

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit dapat didefinisikan sebagai suatu kondisi tidak normal yang terjadi pada tubuh manusia atau pikiran seseorang, yang berakibat pada terganggunya fungsi sebagian atau keseluruhan organ tubuh. Penyebab utama dari penyakit sangat beragam, mulai dari faktor infeksi, faktor genetik atau keturunan, hingga pengaruh lingkungan dan kebiasaan hidup yang kurang sehat. Berdasarkan sifat penularannya, penyakit secara umum dikategorikan ke dalam dua kelompok besar, yaitu penyakit menular dan penyakit tidak menular. Penyakit menular merupakan jenis penyakit yang timbul akibat infeksi yang disebabkan oleh mikroorganisme patogen, seperti virus, bakteri, jamur, atau parasit. Penyakit ini dapat berpindah dari satu individu ke individu lain melalui berbagai cara, termasuk kontak langsung, udara, atau melalui vektor tertentu. Di Indonesia, beberapa penyakit menular yang sering terjadi meliputi diare, Infeksi Saluran Pernafasan Akut (ISPA), pneumonia, tuberkulosis (TBC), penyakit kulit, demam berdarah dengue (DBD), serta malaria. Penyakit-penyakit ini masih menjadi tantangan utama dalam sistem kesehatan masyarakat di Indonesia (WHO, 2023b)

Sementara itu, penyakit tidak menular (PTM) umumnya disebabkan oleh faktor risiko yang berkaitan dengan gaya hidup, seperti kurangnya aktivitas fisik, kebiasaan merokok, pola makan yang tidak seimbang, serta

tingginya tingkat stres. Penyakit tidak menular sering kali dikategorikan sebagai penyakit degeneratif, karena muncul akibat perubahan fungsi sel-sel dalam tubuh yang secara bertahap memengaruhi kinerja organ-organ vital. Beberapa contoh umum dari PTM antara lain diabetes melitus, obesitas, kanker, dan hipertensi. Penyakit-penyakit ini cenderung berkembang dalam jangka panjang dan sering kali tidak menunjukkan gejala pada tahap awal (Rahajeng & Tuminah Sulistyowati, 2019).

Di antara berbagai penyakit tidak menular, hipertensi merupakan kondisi yang paling sering ditemukan. Hipertensi sering kali berkembang tanpa disertai gejala yang nyata, sehingga banyak penderitanya tidak menyadari bahwa mereka mengalami tekanan darah tinggi hingga dilakukan pemeriksaan medis. Oleh karena itu, hipertensi sering disebut sebagai *the silent killer* atau “pembunuh diam-diam.” Kondisi ini merupakan gangguan kardiovaskular yang paling umum terjadi dan menjadi tantangan kesehatan yang signifikan bagi individu yang mengalaminya. Hipertensi juga dikategorikan sebagai salah satu faktor risiko utama yang berkontribusi terhadap kematian akibat penyakit kardiovaskular. Seseorang dikatakan mengalami hipertensi jika tekanan darahnya mencapai atau melebihi 140 mmHg untuk tekanan sistolik dan/atau 90 mmHg untuk tekanan diastolik (Marbun & Hutapea, 2022)

Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO, 2023a), jumlah penderita hipertensi di dunia diperkirakan mencapai 1,28 miliar orang dewasa. Prevalensi hipertensi di negara-negara maju terbilang cukup

tinggi, yakni sekitar 37%, sementara di negara-negara berkembang angkanya mencapai 29,9%. Hipertensi menjadi penyebab utama kematian dini secara global, sehingga Organisasi Kesehatan Dunia telah menetapkan target penurunan prevalensi hipertensi sebesar 33% dalam rentang waktu 2010 hingga 2030.

Di Indonesia, angka kejadian hipertensi juga tergolong tinggi. Berdasarkan laporan (Riskesmas, 2023), prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,1%, yang berarti lebih dari 70 juta penduduk menderita penyakit ini. Dari berbagai provinsi di Indonesia, Jawa Tengah mencatat angka kejadian hipertensi tertinggi, yaitu sebesar 76,5%. Selain itu, diabetes melitus menjadi penyakit tidak menular kedua yang paling umum terjadi di provinsi ini dengan prevalensi sebesar 10,7%. Mengingat tingginya angka kejadian kedua penyakit tersebut, upaya pengendalian dan pencegahan PTM di Jawa Tengah menjadi prioritas utama dalam program kesehatan masyarakat di daerah tersebut.

