

BAB 1 PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi menjadi salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang cukup serius, Hipertensi menyerang jutaan orang di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Berdasarkan data dari WHO dan Kementerian Kesehatan RI, prevalensi hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, terutama seiring dengan penambahan usia, pola hidup tidak sehat, dan kurangnya aktivitas fisik. Hipertensi sering disebut juga *the silent killer* atau Pembunuh diam-diam, yakni dianggap sebagai penyakit mematikan karena munculnya penyakit ini terkadang tanpa disertai gejala awal sebagai peringatan bagi penderitanya (Between *et al.*, 2022).

Self Care Management diartikan tindakan yang dilakukan secara mandiri untuk meningkatkan kesehatan, mencegah penyakit dan mempertahankan kesehatan. Perawatan diri secara mandiri tersebut dapat dilakukan dengan atau tanpa dukungan dari tenaga kesehatan dalam mencapai hasil yang lebih optimal (Yulia Susanti *et al.*, 2021). *Self Care Management* menurut Orem adalah kegiatan memenuhi kebutuhan dalam mempertahankan kehidupan, kesehatan dan kesejahteraan individu baik dalam keadaan sehat maupun sakit yang dilakukan oleh individu itu sendiri (Khomsatun and Sari, 2022)

Berdasarkan WHO tahun 2021 melaporkan hanya 42% pasien *Self Care Management* hipertensi global yang terkontrol dengan baik melalui pengobatan dan perilaku *self care management*, menunjukkan masih banyak pasien yang belum menjalankan *self care management* optimal. Penelitian di Yogyakarta (Puspitasari,

2022) menunjukkan sekitar 56% pasien hipertensi memiliki tingkat *self care Management* yang baik, sedangkan sisanya masih rendah terutama dalam diet rendah garam dan aktivitas fisik (Adolph, 2022). Penelitian di puskesmas Tosari & Puspo menjelaskan bahwasanya didapatkan *self care management* bernilai sedang sejumlah 62,9%, dimana mayoritas responden menyadari pentingnya memantau tekanan darah dan mengurangi konsumsi garam saat memasak serta mengubah pola makan (Kholifah & Suratni, 2023).

Berdasarkan hasil Survei kesehatan indonesia (SKI) 2023, prevalensi penduduk dengan tekanan darah tinggi di Provinsi Jawa Timur sebesar 35%. Prevalensi hipertensi semakin meningkat seiring dengan penambahan umur. Jumlah estimasi penderita hipertensi yang berusia ≥ 18 tahun di Provinsi Jawa Timur sekitar 89.343 penduduk, dengan proporsi laki-laki 48,8% dan perempuan 51,2% (Indonesian Ministry Of Health Development Policy Board, 2023). Menurut data statistik yang diperoleh dari dinas kesehatan kabupaten pasuruan jumlah penderita hipertensi di kabupaten pasuruan pada tahun 2021 mencapai 426.605 jiwa diantaranya lebih banyak kasus hipertensi pada perempuan dari pada laki-laki. Jumlah kasus melebihi 100% untuk perempuan 107,9% dan 91% untuk laki-laki (Adolph, 2022).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada bulan Oktober 2025 di Faskes Klinik Pratama Pusdik Brimob Watukosek Kabupaten Pasuruan, diperoleh data awal dari 5 pasien hipertensi yang dijadikan responden dengan menggunakan instrumen HBP-SCP (*Hypertension Self-Care Profile*) untuk menilai perilaku *self care management*, serta kuesioner MSPSS (*Multidimensional*

Scale of Perceived Social Support) untuk mengukur tingkat dukungan sosial sedangkan kuesioner TSRQ untuk mengukur tingkat motivasi. Hasil studi menunjukkan bahwa sebagian besar pasien belum memiliki perilaku perawatan diri yang optimal. Sebanyak 3 dari 5 pasien (60%) tercatat memiliki skor rendah pada skala HBP-SCP, yang mencerminkan masih rendahnya kemampuan dalam menjalankan pengelolaan diri seperti kepatuhan minum obat, pengaturan pola makan, olahraga, dan pengendalian stres. Selain itu, sebanyak 4 pasien (80%) melaporkan persepsi dukungan sosial yang rendah hingga sedang, khususnya dari keluarga inti maupun lingkungan sosial terdekat. Sedangkan untuk motivasi sendiri, hampir keseluruhan pasien melaporkan mempunyai motivasi rendah baik dari dalam dirinya ataupun orang lain.

