

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut (Sumartini, Zulkifli & Adhitya 2019) Hipertensi merupakan kondisi peningkatan tekanan darah seseorang di atas normal yang dapat mengakibatkan peningkatan angka kesakitan (morbiditas) dan angka kematian (mortalitas). Hingga saat ini hipertensi masih menjadi masalah kesehatan yang cukup besar untuk tetap diatasi. Menurut organisasi kesehatan dunia World Health Organization (WHO) pada tahun 2019 menyatakan saat ini prevalensi hipertensi di seluruh dunia sebesar 22% dari total jumlah penduduk dunia. Dari sejumlah penderita hipertensi tersebut, hanya seperlima yang melakukan upaya pengendalian tekanan darah (Kemenkes RI, 2019 dalam Oktaviani et al., 2022).

Al-Qur'an diturunkan sebagai pedoman agar manusia dapat menentukan mana yang baik dan mana yang buruk serta yang hak dan yang batil. Al-Qur'an turun sebagai petunjuk bagi manusia sekaligus sebagai risalah akhir yang menitik beratkan kepada manusia agar berpedoman kepada-Nya jika ingin selamat dunia dan akhirat dan berlaku untuk sepanjang zaman. Sebagaimana dalam Al-Qur'an surah Ar-Ra'd'(13) ayat 11 sebagai berikut:

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ

Artinya : “*Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan suatu kaum sebelum hingga mereka mengubah apa yang ada pada diri mereka.*”(Q.S. Ar-Ra'd ayat 11) (*Qur'an Kemenag, n.d.*).

Dari ayat di atas dapat di simpulkan bahwa Allah tidak akan merubah keadaan umatnya sehingga mereka sendiri yang merubahnya. Makna yang terkandung dalam ayat ini adalah kita sebagai umat muslim harus pandai dalam memilah dan memilih makan yang *halalan toyyiban*, yaitu makanan yang halal dan baik untuk diri kita.

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang dilakukan Kementerian Kesehatan tahun 2018 terdapat peningkatan kejadian hipertensi dibandingkan hasil pada tahun 2013, dengan prevalensi 34,1%. Angka tersebut lebih tinggi dibandingkan tahun 2013 dengan angka prevalensi 25,8%. Hasil tersebut merupakan kejadian hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah pada masyarakat Indonesia berusia 18 tahun ke atas (Kemenkes RI, 2018).

Cakupan pelayanan kesehatan penderita hipertensi berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah di Jawa Barat Tahun 2021 sebesar 34,5%. Berdasarkan hasil Riskesdas 2018, prevalensi hipertensi berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk umur >18 tahun sebesar 39,6 mengalami peningkatan dibandingkan hasil Riskesdas Tahun 2013 yaitu sebesar 29,4. Kabupaten/Kota dengan cakupan pelayanan kesehatan penderita hipertensi tertinggi di Kota Bogor (101,9%), Kota Cirebon (99,7%), dan Kabupaten Sumedang (98,7%) dan Kabupaten Pangandaran menduduki peringkat 6 dengan nilai (55,9%) (Suparyanto dan Rosad, 2021).

Berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah pada pasien yang berobat ke Klinik Hadi Medika Pangandaran dari bulan November 2022 sampai dengan bulan April 2023 menunjukkan bahwa sebanyak 110 orang yang mengalami hipertensi dengan rata-rata usia di atas 18 tahun.

Manajemen diri merupakan kemampuan individu untuk mengetahui, mengidentifikasi dan mengelola gejala, pengobatan, konsekuensi fisik, dan psiko sosial, serta perubahan gaya hidup yang berhubungan dengan penyakit kronis yang dapat dilakukan dengan menerapkan 5 komponen diantaranya integritas diri, regulasi diri, interaksi dengan tenaga kesehatan, pemantauan tekanan darah, dan kepatuhan terhadap aturan yang diterapkan oleh tenaga kesehatan terkait (Choiriyah et al., 2021 dalam Susanti, 2022).