Berdasarkan data dari (Dinas Kesehatan Kota Semarang, 2019), prevalensi hipertensi di Kota Semarang mencapai 37 persen dari total populasi yang berusia 15 tahun ke atas. Dari jumlah estimasi tersebut, sebanyak 4.431.538 individu, atau sekitar 50,9 persen, telah memperoleh layanan kesehatan terkait hipertensi. Kota Semarang mencatat jumlah tertinggi dalam pemberian layanan kesehatan kepada penderita hipertensi, dengan total 67.101 kasus yang telah ditangani. Sementara itu, daerah dengan cakupan pelayanan kesehatan bagi penderita hipertensi terendah

berada di Kabupaten Grobogan. Semarang adalah sebuah kota yang berdekatan dengan Salatiga. Sehingga kasus kasus seperti ini juga banyak ditemukan di Salatiga.

Dalam kasus Hipertensi terdapat gangguan yang mungkin muncul pada penderita hipertensi yaitu gangguan fisik dan gangguan psikologis. Gangguan fisik dapat berupa sakit kepala, pusing, jantung berdebar, gelisah, penglihatan kabur, rasa sakit di dada, mudah lelah. Gangguan psikologis dapat berupa kecemasan, stress, dan depresi. Munculnya cemas, stress dan depresi dapat berpengaruh terhadap penderita hipertensi. Yang juga dapat memberikan pengaruh terhadap munculnya paksaan untuk mengubah gaya hidup dan kekhawatiran akan munculnya berbagai komplikasi serta ancaman kematian (Pratiwi Bela et al., 2022)

Upaya penanganan penyakit hipertensi dan komplikasi yang mungkin terjadi perlu di tingkatkan, untuk menurunkan tingkat morbiditas dan mortalitas penderita, oleh karena itu dibutuhkan suatu upaya preventif yang diberikan melalui suatu pemahaman, pengetahuan, dan pengaturan pola hidup pasien hipertensi (Soares et al., 2021).

Dalam upaya meningkatkan pemahaman serta pengetahuan mengenai penanganan hipertensi, salah satu pendekatan yang dapat dilakukan adalah dengan menyampaikan informasi kepada penderita hipertensi melalui kegiatan edukasi kesehatan. Edukasi kesehatan tidak sekadar merupakan proses penyampaian teori dari satu individu ke individu lainnya, melainkan juga mencakup suatu perubahan perilaku yang terjadi akibat meningkatnya

kesadaran, baik pada tingkat individu, kelompok, maupun masyarakat secara luas. Kesadaran ini memungkinkan masyarakat untuk memperoleh wawasan yang lebih mendalam mengenai hipertensi serta dampaknya, sehingga mereka mampu mengambil keputusan yang lebih tepat dan berkualitas dalam menjaga kesehatan mereka secara optimal (Ndapaole et al., 2020)

Untuk meningkatkan efektivitas penyampaian informasi dalam edukasi kesehatan kepada masyarakat, penulis memilih menggunakan media leaflet sebagai sarana untuk meningkatkan pengetahuan pasien. Leaflet sebagai salah satu media baca dianggap paling tepat dalam meningkatkan pemahaman individu, karena dalam proses pembelajaran, manusia cenderung melibatkan berbagai panca indera. Dalam hal ini, indera penglihatan memiliki peran dominan dalam menyalurkan informasi ke otak, yakni sekitar 75% hingga 87%.

Penelitian yang dilakukan oleh (Ndapaole et al., 2020) dengan judul Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Booklet Terhadap Tingkat Kecemasan pada Penderita Hipertensi di Puskesmas OEPOI – Wilayah Kerja Kota Kupang menunjukkan bahwa pemberian edukasi kesehatan melalui media booklet berkontribusi secara signifikan dalam menurunkan tingkat kecemasan pasien hipertensi. Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan tidak hanya meningkatkan pemahaman pasien mengenai kondisi yang mereka alami, tetapi juga membantu mereka dalam mengembangkan pola pikir yang lebih baik. Dengan pemahaman yang lebih mendalam, individu menjadi lebih siap dalam mengambil keputusan terkait tindakan

yang harus dilakukan selanjutnya, serta mampu mengontrol situasi kesehatannya dengan lebih baik, termasuk dalam menghadapi dan mengelola penyakit yang diderita.

