%. Angka ini menunjukkan peningkatan yang signifikan yang mencatat prevalensi sebesar 26,4% pada 2013 (Jatim, 2023). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Pacitan, menunjukkan penderita hipertensi berjumlah 32.420 orang pada tahun 2018. Data dari Puskesmas Nawangan tahun 2023, Desa Jetis Lor termasuk salah satu dari sembilan desa yang berada di Kecamatan Nawangan dengan prevalensi hipertensi tertinggi yaitu terdapat sekitar 340 orang menderita penyakit hipertensi (Puskesmas Nawangan, 2023).

Hipertensi dapat terjadi dengan berbagai faktor risiko. Faktor risiko yang tidak dapat diubah meliputi riwayat keluarga, usia, dan jenis kelamin. Sementara itu, faktor risiko yang dapat diubah mencakup kebiasaan merokok dan mengonsumsi alkohol, obesitas, asupan garam berlebih, dan

kurang aktivitas fisik (Meher et al., 2023). Hal ini menunjukkan bahwa pasien hipertensi perlu menerapkan perawatan mandiri sesuai pedoman dari *American Heart Association* (AHA) yang mencakup pembatasan garam dan alkohol, penurunan berat badan, aktivitas fisik, diet DASH, konsumsi buah, sayur, serta suplemen kalium (Montalvo et al., 2020).

Ketidakpatuhan dalam pengobatan hipertensi meningkatkan risiko komplikasi serius hingga kematian. Hal tersebut sering terjadi karena kurangnya pengetahuan, sikap, dan perilaku yang sesuai dalam mengelola hipertensi (Hapsari et al., 2021). Kurangnya pengetahuan keluarga tentang peran mereka juga menyebabkan penanganan yang kurang tepat terhadap anggota keluarga yang sakit. Sikap keluarga dalam mengurus anggota keluarga yang mengalami hipertensi sangat dipengaruhi oleh pemahaman mereka mengenai cara perawatan hipertensi di rumah (Hakim & Arsy, 2022). Keterlibatan keluarga sangat penting dalam perawatan pasien hipertensi. Keluarga harus dilibatkan untuk memahami kebutuhan yang tepat bagi penderita hipertensi, serta berperan sebagai pendukung dalam upaya mengendalikan hipertensi (Maslampak et al., 2018).

Pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan keluarga, sehingga keluarga dapat mengambil langkah yang lebih tepat dalam merawat anggota keluarga dengan hipertensi (Widyaningrum & Ratnasari, 2019). Edukasi kepada keluarga merupakan salah satu cara untuk membantu keluarga dalam mencegah serta merawat hipertensi di rumah. Pengetahuan yang meningkat akan mendorong keluarga dan penderita menerapkan perilaku positif dalam pengelolaan hipertensi, seperti mengurangi makanan

berlemak, diet rendah garam, menjauhi rokok dan alcohol, rutin berolahraga, serta cek kesehatan rutin (Rejo & Nurhayati, 2021). *Hypertension Self Management Education* dengan sasaran keluarga diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan terhadap perawatan mandiri, mendukung pengendalian hipertensi, dan membantu meningkatkan kualitas hidup penderita dengan menjadikan keluarga sebagai pendukung utama (Siswoaribowo et al., 2023).

Edukasi kepada keluarga dan pasien hipertensi dapat dilakukan melalui beragam metode, salah satunya menggunakan media *booklet* (Fransiskus et al., 2022). Penelitian dari Herwanti et al., (2021) menunjukkan bahwa penerapan pendidikan kesehatan hipertensi menggunakan *booklet* berpengaruh terhadap peningkatan perilaku *self management* pada penderita hipertensi. Edukasi menggunakan *booklet* dapat memperkuat kemampuan penderita dalam mengontrol diri dan memilih cara yang tepat dalam mengelola hipertensi. Pendekatan ini memungkinkan informasi dapat diakses berulang kali, sehingga lebih dipahami mendalam.

Selain dengan *booklet*, *Whatsapp* juga dapat digunakan sebagai media edukasi sekaligus pengingat. Edukasi yang diberikan kepada penderita hipertensi dengan media dan alat bantu pengingat menunjukkan tingkat kepatuhan yang optimal daripada hanya dengan diberi konseling semata (Junaidi et al., 2021). Menurut penelitian Wati et al., (2024) penggunaan *Whatsapp reminder* dan *leaflet* salam intervensi berpengaruh

terhadap tingkat kepatuhan pasien dengan hipertensi. Hal tersebut dapat membantu pasien dalam menjalani pengobatan dan terapinya.

