

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Negara berkembang seperti Indonesia, masyarakat lebih banyak menghabiskan waktu untuk berkerja dan memiliki waktu yang sangat sedikit untuk melakukan pola hidup sehat, seperti jarang olah raga, mengkonsumsi minuman beralkohol, sering merokok, hingga memakan makanan yang memiliki kandungan lemak tinggi seperti *junk food*. Sehingga menyebabkan obesitas, dari obesitas ini bisa terjadi berbagai macam penyakit salah satunya hipertensi.

Hipertensi atau yang lebih dikenal dengan sebutan penyakit darah tinggi adalah suatu kondisi dimana tekanan darah meningkat diatas nilai normal (Garnadi, 2012). Menurut *World Health Organization* (WHO) penyakit hipertensi merupakan peningkatan tekanan sistol lebih besar atau sama dengan 160 mmHg dan tekanan diastol lebih besar atau sama dengan 95 mmHg (Susanty, dkk, 2011).

WHO menyatakan bahwa hipertensi menempati urutan ke 10 dari 10 besar penyebab penyakit di dunia. WHO juga menyatakan kematian akibat hipertensi mencapai 1,1 juta orang (2%) dari seluruh kematian di dunia (WHO, 2015). Hasil Riset Kesehatan Dasar atau Riskesdas di Indonesia mencatat prevalensi hipertensi di Indonesia yang tinggi tahun 2013, yaitu sebesar 25,8% (Depkes, 2016). Prevalensi hipertensi di Jawa Tengah mengalami peningkatan, pada tahun 2007 sebesar 7,6% dan meningkat menjadi 9,5% pada tahun 2013 (Profil Kesehatan Indonesia, 2013).

Hipertensi merupakan salah satu faktor risiko paling berpengaruh sebagai penyebab penyakit jantung (kardiovaskuler). Semakin tinggi tekanan darah, semakin tinggi pula peningkatan risiko serangan jantung, gagal jantung, stroke, dan gagal ginjal (Ramadhan, 2010). Penderita hipertensi biasanya tidak mempunyai gejala. Pada kenyataannya, banyak orang yang mempunyai tekanan darah tinggi selama bertahun-tahun akan

tetapi tidak mengetahuinya, dimana hanya 27% penderita hipertensi yang mengontrol tekanan darahnya secara adekuat. Penderita baru menyadari kondisinya jika hipertensi sudah menimbulkan komplikasi pada jantung, penyumbatan pembuluh darah, hingga pecahnya pembuluh darah di otak yang berakibat kematian (Muhammadun, 2010). Faktor hipertensi terjadi pada orang yang tidak mempunyai kebiasaan olah raga secara teratur. Olahraga lebih banyak dihubungkan dengan pengelolaan hipertensi karena olahraga teratur dapat menurunkan tekanan darah. Olahraga teratur selain dapat mengurangi stress juga dapat menurunkan berat badan, membakar lebih banyak lemak dan memperkuat otot-otot jantung sehingga mampu menurunkan risiko hipertensi (Sustrani, 2006). Adapun cara penanganan untuk menurunkan hipertensi adalah dengan beraktivitas fisik dan olah raga cukup dan secara teratur. Kegiatan ini secara terbukti dapat membantu menurunkan hipertensi, oleh karena itu penderita hipertensi di anjurkan melakukan olahraga cukup dan teratur (Wolf, 2008).

Primary Care (P-Care) adalah aplikasi sistem informasi pelayanan berbasis website yang disediakan oleh BPJS kesehatan diperuntukkan bagi para fasilitas kesehatan primer untuk memberikan kemudahan akses data ke server BPJS baik itu pendaftaran, penegakan diagnosa, terapi, hingga pelayanan laboratorium. (BPJS, 2014)

Survei yang dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Kebandaran Kabupaten Pemalang pada tanggal 14 Oktober 2016, hipertensi termasuk dalam penyakit 10 besar yang ditemukan di wilayah kerja Puskesmas Kebandaran. Hasil data jumlah kunjungan penderita hipertensi ke Poli Umum Puskesmas Kebandaran yang di dapat dari aplikasi P-Care pada tahun 2016 Pada Bulan Januari jumlah kunjungan penderita hipertensi mencapai 112 orang. Kemudian naik pada bulan Pebruari menjadi 136 orang. Pada bulan Maret juga mengalami kenaikan menjadi 152 orang. Namun pada bulan April jumlah kunjungan penderita hipertensi turun menjadi 106 orang, dan berlanjut turun sampai bulan mei 2016 sebanyak 99 orang. Pada bulan Juni jumlah kunjungan dengan diagnose hipertensi

naik mencapai 103 orang dan bulan Juli terus merangkak naik menjadi 112 orang. Namun pada bulan Agustus turun menjadi 83 orang, masih lebih rendah dibandingkan bulan Mei. Kemudian pada bulan September kunjungan penderita hipertensi juga mengalami penurunan dengan jumlah kunjungan sebanyak 74 orang, dan terus turun sampai bulan Oktober sejumlah 43 orang. (p-carebpjs-kesehatan). Tetapi dari keseluruhan pasien hipertensi yang datang untuk memeriksakan diri ke poli umum puskesmas, hanya 40 orang yang mengikuti senam prolanis dan pada saat pelaksanaan kegiatan senam prolanis, absensi kehadiran peserta senam prolanis tidak 100%.

