

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Secara global dan di Indonesia, penyakit tidak menular (PTM) termasuk di antara masalah kesehatan yang paling serius. Penyakit-penyakit ini tetap menjadi prioritas utama karena merupakan salah satu penyebab utama kematian. PTM juga dikenal sebagai penyakit kronis yang tidak menular (Marbun, Setiyoargo, & Dea, 2021). Penyakit jantung, tekanan darah tinggi, diabetes, kelebihan berat badan, dan lainnya merupakan penyakit tidak menular yang dapat timbul akibat kebiasaan hidup yang tidak sehat, seperti pola makan yang tidak seimbang, mengonsumsi alkohol, merokok, mengalami tingkat stres tinggi, dan kurangnya aktivitas fisik (Cahyati, Marwanti, Sejahtera, Ats-tsaqib, & Munarji, 2023).

Hipertensi termasuk salah satu penyakit tidak menular yang kini menjadi perhatian utama dalam bidang kesehatan, baik di tingkat global maupun nasional, karena jumlah penderita hipertensi di Indonesia cukup tinggi (Akbar & Santoso, 2020). Tekanan darah yang lebih tinggi dari normal disebut hipertensi, dan didefinisikan sebagai tekanan sistolik 140 mmHg atau lebih tinggi dan tekanan diastolik 90 mmHg atau lebih tinggi (Unger T, Borghi C, Charchar F, & al., 2020). Hipertensi sering disebut *the silent killer* karena dapat berlangsung tanpa gejala selama 10-20 tahun, dan umumnya baru diketahui setelah timbulnya komplikasi pada penderitanya (Akbar & Santoso, 2020). Mengendalikan hipertensi sangat penting untuk menjaga kesehatan karena hipertensi merupakan faktor risiko utama bagi sejumlah penyakit kronis, termasuk diabetes, penyakit jantung, gagal ginjal, dan stroke (Maulia & Hengky, 2021)

Di kawasan Asia Tenggara, hipertensi dialami sekitar 294 juta orang berusia 30 tahun ke atas. Pada tahun 2019, penyakit ini menyebabkan 2,4 juta kematian, hampir setengahnya disebabkan oleh penyakit kardiovaskular. Secara global, jumlah penderita hipertensi dewasa meningkat dari 650 juta pada tahun

1990 menjadi 1,3 miliar pada tahun 2019. Peningkatan tersebut berdampak pada 10,8 juta kematian setiap tahun (WHO, 2023). Prevalensi hipertensi di Indonesia pada tahun 2023 adalah 602.982 (30,8%), Jawa Barat adalah salah satu provinsi di Indonesia dengan angka kejadian hipertensi yang cukup tinggi yaitu 108.082 (34,4%) (Survei Kesehatan Indonesia, 2023).

Kabupaten Cianjur menempati angka tertinggi di Provinsi Jawa Barat yaitu sebanyak 709.850 penderita hipertensi dan Kota Banjar menempati angka terendah yaitu sebanyak 17.013 penderita hipertensi, sementara Kabupaten Bandung menempati angka tertinggi ketiga yaitu sebanyak 435.172 penderita hipertensi. Pada tahun 2022 Puskesmas Rancabali menempati angka tertinggi yang memiliki penderita hipertensi yaitu sebanyak 13.322, Puskesmas Rawabogo sebanyak 12.214 penderita, dan Puskesmas Sudi sebanyak 11.768 sedangkan angka terendah berada di Puskesmas Bojongsoang sebanyak 1.31 penderita (Dinas Kesehatan, 2023). Sebagian besar penderita hipertensi berakhir dengan komplikasi penyakit jantung sekitar 40-60% dan stroke sebesar 15-30%. Kondisi ini menggambarkan bahwa tekanan darah tinggi tetap menjadi masalah utama dalam upaya kesehatan masyarakat di tingkat provinsi (Kemenkes, 2020).