Sejalan pula dengan penelitian (Barus et al., 2022) dengan judul Pengaruh Pendidikan Kesehatan Hipertensi Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Penderita Hipertensi di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam yang menggunakan 41 orang responden yang didapatkan data rerata sebelum dilakukan intervensi dengan kecemasan berat (28,98 %) sesudah diberikan edukasi kesehatan menjadi kecemasan ringan (15.37 %). Dan diperoleh hasil nilai P value 0,000 dimana nilai $\alpha = 0,05$. maka $P < \alpha$ sehingga ditarik kesimpulan bahwa ada pengaruh edukasi kesehatan terhadap tingkat kecemasan penderita hipertensi.

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang membahas tentang pendekatan pasien hipertensi terhadap kecemasan dengan cara memberikan edukasi kesehatan maka peneliti mengambil judul tersebut untuk dijadikan objek penelitian karena penyakit inilah yang banyak ditemukan pada karyawan dan dosen di klinik UIN Salatiga. Dosen dan karyawan yang datang ke klinik sebagian besar mengalami rasa cemas setelah mengetahui menderita hipertensi, karena ketakutan akan penyakitnya bila terjadi komplikasi. Sehingga peneliti berusaha memberikan edukasi yang dilakukan secara langsung atau perorangan. Bukan membuat kelompok penyuluhan, karena setiap dosen dan karyawan yang merupakan responden kami tidak

memiliki waktu senggang yang sama. Agar memudahkan penyampaian edukasi maka peneliti menggunakan media.

Berdasarkan penelitian, media yang digunakan oleh peneliti dalam penyampaian informasi adalah leaflet berjudul "Ayo Ketahui Hipertensi". Pemilihan media ini didasarkan pada prinsip bahwa proses pembelajaran seseorang sangat bergantung pada keterlibatan panca indera. Dalam hal ini, panca indera yang memiliki kontribusi terbesar dalam menyampaikan informasi ke otak adalah indera penglihatan, dengan persentase mencapai sekitar 75% hingga 87%. Oleh karena itu, penggunaan leaflet sebagai media edukasi dianggap efektif karena memungkinkan individu untuk memperoleh, memahami, dan mengingat informasi dengan lebih optimal melalui visualisasi yang disajikan. Terkait media ini sebagai bahan edukasi terdapat penelitian terdahulu yang menggunakan leaflet berjudul "Pengaruh Edukasi Melalui Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Siswa Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja" dan terdapat penelitian lain yang juga menggunakan media ini "Pengaruh Edukasi Menggunakan Media Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan, Sikap dan Sisa Makanan Pada Pasien Hipertensi di RSUD Kabupaten Solok tahun 2022". Media leaflet dimanfaatkan oleh peneliti sebagai sarana untuk menyampaikan informasi terkait hipertensi, mencakup pemahaman tentang kondisi tersebut, strategi pencegahan, serta metode pengobatan baik yang bersifat farmakologis maupun non-farmakologis. Dengan adanya leaflet ini, peneliti berharap dapat meningkatkan wawasan responden mengenai hipertensi, sehingga

mereka lebih memahami cara mengelola penyakit ini secara mandiri. Selain itu, leaflet ini juga diharapkan dapat berkontribusi dalam menurunkan tingkat kecemasan pada individu yang didiagnosis menderita hipertensi, khususnya bagi pasien yang menjalani perawatan di Klinik UIN Salatiga, serta masyarakat secara luas. Untuk menilai efektivitasnya, leaflet ini akan diuji melalui intervensi edukasi kesehatan yang diberikan kepada penderita hipertensi. Dalam intervensi ini, dilakukan pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah edukasi guna mengevaluasi dampak dari informasi yang diberikan.

