

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Hipertensi merupakan salah satu penyakit kardio yang banyak diderita oleh masyarakat. Menurut data dari WHO di dunia jumlah kasus hipertensi mencapai sejumlah 972 juta. Hasil data tersebut adalah terdapat sekitar 26,4% orang di seluruh dunia mengidap hipertensi, angka ini kemungkinan akan meningkat menjadi 29,2% di tahun 2025. Dari 972 juta pengidap hipertensi, 333 juta berada di negara maju dan 639 sisanya berada di negara berkembang, termasuk Indonesia (Yonata, 2016). Prevalensi tingkat kematian di dunia akibat hipertensi sangat tinggi. Menurut data WHO Jumlah angka kematian akibat hipertensi sudah mencapai angka sekitar 8 juta orang setiap tahun, dimana 1,5 juta kematian terjadi di Asia Tenggara yang 1/3 populasinya menderita hipertensi sehingga dapat menyebabkan peningkatan beban biaya kesehatan (Tarigan, Zulhaida, & Syarifah, 2018). Sedangkan angka kematian akibat komplikasi hipertensi mencapai 9,4 juta per tahunnya (WHO, 2013).

Di Daerah Istimewa Yogyakarta pada tahun 2013 didapatkan prevalensi hipertensi pada usia lebih dari atau sama dengan usia 18 tahun melalui hasil pengukuran adalah 25,7 % yang berasal dari 12,8 % terdiagnosa tenaga kesehatan dan 12,9% berdasarkan pengonsumsi obat hipertensi. Hal Terjadi peningkatan prevalensi hipertensi berdasarkan wawancara (apakah pernah didiagnosis nakes dan minum obat hipertensi)

dari 7,6 persen tahun 2007 menjadi 9,5 persen tahun 2013 (Riskesdas, 2013).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 26 Oktober 2017 di pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu kesehatan, Fakultas Ekonomi, Fakultas Hukum, Fakultas Pendidikan Bahasa, dan Fakultas Hukum Universitas Muhammadiyah Yogyakarta dengan kuisioner yang dibuat sendiri pada 60 responden secara acak. Data yang menunjukkan bahwa faktor risiko pada 30 responden yang merokok dan 24 responden yang mengkonsumsi alkohol. Berdasarkan hasil penelitian pada Fakultas Hukum didapatkan data yang menunjukkan bahwa faktor risiko hipertensi pada 2 responden merokok (Afandi & Relawati, 2018).

Prevalensi hipertensi yang terus meningkat dapat meningkatkan angka morbiditas (kesakitan) dan mortalitas (kematian) karena hipertensi adalah penyebab utama peningkatan risiko kerusakan pada otak yang dapat menyebabkan stroke dan jantung (Puspita & Haskas, 2014). Hipertensi yang tidak segera ditangani akan berdampak buruk bagi tubuh seseorang yang dapat menimbulkan berbagai macam penyakit seperti gagal jantung, nyeri dada, stroke, serangan jantung, dan *Peripheral Artery Disease* (PAD) (AHA, 2016). Hipertensi dapat disebabkan oleh berbagai macam faktor risiko hipertensi yaitu sebagai berikut: riwayat keluarga dengan hipertensi, obesitas, kurang aktivitas atau olahraga, orang yang mengonsumsi garam terlalu banyak, konsumsi alkohol terlalu banyak, wanita hamil (AHA, 2016).

Faktor risiko lain yang dapat menyebabkan seseorang terkena hipertensi adalah jenis kelamin, usia, latihan fisik, makanan, merokok, suplemen atau vitamin, stres, dan kondisi fisik (Hegner, 2003 dalam Prasetyorivni & Prawesti (2012). Salah satu faktor risiko yang dapat menyebabkan hipertensi adalah merokok. Berdasarkan data dari riskesdas pada tahun 2013 didapatkan data perilaku merokok masyarakat pada usia 15 tahun keatas masih belum terjadi penurunan dari tahun 2007 sampai 2013, tetapi memiliki cenderung untuk meningkat dari 34,2 persen pada tahun 2007 menjadi 36,3 persen pada tahun 2013. Presentasi antara laki-laki dan perempuan adalah 64,9 persen laki-laki dan 2,1 persen perempuan masih menghisap rokok pada tahun 2013. Ditemukan 1,4 persen perokok pada usia 10-14 tahun dan rerata jumlah batang rokok yang dihisap adalah sekitar 12,3 batang, dan bermacam-macam dari yang terendah 10 batang di DI Yogyakarta dan tertinggi di Bangka Belitung (18,3 batang).

