

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Hipertensi merupakan penyebab kematian utama diseluruh dunia. Pada umumnya, penderita tidak menyadari jika dirinya menderita hipertensi karena hipertensi sering terjadi tanpa ada tanda dan gejala. Oleh sebab itu disebut sebagai *silent killer* (Darmatya, 2023). Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolic lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang. (Kemenkes, 2018) Pengobatan hipertensi dapat dilakukan dengan merubah perilaku dan memodifikasi gaya hidup, disiplin terhadap pantangan dan mengubah pola makan dengan membatasi asupan garam tidak lebih dari 6 gram atau dari seperempat sampai setengah sendok teh per harinya, olahraga yang teratur 3-5 kali seminggu seperti jalan, lari, dan bersepeda selama 20-25 menit, menghindari minuman berkafein dan alkohol, menghindari rokok, dan tidak melupakan minum obat sesuai dengan instruksi tenaga kesehatan agar tekanan darah dapat terkontrol dengan baik, pengendalian stres serta istirahat yang cukup juga penting bagi penderita sebagai bentuk modifikasi gaya hidup (Zainal Arifin, 2021).

Program penanggulangan hipertensi oleh pemerintah salah satunya adalah CERDIK. Tujuan dari program kesehatan tersebut yaitu meningkatkan status kesehatan, meningkatnya upaya peningkatan perilaku hidup bersih dan

sehat, menurunkan kematian, serta upaya untuk memonitoring dan mendeteksi sedini mungkin terhadap faktor-faktor risiko dari penyakit tidak menular yang terjadi di masyarakat (Baiq Ruli Fatmawati, 2020)

Defisit Pengetahuan adalah ketiadaan atau kurangnya informasi kognitif yang berkaitan dengan topik tertentu (PPNI, 2017) Perawatan hipertensi yang ditandai menanyakan tentang hipertensi dan cara perawatannya, menunjukkan perilaku tidak sesuai anjuran (konsumsi semua makanan, kurang olahraga), menunjukkan persepsi keliru tentang masalah dengan mengatakan diet itu tidak perlu, menjalani pemeriksaan yang tidak tepat (tidak kontrol kesehatan), menunjukkan perilaku berlebihan (kurang peduli). Tanda gejala yang muncul telah memenuhi 90% tanda gejala untuk menegakkan masalah defisit pengetahuan. (PPNI, 2016)

Menurut data dari *World Health Organization* 2019 penyakit hipertensi menyerang 22% dari penduduk seluruh dunia. Dari jumlah penderita tersebut, hanya kurang dari seperlima persen yang melakukan Upaya pengendalian terhadap tekanan darah (WHO, 2019). WHO juga memperkirakan 1 dari 5 orang Perempuan diseluruh dunia memiliki hipertensi. Jumlah ini lebih besar di antara laki-laki, yaitu 1 diantara 4 orang. Sedangkan menurut data WHO hamper 1,8 miliar manusia diseluruh dunia memiliki tekanan darah tinggi. Hipertensi juga membunuh hampir 1 miliar manusia setiap tahunnya dan hampir 1,5 juta manusia setiap tahunnya dikawasan Asia Timur Selatan (WHO, 2019)

Di Provinsi Jawa Timur sekitar 11.008.334 penduduk, dengan proporsi laki-laki 48,83% dan perempuan 51,17% terkena hipertensi. Dari jumlah

tersebut penderita hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan sebesar 35,60% atau 3.919.489 penduduk (Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2021). Untuk wilayah Ponorogo menurut Dinas Kesehatan Jawa Timur 2023, penemuan kasus Hipertensi mencapai 291.743 ribu orang (Dinas Kesehatan Jawa Timur, 2024)

Penyakit darah tinggi atau hipertensi merupakan suatu gangguan pada pembuluh darah dan jantung yang mengakibatkan suplay oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai ke jaringan tubuh. Tekanan darah tinggi yang terus menerus menyebabkan jantung bekerja keras, sehingga menyebabkan terjadinya kerusakan pembuluh darah, jantung, otak, dan mata. (Henni Rista, 2021) Hasil penelusuran Literature Review ini bertujuan untuk mengetahui faktor – faktor apa saja yang menyebabkan hipertensi yaitu, kebiasaan merokok, pola makan, aktifitas fisik, jenis kelamin, usia, dan pendidikan (Ahmad Fariz, 2022). Gejala-gejala hipertensi sangat bervariasi dimulai dengan tanpa gejala, sakit kepala ringan ataupun gejala lain yang hampir sama dengan penyakit lain. (Nova Maulana, 2022)

