

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi masih menjadi masalah kesehatan masyarakat utama dan penyebab kematian tertinggi. Terjadi perubahan pola penyakit dari infeksi ke penyakit degeneratif, dengan hipertensi sebagai salah satu masalah utama. Hipertensi dapat dialami oleh semua usia, baik muda maupun tua (Telaumbanua & Rahayu, 2021). Pemerintah melalui BPJS Kesehatan meluncurkan program Prolanis untuk penanganan penyakit kronis termasuk hipertensi, yang meliputi konsultasi medis, edukasi, kunjungan rumah, dan kegiatan kelompok (Bulan et al., 2020). Gejala hipertensi dapat muncul pada beberapa tanda ketika mengalami peningkatan tekanan darah seperti sakit kepala, pusing, jantung berdebar. Meskipun demikian tidak semua pasien mengalami gejala dan keluhan hipertensi (Muliadi et al., 2024).

Data WHO 2013 menyebutkan 79% masyarakat berisiko hipertensi. Diantara penyakit tidak menular, hipertensi menduduki peringkat tinggi sebagai pembunuh global. Banyak penderita tidak menyadari kondisi mereka karena hipertensi sering tanpa gejala, sehingga disebut “silentkiller”. Jumlah penderita dewasa hampir dua kali lipat dalam 30 tahun, dari 650 juta menjadi 1,3 miliar. Hipertensi menyebabkan 10,8 juta kematian tiap tahun dan 235 juta tahun hidup hilang atau cacat. Sekitar 1 dari 3 orang dewasa mengidap hipertensi, dengan

prevalensi priase dikit lebih tinggi di bawah 50 tahun, dan hampir 49% pada usia di atas 50 tahun dengan proporsi pria dan wanita yang seimbang. Meski diagnosis dan pengobatan penting, 46% penderita tidak terdiagnosis, hanya 42% yang menjalani pengobatan, dan sebagian kecil berhasil mengendalikan tekanan darah. Sejak tahun 2013, WHO bekerjasama dengan negara anggota melalui Rencana Aksi Global PTM (2013-2020), diperpanjang hingga tahun 2030 sesuai Tujuan Pembangunan Berkelanjutan, khususnya mengurangi kematian dini akibat penyakit tidak menular. Peta jalan global 2023-2030 menargetkan penurunan prevalensi hipertensi sebesar 25% dan pencapaian sembilan target sukarela lainnya. Artinya hipertensi masih menjadi masalah besar terutama di negara dengan sumber daya rendah, sehingga WHO bersama negara-negara dunia membuat program global hingga 2030 untuk menurunkan prevalensi hipertensi dan mengurangi kematian akibat penyakit tidak menular.

Di Asia Tenggara, hipertensi menjadi masalah besar dengan sekitar 294 juta orang berusia 30 tahun ke atas terdampak. Pada tahun 2019, hipertensi menyebabkan 2,4 juta kematian, hampir setengah kematian akibat penyakit jantung pembuluh darah. Setengah penderita tidak menyadari kondisinya, dan kurang dari separuh yang diobati berhasil mengendalikantekanan darah.

Prevalensi hipertensi di Indonesia meningkat dari 25,8% (2013) menjadi 34,1% (2018), dengan angka tertinggi pada usia 35 tahun keatas, terutama pada kelompok usia 65 tahun ke atas (69,5%). Hipertensi diperkirakan

akan menjadi masalah serius sampai tahun 2030. Sebanyak 1,28 miliar orang usia 35-79 tahun telah terdiagnosis hipertensi. Data Agustus 2021 – Agustus 2023 menunjukkan prevalensi 47,7% pada orang dewasa, lebih tinggi pada pria (50,8%) dibandingkan wanita (44,6%), dan meningkat seiring usia. Dari penderita hipertensi dewasa, 59,2% menyadari kondisi mereka, lebih dari setengah mengonsumsi obat, dan sekitar seperlima berhasil mengendalikan tekanan darah dibawah 130/80mmHg. Tidak ada perubahan signifikan dalam kesadaran dan pengendalian hipertensi antara tahun 2017-2020 dan 2021–2023.