يا رسول الله ألا نتداوى؟ قال: (تداؤوا، فإن الله لم يضع داء إلا وضع له شفاء إلا داء واحد) قالوا: يا رسول الله وما هو؟ قال: (الهرم)

“Wahai Rosulullah, apakah kita berobat?, Nabi bersabda, “Berobatlah, karena sesungguhnya Allah tidak menurunkan penyakit, kecuali pasti menurunkan obatnya, kecuali satu penyakit (yang tidak ada obatnya)”, mereka bertanya, “Apa itu?”, Nabi bersabda, “penyakit tua”. (HR. Tirmidzi 2038, dan disahihkan oleh al-Albani dalam *Sunan Ibnu Majah* 3436).

Setelah dilakukan survei pendahuluan pada 10 keluarga dengan penderita hipertensi di Desa Jetis Lor, didapati bahwa terdapat 8 keluarga dengan penderita hipertensi belum memiliki pengetahuan yang cukup dan belum menerapkan bagaimana perawatan mandiri yang sesuai untuk penderita hipertensi.

Dengan demikian, maka peneliti perlu melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh *Hypertension Self Management Education* (HSME) dengan media *booklet* Terhadap Perilaku *Self Management* Keluarga di Desa Jetis Lor Kecamatan Nawangan Kabupaten Pacitan”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada Pengaruh *Hypertension Self Management Education* (HSME) dengan media *booklet* Terhadap

Perilaku *Self Management* Keluarga di Desa Jetis Lor Kecamatan Nawangan Kabupaten Pacitan?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh *Hypertension Self Management Education* (HSME) dengan media *booklet* Terhadap Perilaku *Self Management* Keluarga di Desa Jetis Lor Kecamatan Nawangan Kabupaten Pacitan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi perilaku *self management* sebelum dilakukan intervensi *Hypertension Self Management Education* (HSME) dengan media *booklet* terhadap perilaku *self management* keluarga di Desa Jetis Lor Kecamatan Nawangan Kabupaten Pacitan.
2. Mengidentifikasi perilaku *self management* sesudah dilakukan intervensi *Hypertension Self Management Education* (HSME) dengan media *booklet* terhadap perilaku *self management* keluarga di Desa Jetis Lor Kecamatan Nawangan Kabupaten Pacitan
3. Menganalisis Pengaruh *Hypertension Self Management Education* (HSME) dengan media *booklet* terhadap Perilaku *Self Management* Keluarga di Desa Jetis Lor Kecamatan Nawangan Kabupaten Pacitan

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teori dari penelitian ini adalah dapat menjadi sebagai sumber referensi dalam bidang kesehatan terutama di bidang keperawatan, terutama dalam penanganan pasien dengan hipertensi.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan informasi dan pengetahuan serta dapat digunakan sebagai acuan untuk melakukan penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan *Hypertension Self Management Education* (HSME) pada keluarga penderita hipertensi terhadap perilaku *self management* keluarga.

2. Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan bisa menambah studi literatur dan referensi bagi institusi mengenai *Hypertension Self Management Education* (HSME) pada keluarga hipertensi.

3. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat serta informasi untuk masyarakat tentang bagaimana manajemen mandiri penderita hipertensi khususnya bagi keluarga penderita hipertensi.

1.5 Keaslian Penelitian

1. Mardiana & Azizah Ahmad (2019) dalam penelitiannya yang berjudul Edukasi Pasien dan Keluarga Terhadap Tingkat Kepatuhan Diet Hipertensi di Puskesmas Teluknaga Kabupaten Tangerang tahun 2018. Pengambilan sample menggunakan teknik *consecutive sampling* yang melibatkan 17 penderita hipertensi berusia 30-60 tahun. Pada penelitian ini menggunakan metode *quasy-eksperiment* dengan pre-test dan post-test tanpa kelompok kontrol. Hasil uji *statistic T-test* menunjukkan hasil *sig t (2-tailed)=0.001* menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan dari edukasi dengan kepatuhan diet penderita hipertensi di Puskesmas Teluknaga Kabupaten Tangerang. Pada penelitian ini terdapat perbedaan yaitu pada variabel dependen, pada penelitian ini variabel dependennya adalah tingkat kepatuhan diet hipertensi, sedangkan pada penelitian selanjutnya adalah perilaku keluarga dengan penderita hipertensi. alat ukur pada penelitian ini menggunakan kuisioner diet hipertensi sedangkan pada penelitian selanjutnya menggunakan kuisioner *Hypertension Self Management Behaviour Questionnaire (HMSBQ)*.
2. Fransiskus et al., (2022) dalam penelitiannya yang berjudul Pengaruh Edukasi Self-Care Management terhadap Tekanan Darah Hipertensi Pasien di RSUD Gunung Mulia Tomohon tahun 2022. Populasi penelitian ini yaitu semua pasien Hipertensi yang di rawat di RSUD Gunung Maria Tomohon. Pengambilan sample dengan *simple random sampling*. Jumlah sample pada penelitian ini adalah 40 responden, yang dibagi menjadi kelompok intervensi (n=30) dan kelompok kontrol (n=10).

Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimental dengan pendekatan pretest-posttest control group. Kelompok intervensi menerima edukasi *Hypertension Self Care Management* sedangkan kelompok kontrol tidak mendapatkan edukasi. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan dalam tekanan darah antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Uji Wilcoxon menunjukkan $p\text{-value}=0,000$ untuk kelompok intervensi, menandakan bahwa edukasi *self care management* berpengaruh positif terhadap pengendalian tekanan darah. Sebaliknya, tidak ada perubahan signifikan pada kelompok kontrol. Pada penelitian ini terdapat persamaan intervensi yang diberikan yaitu pendidikan kesehatan/edukasi. Sedangkan perbedaannya ialah responden pada penelitian ini adalah penderita hipertensi sementara pada penelitian selanjutnya responden merupakan keluarga penderita hipertensi. Pada penelitian ini media yang digunakan adalah *booklet* sementara pada penelitian selanjutnya adalah *booklet* dan grup *Whatsapp*..

3. Siswoaribowo et al., (2023) dalam penelitiannya yang berjudul Efektifitas *Hypertension Self Care Management Education* (HSME) dengan *booklet* terhadap Perawatan Mandiri Keluarga Pasien Hipertensi di Desa Nawangan tahun 2023. Penelitian ini menggunakan desain *quasy eksperiment* dengan *control group pretest posttest design*. Sample penelitian ini adalah keluarga penderita hipertensi berusia 25-46 tahun di Desa Nawangan dengan teknik sampling *purpose sampling*. Sebanyak 40 responden dibagi dalam kelompok kontrol dan kelompok

intervensi masing-masing 20 orang. Pada kelompok intervensi diberikan edukasi dengan *booklet* selama 30 menit seminggu sekali, sementara kelompok kontrol tidak diberikan edukasi tambahan. Hasil penelitian menunjukkan perbedaan yang signifikan, terdapat peningkatan nilai rata-rata perawatan mandiri dari 54,60 (pre-test) menjadi 69,50 (post-test), sedangkan pada kelompok kontrol hanya terjadi peningkatan kecil dari 56,10 menjadi 56,40. Hasil uji t-independen memperlihatkan nilai $p=0.033$, menunjukkan bahwa HESMe berbasis *booklet* efektif dalam meningkatkan kemampuan perawatan mandiri pasien hipertensi di rumah. Persamaan pada penelitian ini adalah intervensi yang diberikan berupa Pendidikan kesehatan/edukasi dan responden yaitu keluarga penderita hipertensi. Sedangkan perbedaannya adalah media yang digunakan pada penelitian ini adalah *booklet* sedangkan pada penelitian selanjutnya menggunakan *booklet* dan grup *Whatsapp*. Dalam penelitian ini mengukur kemampuan perawatan mandiri keluarga hipertensi sedangkan dalam penelitian selanjutnya adalah mengukur perilaku keluarga dengan menggunakan kuisioner *Hypertension Self Management Behaviour Questionnaire (HMSBQ)*.

4. Farahmand et al., (2019) dalam penelitiannya yang berjudul *Effectiveness Of A Self-Care Education Program On Hypertension Management In Older Adults Discharged From Cardiac-Internal Wards* tahun 2019. Jenis penelitian dalam penelitian ini ialah *quasy experiment* dengan kelompok kontrol. Sampel penelitian ini adalah lansia dengan

hipertensi berusia 60-79 tahun yang dipulangkan dari bangsal jantung di dua rumah sakit di Isfahan, Iran dengan jumlah sampel yaitu 56 responden. Responden dibagi menjadi 2 kelompok yaitu, kelompok intervensi yang diberikan edukasi perawatan diri dan kelompok kontrol yang hanya mendapat saran untuk kontrol ke fasilitas kesehatan. intervensi yang diberikan berupa edukasi pengendalian tekanan darah, diet DASH, olahraga, pengobatan dan berhenti merokok. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada perbedaan signifikan antara kelompok intervensi dan kontrol dalam variabel demografi, IMT dan riwayat hipertensi. Akan tetapi, tekanan darah pada kelompok intervensi turun signifikan setelah 3 bulan dibandingkan kelompok kontrol. Persamaan penelitian ini dengan penelitian selanjutnya adalah intervensi yang diberikan yaitu edukasi perawatan mandiri hipertensi, sedangkan perbedaannya adalah responden dimana pada penelitian ini respondenya ialah lansia dengan hipertensi sementara penelitian selanjutnya adalah keluarga dengan penderita hipertensi. pada penelitian selanjutnya juga menggunakan *booklet* sebagai media.