

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hipertensi adalah suatu keadaan dimana terjadi peningkatan tekanan darah secara abnormal dan terus menerus pada beberapa kali pemeriksaan tekanan darah yang disebabkan satu atau beberapa faktor risiko yang tidak berjalan sebagaimana mestinya dalam mempertahankan tekanan darah secara normal (Wijaya & Putri, 2017). Hipertensi dapat mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai ke jaringan tubuh yang membutuhkan, sehingga memberi gejala berlanjut pada suatu target organ tubuh yang menimbulkan kerusakan lebih berat pada target organ bahkan kematian (*Kayce Bell, June Twiggs, 2018*). Hipertensi merupakan tekanan darah tinggi yang bersifat abnormal dan diukur paling tidak pada tiga kesempatan yang berbeda, seseorang dianggap mengalami hipertensi apabila tekanan darahnya lebih tinggi dari 140/90 mmHg (Nurarif & Kusuma, 2016). Hipertensi merupakan masalah yang perlu diwaspadai, karena tidak ada tanda gejala khusus pada penyakit hipertensi dan beberapa orang masih merasa sehat untuk beraktifitas seperti biasanya. Hal ini yang membuat hipertensi sebagai *silent killer* (Kemenkes, 2018).

Prevalensi hipertensi akan terus meningkat dan diprediksi tahun 2025 sebanyak 29% orang dewasa di seluruh dunia terkena hipertensi. Hipertensi telah menyebabkan banyak kematian sekitar 8 juta orang setiap tahunnya, dan 1,5 juta kematian terjadi di Asia Tenggara dengan 1/3 populasinya menderita hipertensi (Kemenkes, 2017). Hasil Riskesdas tahun 2018 menunjukkan

penderita hipertensi di Indonesia pada tahun 2013 sebanyak 25,8% dan mengalami kenaikan sebanyak 34,1% pada tahun 2018 (Risikesdas, 2018). Di propinsi Jawa tengah pada tahun 2019 jumlah kasus hipertensi sebanyak 3.074.607 (Profil Kesehatan Propinsi Jateng, 2019), sedangkan di Kabupaten Cilacap pada tahun 2018 adalah sebanyak 15.717 kasus yang terdiri dari *hypertensi Essensial* sebanyak 13.105 kasus, dan 2612 kasus merupakan kasus hipertensi lain (Profil Kesehatan Kabupaten Cilacap, 2018). Data rekam medis yang telah penulis ambil di Puskesmas Karangpucung 1 Kabupaten Cilacap, penderita hipertensi dari bulan Januari sampai Agustus tahun 2021 sebanyak 1712 orang, laki-laki sebanyak 914 orang dan perempuan sebanyak 798 orang.

Hipertensi sulit dideteksi oleh seseorang sebab hipertensi tidak memiliki tanda atau gejala khusus. Gejala-gejala yang mudah untuk diamati seperti terjadi pada gejala ringan yaitu pusing atau sakit kepala, cemas, wajah tampak kemerahan, tengkuk terasa pegal, cepat marah, telinga berdengung, sulit tidur, sesak napas, rasa berat di tengkuk, mudah lelah, mata berkunang-kunang, mimisan (Nurarif & Kusuma, 2016). Hipertensi dapat pula merupakan tanda klinis ketidak seimbangan hemodinamik suatu sistem kardiovaskular, di mana penyebab terjadinya disebabkan oleh beberapa factor atau multi faktor sehingga tidak bisa terdiagnosis dengan hanya satu faktor tunggal (Setiati, 2015). Banyak faktor yang berperan untuk terjadinya hipertensi meliputi faktor risiko yang tidak dapat dirubah dan faktor risiko yang dapat dirubah. Faktor risiko yang tidak dapat dirubah seperti keturunan, jenis kelamin, ras dan usia. Sedangkan faktor risiko yang dapat dirubah yaitu kebiasaan gaya hidup yang tidak sehat antara lain merokok, kurang aktifitas fisik, konsumsi alkohol,

kebiasaan minum kopi, kebiasaan konsumsi makanan banyak mengandung garam, kebiasaan konsumsi makanan lemak (Aulia, 2017).

