

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi masalah kesehatan kronik di masyarakat. Hipertensi yaitu terjadinya peningkatan tekanan darah diatas nilai normal, sebagai kondisi dimana tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan diastolik lebih dari 90 mmHg (Kemenkes, 2023).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan salah satu faktor risiko utama penyakit kardiovaskular dan penyebab kematian dini di seluruh dunia. Menurut Laporan *World Health Organization*, hipertensi telah menjadi masalah kesehatan global dengan prevalensi yang terus meningkat pada tahun 2023 menunjukkan bahwa lebih dari 1,28 miliar atau sekitar 650 juta jiwa di seluruh dunia menderita hipertensi. Diperkirakan 46% orang dewasa dengan hipertensi tidak menyadari bahwa mereka memiliki kondisi tersebut dan lebih dari dua pertiga di antaranya berasal dari negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2023).

Di Indonesia hipertensi merupakan penyakit yang memiliki angka kejadian tinggi. Prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,1% dari populasi dewasa (SKI, 2023). Sedangkan data prevalensi di Sumatera Utara penderita hipertensi menduduki posisi kedua pada kelompok usia >18 tahun sebanyak 29.989 jiwa atau 25,4% (SKI, 2023). Sementara itu kota Medan sebagai salah satu kota metropolitan di Indonesia juga mengalami peningkatan yang sangat drastis menduduki peringkat pertama penderita hipertensi terbanyak yaitu 65.904 jiwa. Peningkatan jumlah penderita ini menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang signifikan dan memerlukan perhatian lebih dalam upaya pencegahan serta pengelolaannya (Lestryani *et al.*, 2024).

Dampak hipertensi menyebabkan berbagai komplikasi serius jika tidak ditangani dengan baik. Komplikasi hipertensi dapat merusak berbagai organ penting dalam tubuh. Seperti, kerusakan pada arteri akibat tekanan darah yang tinggi dapat menyebabkan arterosklerosis yang meningkatkan resiko penyakit jantung koroner dan serangan jantung. Selain itu, hipertensi juga menjadi faktor

utama penyebab stroke akibat pecahnya pembuluh darah ke otak. Organ lain yang sering terdampak adalah ginjal yang dapat mengalami penurunan fungsi hingga gagal ginjal kronis, serta mata yang beresiko mengalami retinopati hipertensi yang dapat menyebabkan kebutaan. Tidak hanya berdampak secara fisik, penderita hipertensi juga dapat mengalami dampak psikososial, seperti stres dan kecemasan yang dapat menurunkan kualitas hidup penderita secara signifikan (Aprilia, 2023).

Faktor perilaku atau manajemen diri merupakan salah satu faktor yang sangat mempengaruhi derajat kesehatan pada pasien hipertensi. Manajemen diri hipertensi adalah upaya untuk mempertahankan kondisi sehat pada pasien hipertensi melalui tindakan pola diet yang baik, pola aktivitas fisik, mengubah kebiasaan merokok, kepatuhan minum obat, pemeriksaan rutin tekanan darah, dan kelola stres. Semakin baik manajemen diri seseorang, semakin terkontrol tekanan darahnya. Sebaliknya, jika manajemen diri kurang baik, tekanan darah cenderung lebih tinggi pada penderita hipertensi (Sri Astutik Andayani, 2023).

Manajemen diri sebagai sebuah perilaku didukung oleh berbagai faktor menurut Lawrence Green. Pengetahuan dan sikap merupakan dua faktor yang sangat penting dalam membentuk perilaku atau manajemen diri. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (perilaku yang kelihatan). Sikap belum merupakan suatu tindakan atau aktivitas, akan tetapi merupakan predisposisi tindakan suatu perilaku (Pakpahan, 2021).

Manajemen diri hipertensi yang rendah dapat dilakukan pendekatan dengan edukasi manajemen diri hipertensi. Edukasi manajemen diri hipertensi merupakan proses pemberian informasi kepada pasien hipertensi dalam meningkatkan pengetahuan tentang penyakit hipertensi, pola makan, aktifitas fisik, pengelolaan stress, kepatuhan dalam minum obat, serta penderita dapat lebih baik dalam mengelola kondisi kesehatannya. Edukasi manajemen diri yang efektif dapat mendorong perubahan sikap positif, seperti mengurangi konsumsi garam, rutin berolahraga, kebiasaan merokok dan menghindari kebiasaan buruk yang dapat memperburuk kondisi penderita (Adriani *et al.*, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Rianty (2023) yang berjudul “Pengaruh Edukasi Kelompok Terhadap Pengetahuan Pengelolaan Hipertensi Pada

Kelompok Dewasa Hipertensi Di UPT Puskesmas Rejosari” ditemukan bahwa edukasi kelompok berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan penurunan tekanan darah ( $p\text{-value} < 0,05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi kelompok efektif dalam meningkatkan pemahaman serta membantu pengelolaan hipertensi melalui modifikasi gaya hidup dan latihan relaksasi. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mendukung strategi pencegahan dan pengelolaan hipertensi yang lebih optimal.