Menurut Fatwa Muhammadiyah tahun 2010, merokok hukumnya adalah haram karena: a. Merokok termasuk kategori perbuatan melakukan *khaba'is* yang dilarang dalam Q. 7: 157, b. Perbuatan merokok mengandung unsur menjatuhkan diri ke dalam kebinasaan dan bahkan merupakan perbuatan bunuh diri secara perlahan sehingga oleh karena itu bertentangan dengan larangan al-Quran dalam Q. 2: 195 dan 4: 29, c. Perbuatan merokok membahayakan diri dan orang lain yang terkena paparan asap rokok sebab rokok adalah zat adiktif dan berbahaya sebagaimana telah disepakati oleh para ahli medis dan para akademisi dan

oleh karena itu merokok bertentangan dengan prinsip syariah dalam hadis Nabi saw bahwa tidak ada perbuatan membahayakan diri sendiri dan membahayakan orang lain, d. rokok diakui sebagai zat adiktif dan mengandung unsur racun yang membahayakan walaupun tidak seketika melainkan dalam beberapa waktu kemudian sehingga oleh karena itu perbuatan merokok termasuk kategori melakukan suatu yang melemahkan sehingga bertentangan dengan hadis Nabi saw yang melarang setiap perkara yang memabukkan dan melemahkan.

Didalam rokok terdapat tembakau yang mengandung nikotin yang dapat mempercepat atau memperkuat kerja jantung dan dapat mengecilkan arteri kecil sehingga sirkulasi darah berkurang dan tekanan darah meningkat. Nikotin dapat diserap oleh pembuluh darah di dalam paru-paru dan diedarkan ke seluruh aliran darah yang lain sehingga terjadi penyempitan pembuluh darah. Hal tersebut dapat menyebabkan kinerja jantung semakin meningkat untuk memompa darah ke seluruh tubuh melalui pembuluh darah yang sempit (Triyanto, 2014).

Faktor risiko yang sudah disebutkan diatas menjelaskan bahwa mengkonsumsi sesuatu yang berlebihan dan mengandung bahan berbahaya didalam suatu makanan atau minuman yang dapat merusak dan berdampak buruk bagi kesehatan tubuh itu sebenarnya tidak baik. Didalam Al Quran dijelaskan juga mengenai dosa besar meminum alkohol yang dijelaskan pada QS. Al-Baqarah ayat 219: *Mereka bertanya kepadamu tentang alkohol dan judi. Katakanlah, "Pada keduanya itu terdapat dosa besar*

*dan beberapa manfaat bagi manusia, tetapi dosa keduanya lebih besar dari manfaatnya". Dan mereka bertanya kepadamu apa yang mereka nafqahkan. Katakanlah, "Yang lebih dari keperluan". Demikianlah Allah menerangkan ayat-ayat-Nya kepadamu agar kamu berfikir. Allah S.W.T berfirman "Sesungguhnya pemboros-pemboros itu adalah saudara-saudara syaitan (Al-Isra': 27)".*

Penderita hipertensi yang terus meningkat membuat pemerintah menetapkan strategi pencegahan dan pengendalian penyakit tidak menular sebagaimana tercantum pada buku Rencana Pencegahan dan Penanggulangan Penyakit Tidak Menular tahun 2010-2014, dan salah satu upaya penanggulangannya juga tercantum pada Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 28 tahun 2013 tentang pencantuman peringatan kesehatan dan informasi kesehatan pada kemasan produk tembakau. Permenkes ini terkait dengan Peraturan Pemerintah Nomor 109 tahun 2012 tentang Pengamanan bahan yang mengandung zat adiktif berupa produk tembakau bagi kesehatan. Permenkes ini terkait dengan Peraturan Pemerintah Nomor 109 tahun 2012 tentang Pengamanan bahan yang mengandung zat adiktif berupa produk tembakau bagi kesehatan. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 40 tahun 2013 tentang Peta Jalan Pengendalian Dampak Konsumsi Rokok Bagi Kesehatan.

