

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Hipertensi, atau tekanan darah tinggi, adalah salah satu masalah kesehatan utama di dunia yang berkontribusi signifikan terhadap penyakit kardiovaskular seperti serangan jantung, stroke, dan penyakit ginjal (Shoviyatun, 2024). Hipertensi memiliki dampak luas, tidak hanya pada kesehatan individu tetapi juga pada ekonomi masyarakat. Biaya pengobatan dan perawatan jangka panjang seringkali menjadi beban besar bagi pasien dan sistem kesehatan nasional. Selain itu, hipertensi yang tidak terkontrol dapat menurunkan produktivitas kerja dan kualitas hidup (Yunus, Aditya, & Eksa, 2021).

Menurut data terbaru dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), hipertensi atau tekanan darah tinggi tetap menjadi masalah kesehatan global yang signifikan. Diperkirakan sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, dengan dua pertiga di antaranya tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Kondisi ini lebih umum pada pria dibandingkan wanita dan cenderung meningkat seiring bertambahnya usia (Musa, 2022).

Di Indonesia, hipertensi merupakan salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, menunjukkan data bahwa prevalensi hipertensi pada penduduk usia  $\geq 18$  tahun adalah 34,1%, dengan prevalensi tertinggi tercatat

di Kalimantan Selatan (44,1%) dan terendah di Papua (22,2%). Prevalensi hipertensi di Jawa Timur pada penduduk usia  $\geq 18$  tahun adalah 36,3%. Sebagian besar pasien hipertensi tidak menyadari bahwa dirinya memiliki kondisi tersebut, sehingga banyak kasus tidak terdiagnosis (Solikin & Muradi, 2020).

Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi hipertensi pada penduduk usia di atas 18 tahun di Indonesia mengalami penurunan menjadi 30,8%, dibandingkan dengan 34,1% pada Riskesdas 2018. Meskipun terjadi penurunan, prevalensi hipertensi di kalangan anak muda tetap menjadi perhatian. Data SKI 2023 menunjukkan prevalensi hipertensi sebesar 10,7% pada kelompok usia 18–24 tahun dan 17,4% pada kelompok usia 25–34 tahun berdasarkan pengukuran tekanan darah (Aprilia & Saraswati, 2024).

Hipertensi adalah kondisi yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah yang menetap, sering kali akibat interaksi kompleks antara faktor genetik, lingkungan, dan fisiologis. Dari aspek genetik, predisposisi genetik memengaruhi sistem pengaturan tekanan darah, seperti sistem Renin-Angiotensin-Aldosteron (RAAS) dan sensitivitas natrium. Dari aspek lingkungan, pola makan tinggi garam, obesitas, kurang aktivitas fisik, konsumsi alkohol, dan merokok meningkatkan risiko hipertensi. Dari aspek fisiologis, aktivitas berlebihan dari sistem saraf simpatis meningkatkan resistensi pembuluh darah perifer dan tekanan darah (Liatianawati, 2021).

Sebagian besar kasus hipertensi tidak menunjukkan gejala pada tahap awal, sehingga sering kali tidak terdeteksi dan tidak terkelola dengan baik. Kesadaran masyarakat terhadap hipertensi masih rendah, sehingga banyak

pasien tidak menyadari kondisinya sampai muncul komplikasi serius (Ardianto, 2023). Salah satu faktor yang dapat meminimalisir munculnya komplikasi serius pada pasien hipertensi adalah perawatan mandiri (*self-care*). *Self-care* adalah pondasi penting dalam pengelolaan hipertensi. Pasien dapat mengambil peran aktif dalam mengendalikan tekanan darah, mencegah komplikasi, dan meningkatkan kualitas hidup (Safitri, 2023).

Pada ilmu keperawatan, *Self-Care Deficit Nursing Theory* (SCDNT) yang dikembangkan oleh Dorothea Orem menekankan pentingnya perawatan mandiri (*self-care*) dalam menjaga kesehatan individu. Teori ini terdiri dari tiga subteori: *Self-Care*, *Self-Care Deficit*, dan *Nursing Systems* (Alligood, 2017). *Self-care* adalah aktivitas yang dilakukan individu secara mandiri untuk memenuhi kebutuhan dasar yang diperlukan untuk mempertahankan kesehatan dan kesejahteraan. Adapun tujuan dari *self-care* antara lain: mempertahankan kesehatan, mencegah penyakit, mengatasi masalah kesehatan, dan memulihkan kondisi tubuh (Astuti, 2019).

Penerapan konsep *self-care* pada pasien hipertensi dapat dilakukan melalui beberapa cara, yaitu edukasi pasien, pendampingan dan pemantauan, serta peningkatan kemampuan *self-care*. Edukasi pasien dilakukan dengan memberikan informasi tentang pentingnya pola makan rendah garam dan olahraga teratur, dan mengajarkan cara menggunakan alat pengukur tekanan darah. Pendampingan dan pemantauan dilakukan dengan membantu pasien menetapkan target tekanan darah dan memonitor kepatuhan pasien terhadap pengobatan. Peningkatan kemampuan *self-care* dilakukan dengan meningkatkan motivasi pasien untuk mengadopsi gaya hidup sehat dan

mendorong pasien untuk mengenali tanda-tanda hipertensi yang tidak terkontrol (Ardianto, 2023).