Salah satu metode edukasi manajemen diri yang terbukti efektif adalah penggunaan media visual seperti *booklet*. Dibandingkan dengan poster atau media lainnya, *booklet* lebih unggul karena menyajikan informasi secara lebih mendetail dan sistematis, sehingga lebih mudah dipahami. Selain itu, *booklet* memberikan fleksibilitas bagi individu untuk belajar secara mandiri sesuai dengan kecepatan dan waktu mereka sendiri, menjadikannya pilihan yang efektif dalam edukasi kesehatan (Erawati, 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh Syamsia & Syafriati (2024) yang berjudul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Manajemen Diri Melalui Media *Booklet* Terhadap Tingkat Pengetahuan Pasien Dengan Hipertensi” ditemukan bahwa setelah diberikan pendidikan kesehatan melalui *booklet*, sebanyak 64,7% responden memiliki pengetahuan dalam kategori baik. Hasil ini didukung oleh uji statistik non-parametrik (wilcoxon) yang menunjukkan nilai signifikan sebesar 0,000 ( $p\text{-value} < 0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa intervensi menggunakan media *booklet* ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan responden mengenai hipertensi.

Hasil survey awal yang dilakukan peneliti di RSUD Mitra Medika Amplas pada tanggal 09 Januari 2025 didapatkan jumlah penderita hipertensi pada tahun 2023 terdapat 1.258 jiwa dan mengalami peningkatan pada tahun 2024 sebanyak 1.723 jiwa. Wawancara yang dilakukan terhadap 5 pasien terkait manajemen diri hipertensi, didapatkan bahwa 4 dari 5 pasien memiliki manajemen diri dalam kategori rendah yang dilihat dari beberapa aspek seperti diet rendah garam, aktivitas fisik, kebiasaan merokok, kontrol rutin kepelayan kesehatan, kepatuhan minum obat, dan kelola stres. Hasil wawancara 4 dari 5 penderita hipertensi mengatakan bahwa kurang memperhatikan apa yang mereka konsumsi seperti

makanan tinggi garam, kurangnya mengkonsumsi buah dan sayur, malas berolahraga, mengkonsumsi obat hipertensi secara tidak teratur, kebiasaan merokok yang buruk, pengelolaan stres. Selain itu, pasien jarang melakukan kontrol rutin ke poli RSUD Mitra Medika Amplas dengan alasan antrian yang panjang. Dengan melihat tingginya angka penderita hipertensi Di RSUD Mitra Medika Amplas serta rendahnya pengetahuan dan sikap mengenai manajemen diri hipertensi maka pentingnya dilakukan edukasi manajemen diri bagi penderita hipertensi untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap penderita hipertensi dalam mencegah terjadinya komplikasi.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Edukasi Manajemen Diri Menggunakan Media *Booklet* Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Penderita Hipertensi Di RSUD Mitra Medika Amplas”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas yang menjadi rumusan masalah adalah adakah pengaruh edukasi manajemen diri menggunakan media *booklet* terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap penderita hipertensi di RSUD Mitra Medika Amplas?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan dilakukan penelitian ini ialah untuk mengetahui pengaruh edukasi manajemen diri menggunakan Media *booklet* terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap penderita hipertensi di RSUD Mitra Medika Amplas.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi pengetahuan tentang manajemen diri sebelum dan sesudah diberikan edukasi manajemen diri penderita hipertensi di Rumah Sakit Umum Mitra Medika Amplas.
- b. Mengidentifikasi sikap sebelum dan sesudah diberikan edukasi manajemen diri penderita hipertensi di Rumah Sakit Umum Mitra Medika Amplas.
- c. Menganalisis pengaruh edukasi manajemen diri menggunakan media *booklet* terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap penderita hipertensi di Rumah Sakit Umum Mitra Medika Amplas.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Bagi Rumah Sakit**

Hasil dari penelitian ini dapat menambah informasi terkait pelayanan asuhan keperawatan, khususnya dalam upaya peningkatan peran perawat dalam manajemen diri pasien hipertensi di masyarakat.

##### **2. Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan bacaan tambahan di perpustakaan institusi pendidikan keperawatan, serta sebagai referensi dalam proses pembelajaran terkait manajemen diri pada pasien hipertensi.

##### **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi penelitian lanjutan, terutama dalam pengembangan edukasi manajemen diri menggunakan media booklet.