Self Care Management hipertensi dipengaruhi oleh kombinasi faktor individu, sosial dan lingkungan, antara lain pengetahuan, dukungan keluarga, motivasi (Hadibrata and Rantepadang, 2023). Dukungan Sosial memiliki peran penting dalam proses perawatan hipertensi untuk kepatuhan kontrol yang optimal. Dengan adanya dukungan sosial tersebut menjadikan lansia lebih mendapatkan perhatian dan pengawasan sehingga meminimalisir terjadinya komplikasi. Dukungan sosial terdiri dari beberapa aspek yang meliputi bantuan dari saudara, tetangga, teman sebaya dan keluarga, dimana keluarga mampu memberikan informasi terkait masalah kesehatan, materil, perlengkapan, serta waktu yang diluangkan untuk dapat membantu dalam mengontrol obat hipertensi. Dukungan sosial yang baik dapat meningkatkan kontinuitas kontrol yang rutin sehingga memperoleh nilai tekanan darah dalam rentang terkontrol mengingat kondisi yang menurun bagi kelompok usia

lanjut sehingga membutuhkan dukungan yang baik. Dukungan sosial sangat penting bagi penderita hipertensi dikarenakan dengan adanya dukungan sosial membuat penderita hipertensi merasa diperhatikan dan semangat dalam menjalani pengobatan hipertensi (Adi Kusuma *et al.*, 2023).

Sama halnya dengan motivasi pasien merupakan salah satu faktor penentu seseorang untuk melakukan sesuatu yang dikehendaki. Motivasi pasien menjadi hal yang penting untuk dimiliki pasien dalam meningkatkan perawatan diri guna meningkatkan kesembuhan penderita hipertensi. Motivasi tidak jauh dari segala bentuk dari unsur-unsur seperti kebutuhan, dorongan dan tujuan (Naufal, Ud and Murtaqib, 2020).

Tenaga kesehatan harus mengetahui *Self Care Management* pasien hipertensi agar mereka dapat menggambarkan perilaku penderita untuk mencegah komplikasi. Mereka juga dapat menentukan intervensi yang tepat, seperti pendidikan dan promosi kesehatan tentang cara melakukan *Self Care Management* dari hipertensi (Muharam *et al.*, 2024)

B. Rumusan dan Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat dirumuskan masalah yaitu "Apakah Dukungan sosial dan motivasi dengan *Self Care Management* memiliki hubungan yang signifikan dengan pasien Hipertensi".

Batasan masalah ini dibatasi pada variabel independent meliputi dukungan sosial dan motivasi dengan *Self Care Management*

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan Dukungan sosial dan motivasi dengan *Self Care Management* Pasien Hipertensi di klinik Pratama Pusdik Brimob Watukosek.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi dukungan sosial pasien Hipertensi di klinik Pratama Pusdik Brimob Watukosek.
- b. Mengidentifikasi Motivasi pasien hipertensi di klinik Pratama Pusdik Brimob Watukosek.
- c. Mengidentifikasi *Self Care Management* pasien hipertensi di klinik Pratama Pusdik Brimob Watukosek.
- d. Menganalisis hubungan dukungan sosial terhadap *Self Care Management* pasien hipertensi di klinik Pratama Pusdik Brimob Watukosek.
- e. Menganalisis motivasi terhadap *Self Care Management* pasien Hipertensi di klinik Pratama Pusdik Brimob Watukosek .

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini bermanfaat dan menambah wawasan ilmiah, khususnya pada masalah Dukungan sosial dan motivasi dengan *Self Care Management* pasien Hipertensi di klinik Pratama Pusdik Brimob Watukosek.

2. Manfaat Praktis bagi :

- a. Instansi tempat penelitian

Di harapkan menjadi bahan masukan atau informasi yang bermanfaat serta penelitian ini bisa dijadikan acuan untuk membuat program penyuluhan kepada masyarakat, khususnya tentang Hubungan Dukungan Sosial dan Motivasi dengan *Self Care Management* pasien hipertensi di klinik Pratama Pusdik Brimob Watukosek.

b. Masyarakat

Dapat diharapkan sebagai sumber informasi serta pengetahuan yang dapat menambah wawasan terkait pentingnya Dukungan Sosial dan Motivasi dengan *Self Care Management* pasien hipertensi di klinik Pratama Pusdik Brimob Watukosek.

c. Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini bisa dijadikan sebagai bahan masukan dan rujukan atau pembandingan untuk penelitian selanjutnya.