Menurut (Warren-Findlow *et al.*, 2012) menyatakan bahwa individu yang memiliki *self efficacy* yang tinggi akan mengalami peningkatan yang signifikan terhadap kepatuhan pengobatan, diet rendah garam, rajin melakukan aktivitas fisik, tidak merokok dan mampu melakukan manajemen berat badan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Gharetepeh *et al.*, 2015 dalam Susanti, 2022) mengatakan bahwa pasien hipertensi yang tidak memiliki kontrol yang baik akan menunjukkan ketidakpatuhan terhadap obat anti hipertensi, dan secara signifikan mereka yang memiliki *self efficacy* dianggap mampu dalam mengontrol tekanan darahnya, sehingga *self efficacy* ini dianggap sebagai landasan dari pengobatan dan keberhasilan suatu pengobatan. Manajemen hipertensi yang harus dilakukan seperti pengaturan diet rendah garam dan rendah lemak, perubahan gaya hidup, pengelolaan stress, mengontrol kesehatan, olahraga teratur, dan pengobatan hipertensi (manajemen hipertensi). Peran keluarga sangat diperlukan untuk manajemen perawatan hipertensi pada penderita hipertensi (Rahmi *et al.*, 2019).

Penyebab hipertensi hingga saat ini secara pasti belum dapat diketahui, tetapi gaya hidup berpengaruh besar terhadap kasus ini. Terdapat beberapa faktor yang menjadi risiko terjadinya hipertensi, seperti usia, jenis kelamin, merokok, dan gaya hidup kurang aktivitas yang dapat mengarah ke obesitas. Mengurangi faktor resiko tersebut menjadi dasar pemberian intervensi oleh tenaga kesehatan (Tirtasari & Kodim, 2019).

Menurut pandangan ajaran islam, segala sesuatu harus dilakukan secara rapi, benar, tertib dan teratur, maka demikian akan menghasilkan sesuatu yang maksimal. Rasulullah SAW bersabda dalam sebuah hadits yang diriwayatkan Imam Thabrani :

عَنْ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا قَالَتْ، قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ

إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ إِذَا عَمِلَ أَحَدُكُمْ عَمَلًا أَنْ يُتَّقَهُ

Artinya: Dari Aisyah r.a sesungguhnya rasulullah bersabda :
“Sesungguhnya Allah sangat mencintai orang yang jika melakukan sesuatu pekerjaan, dilakukan secara itqan (tepat, terarah, jelas dan teratur) (Hadits diriwayatkan oleh Imam At-Tabrânî, dalam al-

Mujam al-Awsat, No. 897, dan Imam Baihaqi dalam Sya'bu al-Îmân, No. 5312 dalam *Perpustakaan Islam Digital*, n.d.).

Hadits tersebut menjelaskan bahwa sebuah pekerjaan itu harus dilakukan dengan terencana dan terprogram dengan baik. Dalam pandangan ajaran islam segala sesuatu harus dilakukan secara rapi, benar, tertib dan teratur. Dengan melakukan hal tersebut, maka kita dapat menemukan nilai-nilai yang dapat merubah kehidupan kita kearah yang lebih positif. Apabila dihayati dan diamalkan akan menjadikan pikiran, rasa, dan karsa mengarah kepada realitas keimanan yang dibutuhkan bagi stabilitas dan ketentraman hidup pribadi dan masyarakat. Jika hati tenang maka pikiranpun tenang, maka itu akan mengurangi terjadinya hipertensi. Karena manajemen stress pada pikiran kita termasuk dalam manajemen diri hipertensi.

