

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tekanan darah tinggi atau hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan umum di seluruh dunia dan menjadi penyebab utama berbagai penyakit berbahaya seperti serangan jantung, stroke, hingga gangguan ginjal. Berdasarkan data dari WHO tahun 2021, sekitar 1,28 miliar orang dewasa berusia 30 hingga 79 tahun mengalami hipertensi, terutama di negara dengan pendapatan menengah ke bawah.¹

Di Indonesia sendiri survei tahun 2018, prevalensinya mencapai 34,1%, naik dari 25,8% pada tahun 2013, berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI).² Di Sulawesi selatan, angka penderita hipertensi mencapai 31,7%.³ Sementara itu, di wilayah kerja Puskesmas Pampang, Kota Makassar, tercatat 8.674 kasus hipertensi selama Januari hingga September 2024, yang menandakan masalah ini cukup serius dan perlu segera ditangani.

Hipertensi adalah kondisi ketika tekanan darah seseorang berada diatas angka normal, yaitu lebih dari 140/90 mmHg.⁴ Bila tidak dikendalikan, kondisi ini bisa menyebabkan komplikasi berbahaya dan menurunkan kualitas hidup penderitanya.⁵ Beberapa studi menyebutkan bahwa penderita hipertensi yang tidak mengelola tekanan darah dengan baik berisiko lebih tinggi mengalami gangguan jantung dan stroke,

yang tentunya berdampak pada kondisi fisik dan kesejahteraan secara menyeluruh.⁶

WHO juga menekankan pentingnya penanganan hipertensi secara menyeluruh, mulai dari perubahan gaya hidup sehat, seperti mengurangi konsumsi garam, makan makanan bergizi, rajin beraktivitas fisik, dan rutin memeriksa tekanan darah.⁷ Garrison et al. (2021) menunjukkan bahwa pada penderita hipertensi yang menerapkan pengendalian tekanan darah rutin melalui pemantauan dan perubahan gaya hidup menunjukkan peningkatan signifikan dalam tekanan darah mereka, sehingga sangat berpotensi meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.⁸

Kebanyakan penelitian sebelumnya lebih fokus pada hubungan antara kontrol tekanan darah dengan risiko komplikasi, sementara sedikit yang meneliti pengaruhnya terhadap kualitas hidup secara langsung, apalagi di tingkat masyarakat seperti wilayah Puskesmas Pampang. Maka dari itu, penelitian ini dilakukan untuk mengisi celah tersebut dan memberikan informasi yang lebih mendalam.⁹

Pengendalian tekanan darah yang tidak hanya untuk mencegah komplikasi, juga berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup pasien. Dengan pengendalian yang baik, pasien bisa mengurangi berbagai risiko penyakit terkait hipertensi juga meningkatkan kesejahteraan secara keseluruhan. Kualitas hidup penderita hipertensi dapat ditingkatkan melalui pengendalian tekanan darah yang rutin dan

dukungan motivasi dari keluarga.¹⁰ Kualitas hidup (QoL) adalah konsep yang digunakan untuk mengukur kesejahteraan individu atau kelompok pada suatu waktu tertentu, mencakup aspek positif dan negatif dari kehidupan mereka.¹¹

Walaupun sudah banyak penelitian tentang pentingnya rutin mengontrol tekanan darah, namun masih banyak orang yang belum menyadari hal ini. Hal ini terlihat dari semakin banyaknya kasus tekanan darah tinggi, meskipun kualitas hidup penderita hipertensi sudah mulai membaik. Karena itu, perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui apakah kontrol tekanan darah secara rutin benar-benar bisa membantu meningkatkan kualitas hidup penderita hipertensi. Dengan memahami hal ini, diharapkan penderita bisa lebih sadar pentingnya memantau tekanan darah secara teratur demi menjaga kesehatan. Penelitian ini juga bertujuan untuk memberikan bukti ilmiah yang kuat bahwa pemeriksaan tekanan darah yang rutin dapat membantu meningkatkan kualitas hidup, dan bisa dijadikan dasar dalam pelayanan keperawatan dan kesehatan masyarakat.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana pengaruh pengendalian tekanan darah rutin terhadap kualitas hidup penderita hipertensi di Puskesmas Pampang Kota Makassar berdasarkan aspek fisik, psikologis, sosial dan lingkungan?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pengendalian tekanan darah rutin terhadap kualitas hidup pada penderita hipertensi

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat kualitas hidup pada aspek fisik, psikologis, sosial dan lingkungan penderita hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan pengendalian tekanan darah rutin pada kelompok intervensi
- b. Mengetahui tingkat kualitas hidup pada aspek fisik, psikologis, sosial dan lingkungan penderita hipertensi sebelum dan sesudah dilakukan pengendalian tekanan darah rutin pada kelompok kontrol
- c. Menganalisis perbedaan pengaruh pengendalian tekanan darah rutin terhadap peningkatan kualitas hidup pada penderita hipertensi di Puskesmas Pampang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Menambah bukti ilmiah mengenai hubungan antara pengendalian tekanan darah rutin dan kualitas hidup pada penderita hipertensi.
- b. Menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya dibidang keperawatan komunitas dan kesehatan masyarakat.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi tenaga kesehatan di Puskesmas Pampang, penelitian ini dapat menjadi dasar dalam Menyusun program intervensi bagi penderita hipertensi guna meningkatkan kualitas hidup mereka.
- b. Bagi penderita hipertensi, penelitian ini diharapkan meningkatkan pemahaman tentang pentingnya kontrol tekanan darah secara rutin dalam menjaga kesehatan jangka Panjang.
- c. Bagi pemerintah dan pembuat kebijakan, hasil penelitian ini dapat digunakan untuk merancang strategi pencegahan hipertensi berbasis komunitas.