

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi atau tekanan darah tinggi sering disebut sebagai *the silent killer* dikarenakan tidak mempunyai tanda-tanda dan gejala, sehingga mereka yang memiliki tekanan darah tinggi tidak sadar dan setelah terjadi komplikasi mereka baru menyadarinya (Muliani et al., 2023). Hipertensi didefinisikan sebagai peningkatan tekanan darah arteri sistemik yang menetap dimana tekanan darah sistolik ≥ 140 mmhg atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmhg (Alfianur dan Novikasari, 2021).

Menurut *World Health Organization* WHO (2023) diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi. Menurut Survei Kesehatan Indonesia (2023) menyatakan prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran total penduduk Indonesia usia ≥ 18 tahun sebesar 30,8% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Hipertensi merupakan penyakit terbanyak dengan faktor risiko tertinggi penyebab kematian keempat dengan persentase 10,2% (Kemenkes RI, 2024).

Berdasarkan profil kesehatan Provinsi Lampung tahun 2023, penyakit hipertensi termasuk dalam sepuluh besar penyakit terbanyak di Provinsi Lampung menduduki peringkat ke tiga dengan jumlah 139.866 penderita hipertensi. Kabupaten Lampung Timur menduduki urutan ke tiga Se-Provinsi Lampung dengan prevalensi hipertensi 33,1 % dari hasil pengukuran usia ≥ 15 tahun penduduk di Lampung Timur (Dinkes Provinsi Lampung, 2023). Penyakit hipertensi menduduki peringkat kedua dari sepuluh besar penyakit yang ada di Kabupaten Lampung Timur dengan jumlah 12198 kasus (Dinkes Kabupaten Lampung Timur, 2022).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Puskesmas Tambah Subur diperoleh dari data capaian program deteksi dini penyakit hipertensi pada periode Januari 2024 - Desember 2024 pada aplikasi sehat Indonesiaku di Puskesmas Tambah Subur terdapat 2445 orang terdeteksi hipertensi di

Kecamatan Tambah Subur. Beberapa desa dengan jumlah hipertensi terbanyak terdapat di Desa Kali Pasir (401), Toto Projo (335), Taman Negeri (315), dan desa dengan jumlah hipertensi terendah berada di desa Toto Mulyo (242).

Hipertensi memiliki berbagai faktor penyebab, baik faktor yang dapat dimodifikasi maupun yang tidak. Salah satu faktor yang dapat dimodifikasi adalah gaya hidup seseorang, yang sangat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuannya mengenai suatu penyakit. Sementara itu, faktor yang tidak dapat dimodifikasi adalah faktor genetik (Kemenkes RI, 2022). Beberapa faktor penyebab hipertensi adalah penambahan usia, jenis kelamin, genetik, riwayat keluarga, obesitas dan pola hidup tidak sehat. Adapun pola hidup tidak sehat yang dimaksud yakni kurang aktifitas fisik, kebiasaan merokok, pola konsumsi makanan dengan kadar garam tinggi secara berlebihan, stress, sampai pada penggunaan obat-obatan tertentu (Sari et al., 2023).

Dampak penyakit hipertensi dapat menyebabkan komplikasi seperti kerusakan organ meliputi otak, karena hipertensi yang tidak terkontrol dapat meningkatkan stroke kemudian kerusakan pada jantung, hipertensi meningkatkan beban kerja jantung yang akan menyebabkan pembesaran jantung sehingga meningkatkan gagal jantung, dan gagal ginjal (Fadila et al., 2024). Hipertensi juga beresiko menimbulkan berbagai macam penyakit lainnya yaitu seperti gagal jantung, jantung koroner, penyakit ginjal dan stroke, sehingga penanganannya harus segera dilakukan sebelum komplikasi dan akibat buruk lainnya terjadi seperti dapat menurunkan umur harapan hidup penderitanya (Siregar, 2022).

Kementerian Kesehatan dalam hal ini telah membuat beberapa program dalam hal pencegahan dan pengendalian penyakit hipertensi. Salah satu program penanggulangan hipertensi oleh pemerintah adalah perilaku CERDIK. CERDIK adalah akronim dari Cek kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet seimbang, Istirahat yang cukup, dan Kelola stres (Kemenkes RI, 2024). Penderita hipertensi perlu memahami bagaimana cara mengatasi tekanan darahnya agar tetap stabil dengan menerapkan perilaku CERDIK di kehidupan sehari-hari.

Menurut Kementerian Kesehatan Kemenkes RI (2019), perilaku CERDIK dalam mengontrol hipertensi dengan cara melakukan pemeriksaan kesehatan rutin minimal sebulan sekali untuk memeriksa tekanan darah, berat badan, lingkar perut dan kolesterol, bagi perokok aktif dapat berusaha untuk berhenti merokok dan rajin olahraga setidaknya 30 menit per hari atau 3-5 kali dalam seminggu, melakukan diet sehat dan seimbang dengan mengonsumsi sayur-sayuran dan buah-buahan, kemudian mengurangi asupan gula, garam dan lemak yang tinggi, melakukan istirahat yang cukup sekitar 6-8 jam/hari, dan kendalikan stres dengan melakukan aktivitas sesuai minat, menonton televisi, dan berbincang dengan teman dekat/rekan.