Terapi atau penatalaksanaan pasien dengan hipertensi dapat dilakukan dengan dua cara yaitu dengan non farmakologis dan dengan farmakologis (FKUI, 2016). Cara non-farmakologis dengan mengubah kebiasaan gaya hidup antara lain dengan menurunkan berat badan pada penderita yang gemuk, diet rendah garam dan rendah lemak, olahraga secara teratur dan kontrol tekanan darah secara teratur. Sedangkan dengan cara farmakologis yaitu dengan cara memberikan obat-obatan anti hipertensi. (Junaedi, Sufrida, & Gusti, 2016).

Gaya hidup merupakan faktor risiko penting timbulnya hipertensi pada seseorang termasuk usia dewasa muda. Meningkatnya hipertensi dipengaruhi oleh gaya hidup yang tidak sehat. Hal-hal yang termasuk gaya hidup tidak sehat, antara lain riwayat merokok, kurangnya aktifitas fisik, pola makan, dan kebiasaan istirahat (Fatmawati, 2017). Merokok merupakan salah satu gaya hidup penyebab hipertensi karena dalam rokok terdapat kandungan nikotin. Nikotin terserap oleh pembuluh darah kecil dalam paru-paru dan diedarkan ke otak. Di dalam otak, nikotin memberikan sinyal pada kelenjar adrenal untuk melepas *epinefrin* atau *adrenalin* yang akan menyempitkan pembuluh darah dan memaksa jantung bekerja lebih berat karena tekanan darah yang lebih tinggi (Murni, 2013). Aktivitas fisik sangat mempengaruhi stabilitas tekanan darah. Pada orang yang tidak aktif melakukan kegiatan fisik cenderung mempunyai denyut jantung yang lebih tinggi. Hal tersebut mengakibatkan otot jantung bekerja lebih keras lagi pada kontraksi. Aktivitas fisik yang dilakukan rutin selama 30-45 menit setiap hari akan membantu mengontrol tekanan darah

(Eriana, 2017). Pola makan merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya berbagai penyakit salah satunya adalah hipertensi. Menjaga pola makan yang baik yaitu dengan meningkatkan konsumsi buah dan sayur, mengurangi asupan yang banyak mengandung lemak dan asupan garam merupakan cara untuk mengurangi atau menghindari hipertensi (Rihiantoro & Widodo, 2017). Seseorang yang tidak sehat pola makannya maka peluang untuk menderita hipertensi semakin tinggi. Kebiasaan istirahat yang tidak cukup akan mengakibatkan gangguan fisik dan mental. Istirahat yang cukup adalah kebutuhan dasar manusia untuk mempertahankan kesehatannya. Besarnya pengaruh pola tidur terhadap tekanan darah tergantung kuatnya sugesti atau stresor yang diarahkan pada organ yang mempunyai pengaruh besar terhadap tekanan darah (Roshifanni, 2016).

Penelitian Wirakhmi (2020) menyatakan bahwa kepatuhan pasien dalam menggunakan obat berpengaruh terhadap keberhasilan terapi pengobatan. Adanya ketidakpatuhan pasien hipertensi dalam minum obat dapat memberikan efek negative yang sangat besar, seperti munculnya komplikasi. Penelitian yang dilakukan oleh Niken Larasati (2019) menyatakan bahwa kepatuhan pasien menjalani terapi dapat diartikan bahwa pasien menggunakan obat dengan teratur, serta menaati semua aturan dan nasihat. Ketidakpatuhan pasien menjadi masalah serius yang dihadapi para tenaga kesehatan profesional.