Fenomena yang melatar belakangi penelitian ini adalah tingginya angka kejadian hipertensi di dunia, khususnya di Indonesia angka kejadian hipertensi sangat tinggi. Terlihat dari data Riskesdas tahun 2018 angka kejadian hipertensi mengalami kenaikan dari sebelumnya dengan angka 34,1%, angka tersebut lebih tinggi dari tahun 2013 dengan angka 25,8%.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilaksanakan pada tanggal 25 Januari 2023 di Klinik Hadi Medika Pangandaran, dengan melakukan pemeriksaan tekanan darah pada pasien yang berobat Klinik Hadi Medika. Didapat 4 orang pasien penderita hipertensi, 3 diantaranya tidak melakukan manajemen diri seperti diet rendah garam, merokok, memeriksa tekanan darah rutin ke fasilitas kesehatan terdekat. Dan 1 orang melakukan manajemen diri seperti rajin mengkonsumsi obat antihipertensi dan rutin memeriksa tekanan darah ke fasilitas kesehatan terdekat.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk meneliti antara hubungan manajemen diri dengan hipertensi di Klinik Hadi Medika Pangandaran.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang rumusan masalahnya yaitu “adakah hubungan antara manajemen diri dengan kejadian hipertensi pada pasien di Klinik Hadi Medika Pangandaran?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara manajemen diri dengan kejadian hipertensi pada pasien yang berobat ke Klinik Hadi Medika Pangandaran.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya gambaran manajemen diri pada pasien seperti integritas diri, regulasi diri, interaksi dengan tenaga kesehatan terkait, pemantauan diri hipertensi dan kepatuhan terhadap aturan yang telah dianjurkan oleh tenaga kesehatan.
- b. Diketuinya gambaran hipertensi pada pasien yang berobat ke Klinik Hadi Medika Pangandaran.
- c. Diketuinya hubungan antara manajemen diri dengan kejadian hipertensi pada pasien yang berobat ke Klinik Hadi Medika Pangandaran.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan ilmu pengetahuan dalam ilmu kardiovaskuler secara umum, khususnya dengan masalah manajemen diri hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman dan pengetahuan kepada responden mengenai pentingnya manajemen diri hipertensi.

b. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi akademis dalam mengembangkan konsep atau teori hipertensi.

c. Bagi Peneliti lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi dan dapat dikembangkan untuk penulis karya tulis selanjutnya dengan tingkat yang lebih tinggi..

E. Keaslian Penelitian

Menurut (Lestari, 2017), dengan judul “pengaruh *self management* terhadap tekanan darah lansia yang mengalami hipertensi”. Desain penelitian yang digunakan pada penelitian tersebut adalah deskriptif analitik, dengan pendekatan *cross-sectional*. Hasil uji Spearman Rank dari *self management* dengan tekanan darah sistolik didapatkan (*p value* = 0,000) ($< \alpha = 0,05$) sedangkan hasil dari *self management* dengan tekanan darah diastolik didapatkan (*p value* = 0,034) ($< \alpha = 0,05$). Ada pengaruh positif yang sangat signifikan antara *self management* dengan tekanan darah (sistolik dan diastolik).

Menurut (Cecilia Yanasari Sinaga, Sudirman, 2022), dengan judul “hubungan efikasi diri dengan manajemen perawatan diri pada lansia hipertensi Di Puskesmas Sayung 1 Demak”. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Menunjukkan hasil analisis data uji korelasi *Spearman Rank Test* (*p-value*=0,000) nilai koefisien korelasi ($r=0,920$). Hasil menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan manajemen perawatan diri lansia hipertensi, terdapat hubungan positif atau sejalan antara peningkatan efikasi diri dan manajemen perawatan diri lansia hipertensi.

Ada pun penelitian lain oleh (Susanti.Susi, 2022), dengan judul “hubungan *self efficacy* dengan manajemen diri pasien hipertensi di Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar tahun 2022”. Penelitian tersebut menunjukkan hasil uji statistik menggunakan korelasi *Chi Square* diperoleh nilai ($p=0.001$) yang berarti ($p<0,05$) hal ini menunjukkan bahwa terdapat

hubungan yang signifikan antara hubungan manajemen diri dengan hipertensi pada pasien yang berobat ke Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar.

Berdasarkan Penelitian sebelumnya ada persamaan yaitu membahas tentang *self management* atau manajemen diri. Sedangkan perbedaan dengan penelitian yang peneliti buat yaitu populasi, lokasi, dan waktu. Dengan judul yang diambil “hubungan manajemen diri dengan hipertensi pada pasien di Klinik Hadi Medika Pangandaran”. Jenis metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analitik observasional dengan desain *cross-sectional*. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah pasien hipertensi yang telah terdata di Klinik Hadi Medika dengan jumlah 110 orang. Dan waktu penelitian telah dilaksanakan dari bulan Februari sampai dengan bulan April 2023, dengan hasil terdapat hubungan yang signifikan antara manajemen diri dengan angka kejadian hipertensi pada pasien di Klinik Hadi Medika Pangandaran.