Menjaga tekanan darah tinggi agar tetap terkendali memerlukan diagnosis dini, pengobatan dini dan efektif, serta perubahan gaya hidup untuk mengatasi faktor risiko perilaku (WHO, 2024). Hipertensi tidak hanya dikontrol dengan konsumsi obat saja tetapi harus diikuti dengan perubahan pola hidup (Divandra & Mayasari, 2023). Pengendalian hipertensi dapat dilakukan melalui pengobatan medis secara teratur yang disertai pola hidup sehat, antara lain membatasi konsumsi garam, menjaga berat badan, menghindari rokok, minuman beralkohol, dan minuman berkafein, serta melakukan aktivitas fisik seperti berjalan, berlari, jogging, atau bersepeda. Selain itu, menjaga kualitas istirahat juga menjadi bagian penting dari pengendalian hipertensi (Tursina, Nastiti, & Sya'id, 2022). Pengobatan penderita hipertensi merupakan hal penting karena hipertensi merupakan penyakit yang tidak dapat disembuhkan, harus selalu kontrol secara teratur atau mencegah terjadinya komplikasi yang

dapat berujung kematian (Novianti, Salman, & Hilmi, 2022). Pengendalian hipertensi bisa dilakukan sesuai rekomendasi Kementerian Kesehatan berupa program CERDIK dan PATUH. Program CERDIK terdiri dari cek kesehatan secara berkala, enyahkan asap rokok, rajin aktivitas fisik, diet seimbang, istirahat yang cukup dan kelola stress. Sementara program PATUH terdiri dari periksa kesehatan secara rutin dan ikuti anjuran dokter, atasi penyakit dengan pengobatan tepat, tetap diet gizi dengan seimbang, upayakan aktivitas fisik dengan aman, dan hindari asap rokok, alkohol dan zat karsinogenik (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Keberhasilan terapi hipertensi bergantung pada pengendalian tekanan darah dalam jangka panjang. Sebagian besar dari pasien hipertensi cenderung mengabaikan kondisi tekanan darah mereka, yang dapat menyebabkan risiko kematian mendadak akibat tekanan darah yang tidak terkontrol (Susanto, Purwantiningrum, & Saff, 2023). Kegagalan terapi sering disebabkan oleh ketidakpatuhan, yang dapat memperburuk kondisi pasien dan menyebabkan kerusakan pada organ tubuh. Dengan demikian, kepatuhan terapi merupakan faktor penting dalam keberhasilan pengendalian hipertensi, karena mempengaruhi efektivitas pengobatan dan mencegah komplikasi (Isbiyantoro, Budiati, Antoro, Karyus, & Irianto, 2023). Kepatuhan pasien hipertensi dalam pengontrolan penyakitnya yakni dengan mematuhi mengkonsumsi obat antihipertensi secara teratur dan mengikuti anjuran yang diberikan oleh tenaga kesehatan yang meliputi diet rendah lemak dan garam, konsumsi buah dan sayuran, penghentian merokok, olahraga teratur dan menghindari stress (Choundhry, et al., 2021).

Penerapan perilaku CERDIK secara patuh dapat menurunkan risiko komplikasi dan kematian pada penderita hipertensi. Hal ini sesuai dengan kebijakan pemerintah yang mengutamakan deteksi dini hipertensi melalui skrining berbasis rumah, puskesmas, serta masyarakat. Setiap komponen CERDIK berperan dalam menurunkan risiko hipertensi. Sebaliknya, jika tidak diterapkan kepatuhannya maka risiko hipertensi akan meningkat dan berujung pada komplikasi serius hingga kematian (Ariani, Anggraini, & Faizal, 2024).

Untuk menjaga tekanan darah tetap terkendali dan mengurangi risiko jangka panjang kerusakan pada organ-organ vital seperti jantung, ginjal, dan otak, pasien harus mematuhi pengobatan hipertensi mereka (Rahayu, Wahyuni, & Anindita, 2021).

Namun, tingkat kepatuhan terhadap aspek pengobatan hipertensi dan perubahan pola hidup sehat masih tergolong rendah. Seperti penelitian Isbiyantoro, dkk (2023) menunjukkan bahwa sebanyak 61,8% pasien hipertensi tergolong dalam kepatuhan rendah dalam mengonsumsi obat secara rutin, sementara hanya 38,2% yang termasuk kategori kepatuhan tinggi (Isbiyantoro, dkk, 2023). Hasil penelitian Hadi, dkk (2023) di Puskesmas Sosial Palembang menemukan bahwa 52,6% pasien hipertensi tidak mematuhi penerapan gaya hidup sehat. Oleh karena itu, penting untuk mendapatkan gambaran yang jelas mengenai kepatuhan pasien dalam pengendalian hipertensi.