Di provinsi Sumatera Utara, prevalensi hipertensi mencapai 6,75% dari jumlah penduduk sekitar 12,42 juta jiwa, dengan jumlah tertinggi di beberapa kabupaten seperti Kabupaten Karo (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Hipertensi masih menjadi masalah kesehatan masyarakat saat ini karena prevalensi yang semakin meningkat. Prevalensi hipertensi di Sumatera Utara mencapai 5,52% dari jumlah penduduk di Sumatera Utara. Prevalensi hipertensi di Kota Medan sebesar 4,97% (Siregareta, 2021). Penelitian (Siregareta, 2020) menyebutkan bahwasanya hipertensi di kawasan pesisir kecamatan Medan Belawan mencapai 30%, hal ini diakibatkan oleh pemberian garam pada lauk dan sayur yang melebihi standar optimal serta kurangnya konsumsi sayur oleh masyarakat.

Prolanis adalah suatu sistem pelayanan kesehatan dan pendekatan proaktif yang dilaksanakan secara terintegrasi yang melibatkan

Peserta, Fasilitas Kesehatan dan BPJS Kesehatan dalam rangka pemeliharaan kesehatan bagi peserta BPJS Kesehatan yang menderita penyakit kronis untuk mencapai kualitas hidup yang optimal dengan biaya pelayanan kesehatan yang efektif dan efisien. Program prolans ditujukan bagi pasien hipertensi, karena penyakit ini dapat ditangani pada tingkat pelayanan kesehatan primer dan bertujuan untuk mencegah munculnya komplikasi. Kegiatan ini memiliki tujuan untuk menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi (Warjiman et al., 2021).

Kegiatan dalam program Prolans konsultasi meliputi medis, edukasi, kunjungan rumah, pengingat, dan aktivitas kelompok. Namun kenyataannya masih banyak masyarakat, khususnya keluarga, yang belum mengetahui tentang Prolans sehingga banyak penderita hipertensi yang tidak rutin memeriksakan kondisi kesehatannya ke fasilitas Kesehatan (Umizah & Fadli S, 2023).

Salah satu aktivitas rutin dalam prolans adalah senam yang dilakukan secara bertahap setiap minggu bagi klien penderita hipertensi (Regency, 2018). Kegiatan ini bertujuan untuk penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Senam ini memberikan efek seperti blokade yang mampu menenangkan sistem saraf simpatik, sehingga ketika aktivitas simpatik di pembuluh darah perifer menurun, hal tersebut dapat menjadi indikator penurunan tekanan darah (Nugraheni, 2019).

Penurunan kemampuan fisik dan mental pada lansia membutuhkan dukungan keluarga agar kesehatan mereka dapat terjaga, serta untuk memastikan perawatan yang tepat bagi lansia yang sering mengalami penyakit degeneratif seperti diabetes melitus dan hipertensi. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan pengetahuan lansia dalam kelompok Prolanis mengenai penyakit diabetes melitus dan hipertensi, sehingga dapat mencegah komplikasi sejak tahap awal. Selain itu, kegiatan ini juga mendorong lansia untuk rutin memeriksakan kesehatan dan mengendalikan penyakitnya minimal satu kali dalam sebulan di Puskesmas, serta membantu mereka menerapkan gaya hidup sehat secara konsisten. (Candra Dinata et al., 2022). Urgensi penelitian ini terletak pada tingginya beban penyakit hipertensi yang tidak hanya berdampak pada meningkatnya angka kesakitan dan kematian, tetapi juga berpotensi menimbulkan komplikasi serius seperti stroke, penyakit jantung, dan gagal ginjal yang dapat menurunkan kualitas hidup penderita. Meskipun berbagai upaya pengendalian hipertensi telah dilakukan melalui pelayanan kesehatan primer, kenyataannya masih banyak penderita yang belum mampu mengendalikan tekanan darah secara optimal. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengelolaan hipertensi tidak cukup hanya melalui terapi farmakologis, tetapi memerlukan pendekatan manajemen penyakit kronis yang berkelanjutan, terintegrasi, dan berorientasi pada perubahan perilaku kesehatan pasien. Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) merupakan salah satu strategi yang dirancang untuk meningkatkan kepatuhan pasien terhadap