Puskesmas Karangpucung I sebagai Pemberi Pelayanan Kesehatan (PPK) tingkat 1 telah menyediakan layanan pengobatan bagi Prolanis, terutama pasien hipertensi dan jumlah pasien hipertensi di Puskesmas Karangpucung I pada tahun 2019 masih menempati urutan pertama.(Data pasien di Puskesmas

I Karangpucung, 2019). Berdasarkan hasil wawancara yang penulis dapatkan dari perawat yang memegang program prolanis di Puskesmas Karangpucung I Kabupaten Cilacap, mengatakan bahwa jumlah pasien hipertensi yang datang untuk melakukan pengobatan sebanyak 1250 orang dalam satu tahun, jumlah pasien hipertensi yang kadang-kadang untuk datang berobat sebanyak 294 orang dan jumlah pasien hipertensi yang tidak pernah datang berobat sebanyak 168 orang.

Pada studi pendahuluan yang dilakukan penulis terhadap 11 orang pasien yang berkunjung di Puskesmas Karangpucung 1, dari wawancara yang diperoleh bahwa 3 orang pasien dengan tekanan darah normal 120/80 mmHg mematuhi untuk gaya hidup sehat dan rutin meminum obat hipertensi, 6 orang pasien dengan tekanan darah normal tinggi 130/90 mmHg dengan gaya hidup yang tidak sehat tetapi tetap mengkonsumsi obat hipertensi dan 2 orang pasien dengan tekanan darah tinggi 150/90mmHg memiliki gaya hidup yang tidak sehat dan tidak mengkonsumsi rutin obat hipertensi.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan gaya hidup dan kepatuhan minum obat terhadap tekanan darah pasien Hipertensi pada Peserta Prolanis di Puskesmas Karangpucung 1 Kabupaten Cilacap.

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang yang telah diuraikan diatas rumusan masalah yang hendak diteliti adalah apakah ada hubungan gaya hidup dan kepatuhan minum obat terhadap tekanan darah pasien hipertensi pada peserta prolanis di Puskesmas Karangpucung I?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk menjelaskan hubungan gaya hidup dan kepatuhan minum obat terhadap tekanan darah pasien hipertensi pada peserta prolanis di Puskesmas Karangpucung I.

2. Tujuan khusus

- a. Mendeskripsikan gaya hidup (aktifitas fisik, pola makan, dan kebiasaan istirahat) pasien hipertensi di Puskesmas Karangpucung I.
- b. Mendeskripsikan kepatuhan minum obat pasien hipertensi di Puskesmas Karangpucung I.
- c. Menganalisis hubungan gaya hidup dan kepatuhan minum obat terhadap tekanan darah pasien hipertensi di Puskesmas Karangpucung I.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dapat dijadikan sebagai kajian literatur dan kepustakaan untuk menambah ilmu pengetahuan terutama dalam bidang keperawatan komunitas tentang pelaksanaan program prolanis di Indonesia.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Universitas Al-Irsyad Cilacap

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi tambahan dan wawasan mahasiswa jurusan keperawatan tentang hubungan gaya hidup, kepatuhan minum obat pada pasien hipertensi.

b. Bagi Puskesmas Karangpucung I

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan untuk meningkatkan kualitas pelayanan pada pasien hipertensi khususnya. Serta dapat menjadi acuan untuk mengembangkan dan meningkatkan motivasi bagi petugas kesehatan dalam meningkatkan dan mengoptimalkan pelayanan untuk menjadi lebih baik.

c. Bagi Perawat

Untuk menambah hasanah pengetahuan peneliti tentang gaya hidup yang berhubungan dengan kepatuhan minum obat pada penderita hipertensi guna menjahterahkan kesehatan masyarakat.

d. Bagi Peneliti lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan pedoman dalam menambah ilmu pengetahuan dan juga sebagai dasar untuk melakukan penelitian lanjutan.