Hasil dari beberapa penelitian menunjukkan bahwa program CERDIK efektif dalam mengendalikan hipertensi, sehingga program pemerintah ini dianggap dapat mengurangi hipertensi jika pasien hipertensi menjalankan program tersebut dengan patuh dan disiplin. Penelitian yang dilakukan oleh Titin Supriyatin (2022) menunjukkan hasil tekanan darah tidak terkontrol disebabkan oleh tidak melakukan cek kesehatan secara rutin 50%, tidak melakukan aktivitas fisik 77,8%, tidak melakukan diet seimbang 70,4%, kurangnya istirahat 85,7%, dan pengelolaan stress yang tidak baik 77,8%, serta masih merokok dan terpapar asap rokok 73,3% (Supriyatin & Novitasari, 2022). Menurut penelitian Yohanes (2024) tekanan darah menurun seiring dengan peningkatan perilaku CERDIK (Nugroho, 2024). Hal ini dapat dikatakan semakin pasien patuh dalam mengikuti program CERDIK maka tekanan darah akan terkontrol, begitupun sebaliknya jika pasien tidak patuh dalam mengikuti program CERDIK maka tekanan darah tidak terkontrol.

Sejumlah penelitian sebelumnya juga telah mengkaji implementasi program pengendalian hipertensi seperti PATUH, seperti penelitian oleh Sofian Arif dan Sri Wahyuni A. (2024) di Puskesmas Jambesari, Kabupaten Bondowoso, menunjukkan bahwa sebanyak 75,7% pasien lansia hipertensi

tergolong patuh dalam menerapkan program PATUH. Hal ini mencerminkan bahwa sebagian besar responden telah mengikuti anjuran dalam pengendalian hipertensi melalui pemeriksaan rutin, pengobatan, diet, dan aktivitas fisik. Namun, penelitian tersebut tidak merinci kepatuhan berdasarkan masing-masing komponen, sehingga belum dapat diketahui apakah aspek gaya hidup sehat telah diterapkan secara menyeluruh atau hanya berfokus pada pengobatan saja (Sofian & A, 2024). Lebih lanjut, penelitian oleh Toar dan Mamahit (2022) di Puskesmas Tatelu memberikan gambaran lebih detail tentang pelaksanaan tiap komponen PATUH. Dari lima komponen yang dianalisis, komponen A (Atasi penyakit dengan pengobatan yang tepat dan teratur) memiliki tingkat kepatuhan tertinggi yaitu 67,6%, sementara hanya 31% pasien yang rutin melakukan pemeriksaan kesehatan (komponen P), dan 25,4% yang menjalani diet gizi seimbang (komponen T) yang artinya kepatuhan terhadap perubahan gaya hidup masih sangat rendah (Toar & Mamahit, 2022).

Berdasarkan hasil diatas, dari beberapa penelitian sebelumnya mengindikasikan bahwa kendala utama dalam pengendalian hipertensi saat ini tidak hanya pada aspek pengobatan, tetapi pada perubahan perilaku dan gaya hidup sehat. Program CERDIK menitikberatkan pada perubahan pola hidup seperti aktivitas fisik, diet seimbang, istirahat cukup, dan kelola stres menjadi lebih relevan untuk diteliti yang dapat mendukung proses pengobatan di Program PATUH. Program PATUH didasari oleh kepatuhan Program cerdik akan mencegah kondisi hipertensi yang dirasakan pasien akan semakin berat. Berdasarkan pertimbangan tersebut, penelitian ini difokuskan pada kepatuhan pasien terhadap program CERDIK sebagai strategi pengendalian hipertensi yang lebih menyeluruh dan berkelanjutan

Tenaga kesehatan Puskesmas Sudi sudah melakukan berbagai upaya dalam pencegahan dan pengendalian hipertensi dengan berbagai program, seperti program CERDIK. Meskipun demikian, masih terdapat pasien hipertensi yang tidak disiplin dalam menjalankan program tersebut. Meskipun program CERDIK telah disosialisasikan sebagai upaya untuk mengelola hipertensi, penelitian yang secara khusus meneliti kepatuhan pasien hipertensi

terhadap program ini masih sangat terbatas. Belum ada kajian yang mendalam mengenai sejauh mana pasien hipertensi mematuhi setiap komponen dalam program CERDIK. Kesenjangan ini menjadi penting untuk diteliti, mengingat kepatuhan terhadap program CERDIK dapat berpengaruh terhadap pengendalian hipertensi dan pencegahan komplikasi terkait.