Perilaku CERDIK dalam manajemen pengelolaan hipertensi dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti faktor pengetahuan, motivasi, dukungan keluarga, faktor fisiologis dan psikologis dan kepatuhan minum obat (Sari dan Ardianto, 2021). Pengetahuan memberi informasi kepada seseorang yang mempelajarinya sehingga dapat diterapkan dalam kehidupan serta mendatangkan perubahan perilaku, dapat berupa pola hidup sehat pada penderita hipertensi. Pengetahuan yang harus dimiliki penderita hipertensi terkait penyakit hipertensi, gejala hipertensi, faktor resiko, komplikasi dan pentingnya melakukan pengobatan secara teratur serta mengetahui bahaya yang akan timbul jika tidak meminum obat maka akan mempengaruhi keadaan penderita hipertensi (Nengsih, 2022).

Kurangnya pengetahuan terkait hipertensi akan menyebabkan kekambuhan hipertensi sehingga munculnya kembali tanda dan gejala yang serupa dengan sebelumnya bahkan akan menyebabkan komplikasi dari hipertensi. Pengetahuan yang baik merupakan modal awal yang harus dimiliki oleh penderita hipertensi agar penderita memahami bagaimana agar tekanan darah tetap terkontrol secara baik (Khansa et al., 2023).

Menurut penelitian Wiranto et al. (2023) disebutkan bahwa pengetahuan mengenai penyakit hipertensi berhubungan secara signifikan dengan kejadian hipertensi. Sebab kurangnya pengetahuan mengenai penyakit hipertensi menjadi salah satu penyebab terjadinya penyakit hipertensi. Hal ini sejalan

dengan penelitian (Sari dan Ardianto, 2021) dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku CERDIK penderita hipertensi di masa pandemi Covid-19. Bahwa pengetahuan penderita hipertensi dapat meningkat dan dapat mengubah gaya hidup dan dapat meningkatkan perubahan perilaku CERDIK sehingga derajat kesehatan meningkat secara optimal di masa pandemi Covid-19.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Puskesmas Tambah Subur hasil wawancara dengan 8 pasien hipertensi ada 5 pasien tidak melakukan cek kesehatan secara berkala, sedangkan 3 pasien lainnya melakukan cek kesehatan setiap bulan namun hanya mengecek tekanan darah saja, 8 pasien yang masih merokok/terpapar asap rokok dirumah, 3 pasien jarang melakukan aktivitas fisik (jogging, berkebun, melakukan pekerjaan rumah), 7 pasien belum melakukan diet seimbang karena masih belum membatasi asupan garam, dan 4 pasien belum mampu mengelola stres dengan baik. Hasil wawancara pada 8 pasien hipertensi didapatkan 4 pasien dengan pengetahuan hipertensi kurang, 2 pasien dengan pengetahuan cukup dan 2 pasien dengan pengetahuan hipertensi baik. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan kurangnya pengetahuan hipertensi masyarakat berkaitan dengan perilaku CERDIK masyarakat tentang bagaimana melakukan pengendalian tekanan darah.

Berdasarkan informasi diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian secara mendalam dan detail untuk mengetahui informasi terbaru dengan judul penelitian “Hubungan Tingkat Pengetahuan Hipertensi Dengan Perilaku CERDIK Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Tambah Subur”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan tingkat pengetahuan hipertensi dengan perilaku CERDIK pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tambah Subur?”.

C. Tujuan Masalah

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tingkat pengetahuan hipertensi dengan perilaku CERDIK pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tambah Subur.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan hipertensi pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tambah Subur.
- b. Mengidentifikasi perilaku CERDIK pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tambah Subur.
- c. Menganalisis hubungan korelasi antara tingkat pengetahuan hipertensi dengan perilaku CERDIK pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Tambah Subur.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah wawasan bagi peneliti dalam menerapkan konsep dan teori yang dimiliki ke dalam bentuk penelitian lapangan, khususnya tentang hubungan perilaku CERDIK dengan tekanan darah pada pasien Hipertensi

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan masukan, dan referensi kepada institusi dan dapat dijadikan sebagai bahan penelitian selanjutnya.

