

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardiovaskuler yang ditandai pada tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolic ≥ 90 mmHg (Kemenkes, 2019; WHO, 2021). Hipertensi disebut sebagai “*silent killer*” sebab banyak orang dengan hipertensi tidak menyadari adanya tanda dan gejalanya (WHO, 2021). Keluhan yang timbul pada pasien hipertensi antara lain pusing, pandangan kabur, sakit kepala, irama jantung tidak teratur, dantelinga berdengung (Unger et al., 2020; WHO, 2021).

Angka kejadian hipertensi di dunia masih tinggi, pada tahun 2015 didapatkan data hampir 1,3 miliar orang mengalami hipertensi (WHO, 2021). Di Indonesia prevalensi hipertensi juga tinggi. Prevalensi hipertensi mengalami peningkatan 9,3% dari tahun 2013 (25,8%) sampai 2018 (34,11%) atau setara dengan 63.309.620 penduduk (Kemenkes, 2018). Hipertensi banyak terjadi pada kelompok umur $75 >$ yaitu 69,5%, diikuti umur 65-74 tahun (63,2%), 55-64 tahun (55,2%), 45-54 tahun (45,3%), 35-44 (31,6%), 25-34 (20,1%), dan 18-24 (13,2%) (Kemenkes, 2018).

Penatalaksanaan hipertensi sangat penting dilakukan untuk mengontrol tekanan darah supaya tidak mengalami komplikasi antara lain *stroke*, penyakit jantung koroner, dan gagal ginjal (WHO, 2021). Upaya untuk mengontrol tekanan darah diperlukan manajemendiri atau *self-management* yang baik. Upaya tersebut selaras dengan potongan ayat yang tercantum dalam Al-Qur'an Surat Al- Baqarah ayat 195 yang berbunyi:

وَلَا تُلْقُوا بِأَيْدِيكُمْ إِلَى التَّهْلُكَةِ وَأَحْسِنُوا

Artinya: “.....janganlah kamu jatuhkan (diri sendiri) ke dalam kebinasaan dengan tangan sendiri, dan berbuat baiklah.....” (QS. Al- Baqarah : 195)

Self-management merupakan kemampuan individu untuk manajemen atau mengaturkesehatannya sendiri dengan atau tanpa bantuan orang lain, yang meliputi kepatuhan minum obat, monitoring tekanan darah, dan modifikasi gaya hidup seperti diet, olahraga, berhenti merokok dan konsumsi alkohol (Li et al., 2020). Pasien hipertensi yang melakukan manajemen diri dengan baik akan mempunyai kualitas hidup yang baik. Selaras dengan penelitian (Lestari & Saraswati, 2019) bahwa pasien hipertensi yang mempunyai perilaku manajemen diri baik dapat meningkatkan kualitas hidup pasien. Penelitian lain juga menyebutkan bahwa kepatuhan minum obat anti hipertensi sebagai salah satu upaya

manajemen diri dan juga menjadi salah satu factor yang berhubungan dengan kualitas hidup pasien hipertensi (Relawati & Kurniawan, 2021).

Self-management hipertensi penting untuk dilakukan, namun masih banyak ditemukan penderita hipertensi yang kurang optimal dalam melakukan diet hipertensi (Firmawati et al., 2015). Hasil penelitian menurut (Pratama, Yulia Anggi et al., 2022) terkait *self-management* hipertensi dalam pemantauan tekanan darah didapatkan dalam kategori cukup pada 29 dari 35 responden hipertensi penelitian lain mendapatkan mayoritas manajemen diet juga dalam kategori cukup, sebanyak 41 responden dari 46 responden (Cahyani et al., 2019) dan manajemen aktifitas fisik juga masih dalam kategori cukup (Prasetya, 2017). Penelitian menurut (Zhang et al., 2020) didapatkan masih rendahnya manajemen aktifitas fisik dan obat.

Self-management pada pasien hipertensi dipengaruhi beberapa faktor antara lain tingkat pengetahuan, motivasi, dan dukungan keluarga. Pasien dengan pengetahuan yang baik terkait hipertensi dan manajemennya, maka dapat membantu dalam menganalisa masalah kesehatannya sehingga dapat melakukan tindakan yang tepat antara lain melakukan perilaku yang sehat (Ding et al., 2018). Motivasi pasien signifikan berpengaruh dalam manajemen hipertensi. Rendahnya motivasi dapat mempengaruhi dalam penatalaksanaan hipertensi yang membutuhkan waktu lama, sehingga pasien hipertensi tidak patuh dalam

manajemen hipertensi (AlHadlaq et al., 2019). Dukungan keluarga juga penting dalam *self-management* pada pasien hipertensi. Pasien yang memiliki dukungan keluarga yang baik akan memiliki *self-management* yang baik (Romadhon et al., 2020). Banyaknya faktor-faktor yang mempengaruhi dalam manajemen diri pada pasien hipertensi, maka tenaga kesehatan salah satunya perawat perlu mengidentifikasi faktor-faktor tersebut. Hal ini, penting untuk menentukan intervensi keperawatan yang sesuai dalam manajemen hipertensi.

Studi *systematic review* dengan penelitian kualitatif didapatkan faktor-faktor yang mempengaruhi *self-management* pada pasien hipertensi tahun 2008-2018 di Asia yaitu keyakinan pribadi, pemahaman gejala, persepsi tentang kesehatan fisik, tanggung jawab keluarga, manajemen waktu, dan dukungan sosial (Seesawang, Junjira, 2019). Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti akan melakukan *review* pada penelitian kuantitatif dan kualitatif untuk mengetahui faktor apa saja yang dapat mempengaruhi *self-management* pada pasien hipertensi.

A. Pertanyaan Review

Dengan latar belakang studi literatur yang akan dilakukan, peneliti merumuskan pertanyaan sebagai berikut: Faktor apa saja yang dapat mempengaruhi *self management* hipertensi.

B. Tujuan

Tujuan dari *literature review* yang dilakukan untuk mengenal faktor dapat mempengaruhi *self-management* hipertensi.

C. Manfaat

1. Bagi Pasien dan Keluarga

Penelitian ini bisa memberikan informasi untuk pasien dan keluarga tentang faktor-faktor yang mempengaruhi *self-management* sehingga pasien dapat mengatasi atau merubah faktor yang belum baik dan mempertahankan faktor yang dapat meningkatkan *self-management*.

2. Bagi Perawat

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan informasi untuk para perawat tentang faktor yang dapat mempengaruhi *self-management* hipertensi, sehingga dapat menentukan intervensi yang sesuai.

3. Bagi Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan wawasan tentang faktor yang dapat mempengaruhi *self-management* hipertensi.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan referensi tambahan tentang faktor yang dapat mempengaruhi *self-management*

5. Bagi Peneliti Lainnya

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi sumber referensi dan memberikan informasi untuk yang membaca dan mengetahui tentang faktor yang dapat mempengaruhi *self-management* hipertensi dan dapat mengembangkan penelitian eksperimen atau pemberian intervensi sesuai dengan faktor-faktor dalam *self-management* pada pasien hipertensi.