Pencegahan hipertensi selain dengan strategi pencegahan hipertensi oleh pemerintah juga bisa diberikan pendidikan kesehatan. Menurut Notoatmodjo (2014) promosi kesehatan atau pendidikan kesehatan adalah

bentuk intervensi yang ditujukan agar perilaku menjadi kondusif untuk kesehatan sehingga dapat berpengaruh positif terhadap pemeliharaan dan peningkatan kesehatannya. Promosi kesehatan berupa penyuluhan kesehatan dapat merubah perilaku dan persepsi individu (Haryani, Sahar, & Sukihananto, 2017).

Pencegahan merokok juga dijelaskan pada fatwa Muhammadiyah yang menyatakan bahwa: mereka yang belum atau tidak merokok wajib menghindarkan diri dan keluarganya dari percobaan merokok sesuai dengan Q. 66: 6 yang menyatakan, “Wahai orang-orang beriman hindarkanlah dirimu dan keluargamu dari api neraka.” Dan mereka yang telah terlanjur menjadi perokok wajib melakukan upaya dan berusaha sesuai dengan kemampuannya untuk berhenti dari kebiasaan merokok dengan mengingat Q. 29: 69, “Dan orang-orang yang bersungguhsungguh di jalan Kami, benar-benar akan Kami tunjukkan kepada mereka jalanjalan Kami, dan sesungguhnya Allah benar-benar beserta orang-orang yang berbuat baik,”

Menurut Black dan Hawks (2014), berdasarkan hasil penelitian menunjukkan sangat penting untuk menurunkan tekanan darah bagi kesehatan seseorang sesuai pada pendahuluan oleh National Heart, Lung, and Blood Institute (NHLBI) dari National High Blood Pressure Education Program (NHBPEP) pada tahun 1972. NHBPEP merupakan suatu penyuluhan atau kampanye pendidikan untuk menurunkan tekanan darah tinggi berskala besar pertama. Penyuluhan yang berisi tentang

deteksi, pengobatan dan mengontrol tekanan darah tinggi ini diberi penghargaan karena dapat mempengaruhi peningkatan pemahaman masyarakat terhadap hipertensi, serangan jantung dan stroke.

Pengetahuan seseorang yang tinggi dapat mempengaruhi tingkat *Self awareness* seseorang terhadap suatu proses mengenali motivasi diri dan kepribadian seseorang. Pembelajaran sikap-sikap yang dimaksud adalah pengalaman belajar tentang sikap atau perilaku yang mencakup latihan *Self awareness* (Sunny, 2009).

*Self awareness* adalah saat kita bisa mengenal dan memahami diri kita lebih baik lagi tentang apa yang kita rasakan dan lakukan. Pemahaman itu akan memberikan kita kesempatan untuk mengubah semua hal yang ingin kita ubah pada diri kita dan menciptakan kehidupan yang diinginkan oleh diri kita (Ika, 2004). *Self awareness* adalah sesuatu yang dapat digunakan untuk memandu seseorang mengambil keputusan dan dapat dijadikan sebagai tolak ukur yang realistis atas kemampuan dan kepercayaan diri (Goleman, 2001).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan (Singh, dkk) didapatkan bahwa intervensi pendidikan kesehatan efektif dalam meningkatkan kesadaran dan juga efektif dalam memotivasi beberapa orang untuk berhenti merokok dan kebiasaan minum alkohol. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan harus disampaikan melalui alat bantu visual seperti browser untuk pemeriksaan dini. Petugas kesehatan primer harus

dilatih supaya dapat mendidik masyarakat mengenai cara melakukan pemeriksaan dini (Singh dkk, 2017).