Edukasi kesehatan adalah proses yang dirancang untuk membantu individu, kelompok, atau masyarakat memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang diperlukan untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan mereka (Ramadini & Nidia, 2024). Adapun tujuan dari dilakukannya edukasi kesehatan antara lain: meningkatkan pengetahuan, mengubah sikap, mengubah perilaku, meningkatkan keterampilan, dan meningkatkan kesejahteraan masyarakat. Dengan pendekatan yang sesuai, edukasi kesehatan dapat memberdayakan orang untuk mengambil langkah aktif dalam menjaga kesehatan dan mencegah penyakit (Milah, 2022). Salah satunya adalah dengan pendekatan teknologi yaitu media WhatsApp.

Menurut laporan terbaru dari We Are Social, pada Januari 2024, 90,9% pengguna internet di Indonesia yang berusia 16–64 tahun menggunakan WhatsApp. Data lain menyebutkan dengan jumlah pengguna internet di Indonesia mencapai 212,9 juta pada tahun 2024, dapat diestimasi bahwa sekitar 193,5 juta orang di Indonesia menggunakan WhatsApp (Simon, 2024). Jika dikelola dengan baik, maka dengan jumlah tersebut akan dapat menjadi media yang efektif dan efisien untuk menyebarkan informasi-informasi kesehatan, khususnya penyakit hipertensi. Di Rumah Sakit Reksa Waluya Kota Mojokerto, aplikasi pesan Whatsapp hanya digunakan untuk memberikan notifikasi pesan pada pasien terkait jadwal kontrol poliklinik dan perubahan jadwal kontrol poliklinik.

Edukasi kesehatan berbasis WhatsApp adalah pendekatan inovatif yang memanfaatkan aplikasi pesan instan untuk menyampaikan informasi kesehatan, mendukung perubahan perilaku, dan memantau kondisi kesehatan individu atau kelompok (Susanty, 2020). WhatsApp sangat populer di Indonesia dan memiliki kelebihan dalam hal aksesibilitas, interaktivitas, dan penyebaran informasi yang cepat. Beberapa manfaat edukasi kesehatan berbasis WhatsApp, antara lain akses luas karena dapat menjangkau berbagai lapisan masyarakat, termasuk mereka yang berada di daerah terpencil, komunikasi dapat dilakukan secara interaktif dengan penggunaan teks, gambar, video, dan pesan suara yang dapat meningkatkan pemahaman peserta edukasi, hemat biaya karena tidak memerlukan infrastruktur seperti ruangan seminar, biaya transportasi, dan logistik, serta dapat memantau respons peserta melalui fitur polling, survei, atau diskusi grup (Nur & Jidan, 2024).

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka menjadi penting untuk dilakukan penelitian tentang pengaruh edukasi melalui media WhatsApp terhadap perilaku *self care* pasien hipertensi.

## **B. Pembatasan dan Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah pengaruh edukasi melalui media WhatsApp terhadap perilaku *self care* pasien hipertensi di Poli Rawat Jalan Rumah Sakit Reksa Waluya?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh edukasi melalui media WhatsApp terhadap perilaku *self care* pasien hipertensi di Poli Rawat Jalan Rumah Sakit Reksa Waluya.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui perilaku *self care* pasien hipertensi sebelum diberikan edukasi melalui media WhatsApp di Poli Rawat Jalan Rumah Sakit Reksa Waluya.
- b. Mengetahui perilaku *self care* pasien hipertensi sesudah diberikan edukasi melalui media WhatsApp di Poli Rawat Jalan Rumah Sakit Reksa Waluya.
- c. Menganalisis pengaruh edukasi melalui media WhatsApp terhadap perilaku *self care* pasien hipertensi di Poli Rawat Jalan Rumah Sakit Reksa Waluya.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini nantinya dapat memberikan sumbangan pemikiran bagi keilmuan Keperawatan, khususnya Keperawatan Medikal Bedah dalam hal pemberian asuhan keperawatan pada pasien dengan hipertensi, dan juga dapat digunakan sebagai landasan bagi peneliti lain yang juga meneliti tentang edukasi dan *self care* pasien hipertensi.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengalaman langsung peneliti, khususnya tentang edukasi melalui media WhatsApp dan perilaku *self care* pasien hipertensi.

### b. Rumah Sakit

Hasil penelitian ini dapat dijadikan salah satu alternatif cara pemberian edukasi kesehatan pada pasien dengan media yang lebih menarik dan mudah diakses oleh masyarakat.

### c. Pasien

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi pasien untuk mendapatkan edukasi kesehatan dengan media yang menarik dan mudah diakses.