E. Keaslian Penelitian.

Beberapa penelitian yang terkait dengan penelitian yang dilakukan oleh penulis :

1. Mangendai (2017), Faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan minum obat pada pasien hipertensi di Puskesmas Ranotara Weru, Desain penelitian yang digunakan yaitu menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel pada penelitian ini dilakukan dengan cara *total sampling* sesuai dengan kriteria inklusi berjumlah 32 orang.

Hasil penelitian menggunakan uji statistik *chi square* didapatkan untuk pengetahuan nilai $= 0.008 < \alpha = 0.05$, motivasi nilai $= 0.011 < \alpha = 0.05$ dan dukungan keluarga nilai $= 0.001 < \alpha = 0.05$. Simpulan hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan, motivasi dan dukungan keluarga dengan kepatuhan berobat pada pasien hipertensi di Puskesmas Ranotana Weru.

a. Persamaan :

- 1) Salah satu variabel bebas yang diteliti adalah kepatuhan minum obat.
- 2) Variabel terikat yang teliti adalah pasien hipertensi
- 3) Pendekatan yang dipakai pada penelitian adalah *cross sectional*

b. Perbedaan :

- 1) Variabel bebas yang diteliti tidak hanya kepatuhan minum obat tetapi juga gaya hidup.
- 2) Jumlah sampel yang digunakan peneliti adalah 35 pasien.

2. Wirakhmi (2020), Hubungan Kepatuhan Minum Obat dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. Desain penelitian ini adalah *cross sectional study*. Responden dalam penelitian ini adalah pasien hipertensi di Puskesmas Karangjambu Kabupaten Purbalingga. Sampel diambil menggunakan teknik *accidental sampling* dengan jumlah 86 responden. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah perempuan (86%), sebgain besar berada pada kategori tingkat kepatuhan sedang (47%) dan pada kategori hipertensi tahap 2 (63%). Uji stastistik didapatkan nilai p value 0.901 menunjukkan bahwa tidak ada hubungan kepatuhan minum obat dengan tekanan darah pada penderita hipertensi.

a. Persamaan

- 1) Variabel yang diteliti salah satunya adalah kepatuhan minum obat.
- 2) Variabel terikat adalah pasien hipertensi.
- 3) Desain penelitian adalah *cross sectional study*.

b. Perbedaan

- 1) Variabel bebas tidak hanya satu tetapi juga meneliti tentang gaya hidup.
- 2) Jumlah sampel peneliti yaitu berjumlah 35 pasien.

3. Niken Larasati (2019), Pengaruh Prolanis dan Kepatuhan Minum Obat Terhadap Tekanan Darah Pasien Hipertensi di Puskesmas Gamping I. Penelitian ini merupakan penelitian non eksperimental dan bersifat observasional analitik. Pengambilan data dilakukan secara retrospektif di Puskesmas Gamping 1 Yogyakarta. Untuk menentukan besarnya jumlah sampel menggunakan teknik accidental sampling. Berjumlah 89 orang. Analisis data menggunakan uji *Chi-square*. Hasil yang diperoleh adalah tidak terdapat hubungan yang signifikan antara konsultasi medis/edukasi dengan tekanan darah pasien (Asymp. Sig 0,111), tidak terdapat hubungan yang signifikan antara home visit dengan tekanan darah pasien (Asymp. Sig 0,007), terdapat hubungan yang signifikan antara reminder gateway dengan tekanan darah pasien (Asymp. Sig 0,002), dan terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan minum obat dengan tekanan darah pasien (Asymp. Sig 0,000).

a. Persamaan

- 1) Variabel yang diteliti salah satunya adalah kepatuhan minum obat.
- 2) Variabel terikat adalah pasien hipertensi.

b. Perbedaan

- 1) Variabel bebas tidak hanya satu tetapi juga meneliti tentang gaya hidup.
- 2) Jumlah sampel peneliti yaitu berjumlah 35 pasien.