Setiap orang memiliki ilmu dan *Self awareness* yang berbeda-beda yang dapat mempengaruhi dirinya agar menjadi lebih baik. Tinggi rendahnya ilmu dapat dipengaruhi oleh pendidikan, lingkungan dan pengalaman (Notoatmodjo, 2010). Dijelaskan juga didalam Al Quran Q.S Ar-rad ayat 11 : “ *Sesungguhnya Allah tidak akan merubah suatu kaum sampai mereka merubah diri mereka sendiri* ”. Ini bermakna bahwa barangsiapa berubah karena Allah, maka Allah (akan membantu merubah) dirinya. Dalam proses kesadaran diri menuju pengembangan potensi sangat diperlukan usaha terus menerus yang dilakukan dengan berbagai cara bentuk untuk membuat daya potensi diri (jasmani dan ruhani) dapat terwujud secara baik dan optimal. Hal itulah yang akan membawa seseorang kepada pencapaian taraf kedewasaan yang sesungguhnya.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan diatas, maka dapat dirumuskan masalah yaitu “Apakah ada pengaruh Edukasi Dampak Merokok Dan Minum Alkohol Sebagai Upaya Peningkatan *Self Awareness* Dalam Menghindari Faktor Risiko Hipertensi Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta ?”.



### C. Tujuan Penelitian

#### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh Edukasi Dampak Merokok Dan Minum Alkohol terhadap *Self Awareness* Faktor Risiko Hipertensi Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui data demografi (umur, jenis kelamin, dan riwayat keluarga).
- b. Untuk mengetahui *self awareness* tentang mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY) pada kelompok intervensi sebelum diberikan edukasi.
- c. Untuk mengetahui *self awareness* mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY) pada kelompok kontrol sebelum diberikan leaflet PHBS.
- d. Untuk mengetahui *self awareness* mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY) pada kelompok intervensi setelah diberikan edukasi.
- e. Untuk mengetahui *self awareness* mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY) pada kelompok kontrol setelah diberikan leaflet PHBS.
- f. Untuk mengetahui perbedaan *self awareness* mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY) sebelum dan sesudah diberikan edukasi pada kelompok intervensi.

- g. Untuk mengetahui perbedaan *self awareness* mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY) sebelum dan sesudah diberikan leaflet PHBS pada kelompok kontrol.
- h. Untuk mengetahui perbedaan *self awareness* mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY) sebelum diberikan edukasi dan leaflet PHBS antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- i. Untuk mengetahui perbedaan *self awareness* mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY) sesudah diberikan edukasi dan leaflet antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### 1. Peneliti

Sebagai sarana menambah pengetahuan dan pengalaman baru yang kemudian ilmu yang diperoleh dapat diaplikasikan di masyarakat. Selain itu, penelitian ini juga memberikan wawasan kepada penulis tentang pengaruh pendidikan kesehatan tentang Edukasi Dampak Merokok Dan Minum Alkohol Sebagai Upaya Peningkatan *Self Awareness* Dalam Menghindari Faktor Risiko Hipertensi Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

##### 2. Program Studi Ilmu Keperawatan UMY

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai informasi atau masukan bagi seluruh dosen dan mahasiswa di PSIK UMY untuk

dapat memberikan pengetahuan dan pendidikan kesehatan kepada mahasiswa lain untuk dapat memperbaiki pola hidup yang dapat mencegah hipertensi pada mahasiswa. Penelitian ini dapat menjadi masukan bagi mahasiswa keperawatan untuk lebih berkontribusi memperhatikan dan mempromosikan kepada mahasiswa tentang *self awareness* pada mahasiswa berisiko hipertensi.

### 3. Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada seluruh mahasiswa baik yang berisiko maupun yang tidak berisiko hipertensi dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran diri untuk dapat menjaga pola hidup sehatnya.

### 4. Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan, pertimbangan, dan sumber penelitian lainnya dalam melakukan penelitian selanjutnya terkait tingkat *self awareness* pada hipertensi.