3. Bagi Pembaca

Dapat menambah wawasan mengenai tingkat pengetahuan pasien dengan perilaku CERDIK dalam upaya pengendalian hipertensi, sehingga penderita hipertensi dapat terhindar dari komplikasi yang lebih lanjut sehingga dapat meningkatkan kualitas dan harapan hidup.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama penulis (Tahun) Judul	Metode Penelitian, Populasi dan Sampel	Hasil	Persamaan dan Perbedaan
1.	Junaidi et al. (2023) Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Perilaku Cerdik Hipertensi pada Remaja	<ul style="list-style-type: none"> - Jenis penelitian kuantitatif observasional. - Pendekatan penelitian cross sectional. - Populasi dalam penelitian ini siswa SMK farmasi Cendikia Farma Husada. - Sampel penelitian berjumlah 246 siswa - Teknik sampling yang digunakan sampling jenuh - Instrumen penelitian menggunakan kuisioner - Analisis data univariat dan bivariate menggunakan uji Chi-Square 	<ul style="list-style-type: none"> - Hasil analisis menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku cerdas dan tidak ada hubungan antara sikap dengan perilaku cerdas hipertensi. Responden yang pengetahuannya baik memiliki kecenderungan melakukan perilaku cerdas dengan baik 1,807 kali lebih besar disbanding responden yang pengetahuannya kurang baik 	<p>Persamaan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Jenis penelitian kuantitatif observasional - Desain penelitian cross sectional - Variabel dependen perilaku cerdas <p>Perbedaan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Responden siswa SMK farmasi Cendikia Farma Husada - Teknik sampling menggunakan sampling jenuh - Variabel independen tingkat pengetahuan dan sikap tentang hipertensi
2.	Mustika sari dan Jefri Ardianto (2021) Hubungan tingkat pengetahuan terhadap perilaku CERDIK pada penderita hipertensi selama masa pandemi COVID-19 di wilayah kerja Puskesmas Bancah Bukittinggi	<ul style="list-style-type: none"> - Jenis penelitian: Deskriptif analitik - Pendekatan: Cross Sectional - Populasi: 146 orang penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gulai Bancah. - Sampel: 59 orang, dipilih menggunakan teknik purposive sampling - Instrumen: Kuesioner perilaku CERDIK yang terdiri dari 8 pertanyaan. - Alat tambahan: Tensi digital - Analisis data: univariat dan bivariate dengan menggunakan uji Chi-square 	<ul style="list-style-type: none"> - 59,3% responden memiliki tingkat pengetahuan tinggi. - Dari 35 responden dengan pengetahuan tinggi, 71,4% memiliki perilaku CERDIK yang baik. - Dari 24 responden dengan pengetahuan rendah, 66,7% memiliki perilaku CERDIK yang kurang baik. - Hasil uji statistik menunjukkan p-value = 0,009, yang berarti ada hubungan signifikan antara 	<p>Persamaan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan penelitian cross sectional - Teknik sampling menggunakan purposive sampling. - Variabel independen tingkat pengetahuan penderita hipertensi dan variabel dependen perilaku penderita hipertensi <p>Perbedaan</p> <ul style="list-style-type: none"> - Responden penelitian penderita hipertensi selama masa pandemi COVID-19 di

No	Nama penulis (Tahun) Judul	Metode Penelitian, Populasi dan Sampel	Hasil	Persamaan dan Perbedaan
			tingkat pengetahuan dan perilaku CERDIK. - Odds Ratio (OR) = 5,000, artinya penderita dengan pengetahuan tinggi memiliki peluang 5 kali lebih besar untuk memiliki perilaku CERDIK dibandingkan yang memiliki pengetahuan rendah.	wilayah kerja Puskesmas Gulai Bancah.
3.	Maryati et al. (2024) Hubungan Perilaku Cerdik Dengan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Desa Puton Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang	- Jenis Penelitian korelasional dengan rancangan <i>cross-sectional</i> - Teknik pengambilan sampel <i>purposive sampling</i> . - Populasi penelitian adalah lansia di Desa Puton Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang - Sampel dengan kriteria inklusi sejumlah 30 orang. - Instrumen yang digunakan adalah kuesioner perilaku cerdas dan pengukuran tekanan darah. - Analisa data menggunakan analisa univariat untuk melihat distribusi frekuensi dan analisa bivariate menggunakan uji <i>Kendall's Tau</i>	- 53,4% responden memiliki hipertensi derajat 1, dan 30% hipertensi derajat 2. 53,3% memiliki perilaku CERDIK yang buruk, sementara 46,7% memiliki perilaku baik. Semua responden dengan perilaku baik memiliki tekanan darah optimal atau normal tinggi. 65% responden dengan perilaku buruk mengalami hipertensi derajat 1, dan 50% mengalami hipertensi derajat 2. - Analisis statistik (uji Kendall's Tau) menunjukkan nilai $p = 0,001$, yang berarti ada hubungan signifikan antara perilaku CERDIK dan tekanan darah.	Persamaan - Desain penelitian <i>cross-sectional</i> - Teknik pengambilan sampel <i>purposive sampling</i> Perbedaan - Jenis penelitian korelasional - Responden penelitian adalah lansia di Desa Puton Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang - Variabel independen perilaku cerdas dan variabel dependen tekanan darah penderita hipertensi