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan kepada lima orang pasien hipertensi di klinik UIN Salatiga didapatkan data terkait kecemasannya 3 orang yang mengeluh sering terbangun di malam hari, tidur tidak nyenyak karena memikirkan penyakitnya kalau terjadi komplikasi maka tidak akan bisa bekerja sebagaimana biasanya, dan 2 lainnya mengeluh berkurangnya kesenangan pada hobi karena hipertensi. Biasanya menyukai sepak bola karena sudah tahu hal ini bisa menyebabkan cedera maka olah raga diganti dengan jalan santai. Terkait tentang kecemasan pada pasien hipertensi yang dapat terjadi karena kondisi kesehatan yang mengganggu secara psikologis dianggap sebagai sebuah ancaman yang dapat memperburuk kesehatan. Hal ini sesuai dengan jurnal yang berjudul “Gambaran Tingkat Kecemasan Dan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi”

B. Rumusan Masalah

Hipertensi merupakan salah satu faktor utama yang berkontribusi terhadap tingginya angka kematian dini di berbagai belahan dunia. Penyakit ini tetap mendominasi sebagai proporsi terbesar dari keseluruhan Penyakit Tidak Menular (PTM) yang tercatat dalam berbagai laporan kesehatan. Hipertensi menjadi permasalahan serius dalam bidang kesehatan masyarakat, terutama karena kurangnya pemahaman individu mengenai berbagai aspek penyakit ini, seperti faktor pemicu, potensi komplikasi yang dapat terjadi, serta metode pengobatan dan upaya pencegahannya. Kurangnya informasi yang dimiliki oleh individu mengenai hipertensi sering kali memicu kecemasan, yang pada gilirannya dapat berdampak negatif terhadap kondisi kesehatan secara keseluruhan. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi kesehatan yang dilakukan secara rutin dan berkelanjutan guna meningkatkan pemahaman masyarakat tentang hipertensi. Dengan adanya edukasi yang memadai, diharapkan penderita mampu mengontrol kondisi kesehatannya secara lebih efektif, sehingga dapat menekan tingkat kecemasan yang muncul akibat ketidaktahuan terhadap penyakit tersebut (Ndapaole et al., 2020).

Kecemasan merupakan salah satu faktor risiko utama yang berkontribusi terhadap pelepasan hormon epinefrin dari kelenjar adrenal. Proses ini terjadi karena adanya respons fisiologis tubuh terhadap kecemasan, yang ditandai dengan peningkatan frekuensi denyut jantung serta penyempitan pembuluh darah. Kondisi tersebut dapat memperburuk

keadaan individu dengan hipertensi, karena perubahan fisiologis yang terjadi dapat meningkatkan kemungkinan mereka mengalami kecemasan secara lebih intens. Dengan demikian, penderita hipertensi menjadi lebih rentan terhadap serangan kecemasan yang dapat memperparah kondisi tekanan darah mereka (Barus et al., 2022).

Berdasarkan latar belakang tersebut rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ Adakah Pengaruh Pemberian Edukasi Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hipertensi Kronis?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui pengaruh edukasi kesehatan terhadap tingkat kecemasan pada pasien hipertensi di Klinik UIN SALATIGA.

2. Tujuan khusus

- a) Mengidentifikasi kejadian hipertensi di Klinik UIN Salatiga.
- b) Mengukur tingkat kecemasan pada pasien hipertensi sebelum dan setelah diberikan edukasi oleh peneliti.
- c) Menganalisis pengaruh edukasi kesehatan terhadap tingkat kecemasan pada pasien hipertensi di Klinik UIN Salatiga.

D. Manfaat Penelitian

1. Institusi Lahan Klinik

Untuk meningkatkan pengetahuan keilmuan di bidang pendidikan dan kesehatan serta mengetahui tentang edukasi kesehatan terhadap tingkat kecemasan pada hipertensi.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian diharapkan bisa menjadi tambahan pengetahuan serta bahan pustaka dalam melakukan penelitian.

3. Bagi Pasien

Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi pengetahuan bagi pasien dan bisa diterapkan pada kasus yang sama, pasien akan mendapatkan solusi yang tepat untuk mengatasi dan melakukan pencegahan hipertensi. Dengan begitu diharapkan angka hipertensi akan menurun