

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Penyakit tidak menular (PTM) seperti penyakit kardiovaskuler, diabetes, kanker, dan penyakit paru obstruktif kronik merupakan permasalahan utama dalam bidang kesehatan di Indonesia. Sejak tahun 2005 Kementerian Kesehatan telah menerapkan program pencegahan PTM yang menitikberatkan pada promosi gaya hidup sehat, pencegahan faktor risiko, dan manajemen penyakit. Pencegahan PTM, terutama dalam mengatasi hipertensi dan merokok, telah menjadi bagian integral dari Program Indonesia Sehat dengan pendekatan yang melibatkan keluarga<sup>(1)</sup>.

Hipertensi yang ditandai dengan tekanan darah sistolik di atas 140 mmHg dan tekanan darah diastolik di atas 90 mmHg, telah diidentifikasi sebagai penyebab utama penyakit serius seperti jantung dan stroke berdasarkan data Riskesdas tahun 2013. Selain itu, hipertensi juga berkaitan dengan risiko gagal ginjal dan masalah kesehatan lainnya, terutama ketika faktor risiko seperti obesitas, diabetes, dan tingginya kadar kolesterol<sup>(2)</sup>.

Prevalensi hipertensi terus meningkat, dengan catatan bahwa 22% penduduk dunia mengidap kondisi ini, dan tingkat kejadian yang lebih tinggi, mencapai 36%, terjadi di Asia Tenggara. Di Indonesia, hasil Riskesdas 2018 menunjukkan peningkatan signifikan dalam prevalensi hipertensi, mencapai 34.1%, dibandingkan dengan 25.8% pada tahun 2013 dan peningkatan ini terlihat di berbagai kelompok usia, termasuk yang lebih muda<sup>(3)</sup>.

Fakta-fakta ini menyoroti urgensi permasalahan hipertensi di Indonesia, yang memerlukan upaya pencegahan yang lebih efektif dan manajemen yang lebih

baik. Pencegahan melalui promosi gaya hidup sehat, diet seimbang, olahraga, dan pengelolaan stres memiliki peran sentral dalam mengurangi risiko hipertensi. Selain itu, perawatan yang tepat bagi individu yang telah didiagnosis dengan hipertensi juga menjadi kunci untuk mengendalikan kondisi ini<sup>(4)</sup>.

Untuk mencegah terjadinya kambuhnya penyakit atau pengendalian hipertensi ini harus dilakukan oleh seluruh pasien yang menderita hipertensi, sehingga dapat menekan meningkatnya tekanan darah yang serius. Namun demikian, tidak seluruh penderita hipertensi ini bisa mengendalikan penyakit tersebut. Sebab disetiap pasien memiliki sikap dan pengetahuan hipertensi yang tidak sama dalam pengendalian penyakit ini<sup>(5)</sup>.

Pencegahan hipertensi dengan pendekatan perilaku CERDIK (Cek Kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet sehat dengan kalori seimbang, Istirahat yang cukup, dan Kelola stres) menjadi strategi intervensi promosi kesehatan yang perlu dimulai di tingkat keluarga. Pendekatan ini memanfaatkan peran keluarga dalam meningkatkan kesehatan masyarakat secara keseluruhan<sup>(6)</sup>.

Untuk memahami lebih mendalam pengaruh edukasi menggunakan media jaring PTM terhadap kemampuan keluarga dalam pencegahan hipertensi dengan pendekatan cerdas, diperlukan penelitian lebih lanjut. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang penerapan pendekatan cerdas dalam konteks pengelolaan hipertensi oleh keluarga. Hasil penelitian ini diharapkan dapat mendukung program pencegahan yang lebih efektif dan memperkuat peran aktif keluarga dalam manajemen hipertensi, dengan harapan

dapat mengurangi dampak penyakit ini dan meningkatkan kualitas hidup anggota keluarga yang terkena dampaknya<sup>(7)</sup>.

## **1.2 Rumusan**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka dapat disusun rumusan masalah sebagai berikut: “Bagaimana Pengaruh Edukasi dengan Media Jaring PTM terhadap Perilaku Pencegahan Hipertensi dengan Pendekatan CERDIK pada Keluarga?”.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan, yaitu: Menganalisa pengaruh edukasi dengan media jaring PTM terhadap perilaku pencegahan hipertensi dengan pendekatan CERDIK pada keluarga.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi pengetahuan dalam pencegahan hipertensi dengan pendekatan CERDIK pada keluarga sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok perlakuan dan kontrol.
2. Mengidentifikasi sikap dalam pencegahan hipertensi dengan pendekatan CERDIK pada keluarga sebelum dan sesudah intervensi pada pada kelompok perlakuan dan kontrol.
3. Mengidentifikasi niat dalam pencegahan hipertensi dengan pendekatan CERDIK pada keluarga sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok perlakuan dan kontrol.

## **1.4 Manfaat**

### **1.4.1 Manfaat Praktis**

1. Penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran keluarga tentang pentingnya pencegahan dan pengelolaan hipertensi.
2. Hasil penelitian ini dapat mendorong perubahan perilaku positif keluarga, seperti berhenti merokok, meningkatkan aktivitas fisik, mengadopsi pola makan seimbang, tidur yang cukup, dan manajemen stres yang lebih baik.
3. Keluarga akan menjadi lebih terampil dalam mengelola tekanan darah anggota keluarga yang terkena dampak hipertensi.
4. Penelitian ini dapat membantu mengurangi dampak buruk hipertensi pada anggota keluarga, seperti peningkatan kualitas hidup dan pengurangan risiko komplikasi.

### **1.4.2 Manfaat Teoritis**

1. Hasil penelitian ini dapat memberikan dasar untuk rekomendasi kebijakan yang mendukung pendekatan kemampuan keluarga dalam upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi dengan perilaku CERDIK.
2. Penelitian ini dapat menjadi dasar bagi penelitian lanjutan yang lebih mendalam tentang pendekatan kemampuan keluarga dalam konteks kesehatan masyarakat.