Hipertensi merupakan masalah yang serius bahkan cenderung meningkat tiap tahunnya sehingga perlu adanya kesadaran sejak dini dari penderita tersebut agar tidak menimbulkan komplikasi yang lebih berat. Oleh karena itu, penderita hipertensi perlu memahami bagaimana cara mengatasi tekanan darahnya agar tetap stabil dengan menerapkan perilaku CERDIK di kehidupan sehari-hari. Perilaku CERDIK merupakan suatu tindakan yang dapat diamati dan bertujuan baik disadari maupun tidak (Ayu Ariani, 2024). CERDIK berperan penting dalam membantu penderita hipertensi dalam

proses penyembuhan atau menurunkan derajat hipertensi. CERDIK adalah akronim dari Cek kesehatan secara berkala, Enyah asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet seimbang, Istirahat yang cukup, dan Kelola stres (Kementrian Kesehatan, 2018). Perilaku CERDIK dalam mengontrol hipertensi dengan cara melakukan pemeriksaan kesehatan rutin minimal setahun sekali untuk memeriksa tekanan darah, berat badan, lingkar perut dan kolesterol, bagi perokok aktif dapat berusaha untuk berhenti merokok dan rajin olahraga setidaknya 30 menit per hari atau 3-5 kali dalam seminggu, melakukan diet sehat dan seimbang dengan mengonsumsi sayur-sayuran dan buah-buahan, kemudian mengurangi asupan gula, garam dan lemak yang tinggi, melakukan istirahat yang cukup sekitar 6-8 jam/hari, dan kendalikan stres dengan melakukan aktivitas sesuai minat, menonton televisi, dan berbincang dengan teman dekat/ rekan lainnya (M faizal, 2024). Defisit pengetahuan adalah ketiadaan atau kurangnya informasi kognitif yang berkaitan dengan topik tertentu (PPNI, 2016) Masalah ini biasanya ditandai oleh ketidakakuratan mengikuti perintah, ketidakakuratan melakukan tes, perilaku tidak tepat, dan kurang pengetahuan. (Anita, 2022) Kurangnya pengetahuan akan berpengaruh bagi penderita hipertensi untuk menangani kekambuhan atau melakukan pencegahan komplikasi (Amelia, 2020) Dengan meningkatnya pengetahuan tentang hipertensi maka kemungkinan penderita melakukan upaya tindakan untuk mengendalikan hipertensi, dan sebaliknya, dengan kekurangan atau defisit pengetahuan tentang hipertensi maka kemungkinan akan kurang baik juga upaya mengendalikan hipertensi yang dideritanya dan berujung pada komplikasi hipertensi (Devin Mahendika, 2020)

Diagnosa SDKI untuk Hipertensi antara lain Defisit pengetahuan khususnya pengetahuan tentang Cerdik. Penyakit Hipertensi apabila diabaikan akan berisiko mengalami komplikasi yaitu diantaranya Stroke, Perdarahan otak Transient Ischemic Attack Penyakit jantung seperti angina pectoris, Infark Miokard Akut, Penyakit ginjal, Penyakit mata seperti perdarahan. Mengurangi factor resiko dan komplikasi tersebut menjadi dasar pemberani intervensi oleh tenaga Kesehatan Perawat sebagai tenaga kesehatan memiliki peran sebagai educator atau pendidik. Sebagai seorang pendidik, perawat membantu klien mengenal Kesehatan terutama untuk memulihkan atau memelihara kesehatan tersebut. (Hany Alfiah, 2023)

Solusi untuk setiap pasien hipertensi sebaiknya mengambil tindakan pencegahan untuk mengurangi tekanan darah dan mengidentifikasi faktor risiko tambahan dan penyakit penyerta lainnya. Pengetahuan yang baik adalah hal yang penting yang harus dimiliki penderita hipertensi. Pengontrolan terhadap hipertensi bisa dilakukan dengan mempertahankan berat tubuh agar normal, mengontrol pola makan dengan membatasi kandungan kolesterol serta natrium dalam jumlah yang baik untuk pengidap, mempertahankan tekanan darah supaya tetap normal, berolahraga yang cukup, tidak merokok, tidak meminum alkohol, serta melakukan istirahat untuk menghindarkan diri dari stres, Komplikasi hipertensi dapat dicegah melalui edukasi kesehatan atau pendidikan kesehatan, penerapan pola hidup sehat, dan penggunaan terapi secara farmakologi serta nonfarmakologi. (Alfariani, 2021)

Intervensi keperawatan untuk mengatasi masalah Hipertensi defisit pengetahuan tentang CERDIK menurut SIKI yaitu Edukasi Kesehatan (I.