Menurut hasil studi pendahuluan dengan wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal 29 November 2024 di Wilayah Kerja Puskesmas Sudi pada perawat puskesmas didapatkan data kunjungan pasien dengan hipertensi 2024 sebanyak 4.166 pasien hipertensi dengan usia 15-59 tahun. Menurut perawat puskesmas bahwa pasien yang datang berobat dan rutin mengkonsumsi obat antihipertensi menunjukkan tekanan darah yang tetap tinggi, sehingga dilakukanlah sosialisasi program CERDIK yang dapat membantu pengendalian hipertensi dalam menerapkan pola hidup sehat, dan menurut perawat di puskesmas evaluasi dari program tersebut pasien teredukasi dan mengikuti programnya. Hasil wawancara langsung ke 10 pasien hipertensi didapatkan bahwa seluruh pasien mengetahui tentang program CERDIK yang telah disosialisasikan, meskipun demikian hampir seluruh pasien hipertensi yang di wawancarai mengatakan masih sering mengkonsumsi makanan tinggi garam seperti asin serta makanan berlemak seperti gorengan, beberapa pasien mengaku merokok setiap hari dan hampir tiap hari terpapar asap rokok, selain itu beberapa pasien juga mengatakan jarang berolahraga karena merasa malas, dan mengatakan sering banyak pikiran karena beban kerja dan hidup yang berat sehingga waktu tidur pun berkurang.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik meneliti kepatuhan pasien hipertensi dalam menjalankan program CERDIK yang disosialisasikan di Puskesmas Sudi sebagai upaya pengendalian hipertensi, dengan judul “Kepatuhan Pasien Hipertensi pada Program CERDIK dalam Pengendalian Hipertensi di Puskesmas Sudi Kabupaten Bandung”.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana kepatuhan pasien hipertensi pada program CERDIK dalam pengendalian hipertensi?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui kepatuhan pasien hipertensi pada program CERDIK dalam pengendalian hipertensi.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui kepatuhan cek kesehatan berkala pada program CERDIK pasien hipertensi di Puskesmas Sudi
2. Untuk mengetahui kepatuhan enyahkan asap rokok pada program CERDIK pasien hipertensi di Puskesmas Sudi
3. Untuk mengetahui kepatuhan rajin aktivitas pada program CERDIK pasien hipertensi di Puskesmas Sudi
4. Untuk mengetahui kepatuhan diet seimbang pada program CERDIK pasien hipertensi di Puskesmas Sudi
5. Untuk mengetahui kepatuhan istirahat cukup pada program CERDIK pasien hipertensi di Puskesmas Sudi
6. Untuk mengetahui kepatuhan kelola stress pada program CERDIK pasien hipertensi di Puskesmas Sudi

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi pada penyusunan instrumen atau model untuk mengukur kepatuhan pasien hipertensi pada program CERDIK, serta memperluas pemahaman mengenai efektivitas program tersebut dalam pengendalian hipertensi.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Perawat Puskesmas

Memberikan informasi mengenai kepatuhan pasien hipertensi pada program CERDIK dalam pengendalian hipertensi, yang dapat

membantu perawat puskesmas untuk meningkatkan kepatuhan pasien dalam penanganan hipertensi.

2. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan mampu memperdalam pemahaman, memperluas cakupan pengetahuan, dan memberikan pengalaman praktik langsung bagi peneliti dalam melaksanakan penelitian serta menerapkan pengetahuan yang diperoleh selama perkuliahan.

3. Bagi Program Studi Keperawatan

Menambah literatur yang dapat digunakan sebagai referensi pendidikan dan penelitian di bidang keperawatan terkait program CERDIK dalam pengendalian hipertensi dan sebagai bahan bacaan dan informasi tentang bagaimana kepatuhan pasien hipertensi pada program CERDIK dalam pengendalian hipertensi.

1.5 Batasan Masalah

Penelitian yang dilakukan merupakan lingkup keperawatan medikal bedah, penelitian ini dibatasi pada penderita hipertensi yang berada di wilayah kerja puskesmas Sudi.