Program Pengelolaan Penyakit Kronis (PROLANIS) adalah suatu sistem pelayanan kesehatan dan pendekatan proaktif yang dilaksanakan secara terintegrasi yang melibatkan Peserta, Fasilitas Kesehatan dan BPJS Kesehatan dalam rangka pemeliharaan kesehatan bagi peserta BPJS Kesehatan yang menderita penyakit kronis untuk mencapai kualitas hidup yang optimal dengan biaya pelayanan kesehatan yang efektif dan efisien. Salah satu kegiatan Prolanis yang rutin dilakukan yaitu kegiatan senam yang dilakukan secara bertahap setiap minggu pada klien dengan pengidap penyakit hipertensi. (BPJS, 2015)

Peneliti melakukan studi kepada peserta yang mengikuti Prolanis kepada 10 pasien penderita hipertensi yang dilakukan dalam setiap bulan sebanyak 4 kali pertemuan pada hari Jum'at, 5 di antaranya mampu mengontrol tekanan darahnya dengan sistolik kurang dari 140 dan diastolik kurang dari 100. Dari hasil studi tersebut ditemukan bahwa 5 dari 10 pasien hipertensi mampu mengontrol tekanan darahnya dengan melakukan olah raga teratur dan menjalankan diet tanpa menggunakan obat-obatan farmakologis untuk mengontrol tekanan darah. Sedangkan 5 di antaranya tidak terbiasa melakukan kegiatan olah raga secara rutin dan mengabaikan saran dari petugas kesehatan untuk menjaga diet. Dari 5 pasien yang tidak mampu mengontrol hipertensinya, mengatakan bahwa tidak memahami

penanganan penyakit hipertensi dan kurangnya dukungan keluarga untuk memeriksakan diri ke puskesmas terdekat.

Berdasarkan data yang di temukan di atas, peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian dengan judul Tingkat Pengetahuan Penanganan Hipertensi dengan Kepatuhan dalam Melaksanakan Senam Prolanis pada Klien Hipertensi di Puskesmas Kebandaran Kabupaten Pemalang.

B. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan Pengetahuan Tentang Penanganan Hipertensi dengan Kepatuhan dalam Melaksanakan Senam Prolanis pada Klien Hipertensi di Puskesmas Kebandaran Kabupaten Pemalang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan pengetahuan tentang penanganan hipertensi dengan kepatuhan dalam melaksanakan senam prolanis pada Klien hipertensi
- b. Mendeskripsikan kepatuhan dalam melaksanakan senam prolanis pada klien hipertensi
- c. Menganalisa hubungan tingkat pengetahuan tentang penanganan hipertensi dengan kepatuhan dalam melaksanakan senam prolanis Secara pada klien hipertensi

C. Manfaat Penelitian

1. Bagi penderita Hipertensi pada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Kebandaran.

Penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi atau sumber informasi bagi penderita Hipertensi tentang Tingkat Pengetahuan Tentang Penanganan Hipertensi dengan Kepatuhan dalam Melaksanakan Senam Prolanis pada Klien Hipertensi di Puskesmas Kebandaran Kabupaten Pemalang.

2. Bagi keluarga yang memiliki keturunan Hipertensi pada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Kebandaran.

Penelitian ini dapat di gunakan sebagai sumber informasi agar keluarga yang memiliki keturunan hipertensi patuh dalam melakukan olah raga secara rutin agar meminimalisir serangan hipertensi.

3. Bagi perawat Puskesmas Kebandaran

Sebagai literatur, menambah informasi dan sebagai acuan untuk melakukan Asuhan Keperawatan pada Klien Hipertensi

4. Bagi peneliti lain

Penelitian ini dapat digunakan sebagai gambaran tentang Tingkat Pengetahuan Tentang Penanganan Hipertensi dengan Kepatuhan dalam Melaksanakan Senam Prolanis pada Klien Hipertensi di Puskesmas Kebandaran Kabupaten Pemasang. sehingga dapat dijadikan acuan untuk melakukan penelitian selanjutya.

D. Bidang Penelitian

Penelitian ini termasuk dalam bidang ilmu keperawatan medikal bedah (KMB)

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1
Keaslian penelitian

No	Nama Peneliti	Tahun Penelitian	Variabel yang Diteliti	Hasil Penelitian
1	Ibrahim Hasan	2013	Perbedaan Nilai Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi Sebelum dan Sesudah Olahraga Senam pada Lansia	Didapatkan rata – rata perbedaan nilai tekanan darah sistolik adalah 12.37 mmHg dengan standar deviasi 3.70 dan rata – rata perbedaan nilai tekanan darah diastolic adalah 7.91 mmHg dengan standar deviasi 2.74. Dimana Ha di terima yaitu terlihat adanya perbedaan nilai tekanan darah lansia dengan hipertensi sebelum dan sesudah olah raga pada lansia
2	Liza Merianti	2015	Pelaksanaan Senam Jantung Sehat Untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Panti Sosial Tresna Wherda	Hasil analisa didapatkan bahwa tekanan darah sistolik sebelum melakukan senam jantung sehat adalah 145,33 mmHg dan rata – rata tekanan darah diastolic adalah 88,00. Sedangkan rata – rata tekanan darah sistolik sesudah melakukan senam jantung sehat adalah 137,33 mmHg dan rata – rata tekanan darah diastolic adalah 82,00 mmHg. Ada pengaruh senam jantung seha tterhadap penurunan tekanan darah
3	Deiby O. Lumepouw	2016	Pengaruh Senam Prolanis Terhadap Penyandang	Terdapat perbedaan bermakna antara tekanan darah sistolik awal dan akhir pada latihan 2x per minggu. Terdapat perubahan rerata tekanan darah sebelum dan