12383): 1). Identifikasi kesiapan dan kemampuan menerima informasi 2). Identifikasi faktor-faktor yang dapat meningkatkan dan menurunkan motivasi perilaku hidup bersih dan sehat. 3). Jadwalkan pendidikan penatalaksanaan keperawatan sesuai dengan kesepakatan. 4). Berikan pasien kesempatan untuk bertanya tentang pencegahan. (SIKI DPP PPNI, 2018)

Berdasarkan latar belakang, maka penulis akan melakukan studi kasus tentang asuhan keperawatan pada pasien hipertensi dengan defisit pengetahuan tentang CERDIK untuk mengatasi masalah defisit pengetahuan diatas maka rencana keperawatan yang berdasarkan Standart Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI) yaitu Edukasi Kesehatan (1.12383)

1.2 Batasan Masalah

Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini membatasi permasalahan asuhan keperawatan pada klien hipertensi dengan defisit pengetahuan tentang CERDIK di Wilayah Puskesmas Jambon Kabupaten Ponorogo

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan masalah latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut "Bagaimana Asuhan Keperawatan Pada Klien Hipertensi dengan Defisit Pengetahuan tentang CERDIK di Wilayah Puskesmas Jambon Kabupaten Ponorogo?"

1.4 Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Mampu melakukan Asuhan Keperawatan Pada Klien Hipertensi dengan Defisit Pengetahuan tentang CERDIK di Wilayah Puskesmas Jambon Kabupaten Ponorogo.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus studi kasus yaitu peneliti mampu:

- a) Menganalisa pengkajian pada pasien Hipertensi dengan defisit pengetahuan di Puskesmas Jambon Kabupaten Ponorogo.
- b) Menganalisa diagnosa keperawatan pada pasien Hipertensi dengan defisit pengetahuan di Wilayah Puskesmas Jambon Kabupaten Ponorogo.
- c) Menganalisa perencanaan keperawatan pasien Hipertensi dengan defisit pengetahuan di Wilayah Puskesmas Jambon Kabupaten Ponorogo.
- d) Menganalisa tindakan keperawatan pasien Hipertensi dengan defisit pengetahuan di Wilayah Puskesmas Jambon Kabupaten Ponorogo.
- e) Menganalisa evaluasi keperawatan pasien Hipertensi dengan defisit pengetahuan di Wilayah Puskesmas Jambon Kabupaten Ponorogo.
- f) Menganalisa asuhan keperawatan pada pasien Hipertensi dengan defisit pengetahuan di Wilayah Puskesmas Jambon Kabupaten Ponorogo.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat berguna bagi pengembangan ilmu keperawatan khususnya mengenal resiko defisit pengetahuan tentang CERDIK pada klien Hipertensi.

1. Untuk Prodi D3 Keperawatan (Kampus Kab. Ponorogo)

Diharapkan hasil dari karya tulis ilmiah ini nanti dapat

meningkatkan mutu Pendidikan keperawatan serta sebagai dokumentasi dan menambah koleksi perpustakaan Prodi D3 Keperawatan Ponorogo.

2. Untuk Peneliti Selanjutnya Memberikan gambaran serta informasi bagi penulis Karya Tulis Ilmiah selanjutnya.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Klien dan Keluarga

Klien mendapatkan asuhan keperawatan tidak mengalami deficit pengetahuan dan tidak mengalami komplikasi serta menambah wawasan pada keluarga tentang bagaimana pola hidup yang baik untuk penderita hipertensi

2. Bagi Profesi Perawat

Sebagai pedoman dalam pemberian asuhan keperawatan pada penderita Hipertensi dengan defisit pengetahuan tentang CERDIK.

3. Bagi Penulis

Agar menambah wawasan serta mengaplikasikan ilmu keperawatan ke dalam praktek keperawatan dengan memberikan asuhan keperawatan kepada klien dengan diagnosa Hipertensi dengan defisit pengetahuan tentang CERDIK.

4. Bagi Instansi Pendidikan

Dapat digunakan sebagai referensi tambahan bagi instansi tentang asuhan keperawatan pada klien Hipertensi dengan deficit pengetahuan tentang CERDIK.