## **E. Penelitian Terkait**

1. Huda, Primanda (2017) judul Hubungan Tingkat Pengetahuan Diabetes Melitus Dengan *Self Awareness* Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Residen Unires Putri UMY. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif yang bertujuan untuk mendeskripsikan atau menghubungkan pengetahuan tentang diabetes melitus dan *self awareness*. Populasi penelitian ini adalah residen UNIRES putri UMY dengan jumlah populasi 80 responden. Metode

Penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah jumlah sampel 66 responden dan paling tidak satu responden yang memiliki faktor resiko diabetes, teknik sampling menggunakan teknik purposive sampling, dengan kriteria inklusi meliputi mahasiswa diluar fakultas kedokteran, memiliki salah satu faktor resiko diabetes mellitus dan kriteria eksklusi yaitu responden yang mengundurkan diri atau tidak bersedia menjadi responden. Kuisioner yang dilakukan uji validitas dan reliabilitas adalah kuisioner pengetahuan diabetes mellitus yang di uji dengan pearson product moment correlation sebanyak 27 pertanyaan dengan nilai  $r$  0,416-0,883, berdasarkan  $r$  tabel, dikatakan valid apabila  $r > 0,361$ , uji reliabilitas menggunakan KR20 dengan hasil 0,95461. Dan analisa data statistic yang digunakan adalah analisa korelasi somers'd. Persamaan dengan penelitian ini yaitu penelitian ini sama-sama menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi. Pada uji reliabilitas penelitian saat ini dengan penelitian sebelumnya untuk menguji *self awareness* sama menggunakan rumus KR20. Perbedaan penelitian ini yaitu penelitian ini jumlah sampelnya adalah 30 kelompok intervensi dan 30 kelompok kontrol sedangkan penelitian Huda dan Primanda jumlah sampel yang digunakan adalah 66 responden. Populasi pada penelitian ini seluruh mahasiswa UMY sejumlah 848 orang sedangkan pada penelitian sebelumnya mahasiswa putri yang tinggal di UNIRES UMY sejumlah 80 orang. Jenis penelitian ini adalah *quasi experiment* sedangkan penelitian sebelumnya menggunakan deskriptif korelatif

dengan pendekatan *cross sectional*. Uji validitas pada penelitian ini menggunakan uji pakar atau CVI sedangkan pada penelitian sebelumnya menggunakan pearson product moment correlation. Uji analisa data pada penelitian ini menggunakan uji normalitas dengan *Shapiro-wilk* dan juga uji t-tidak berpasangan atau dengan uji mann withney dan uji t-test berpasangan atau dengan uji wilcoxon sedangkan pada penelitian sebelumnya menggunakan uji korelasi somers'd.

2. Jatmika *et al.*, 2018. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Hipertensi Dan Program Latihan Terpadu Terhadap Perilaku Lansia Dalam Pengendalian Hipertensi Di Dusun Karanganom Desa Serut Kecamatan Panti Kabupaten Jember. *The Indonesian Journal Of Health Science*, Edisi Khusus September 2018.

Penelitian ini bertujuan menganalisa pengaruh pendidikan kesehatan tentang hipertensi dan program latihan terpadu terhadap perilaku lansia dalam pengendalian hipertensi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan pendidikan kesehatan tentang hipertensi dan program latihan terpadu terhadap perilaku lansia dalam pengendalian hipertensi. Perawat khususnya perawat komunitas diharapkan menerapkan program tersebut sebagai acuan untuk meningkatkan perilaku lansia dalam pengendalian hipertensi.

Persamaan dengan penelitian peneliti adalah pada penelitian ini menggunakan metode quasi experimental dengan desain penelitian

pre-test and post-test with control group design. Responden juga terbagi dalam dua kelompok yaitu kelompok intervensi dan juga kelompok control. Analisa data menggunakan uji t dependen dan uji t independen.

Perbedaan dengan penelitian peneliti adalah pada jumlah sampel, teknik sampling, tempat penelitian, dan edukasi yang diberikan juga berbeda. Pada penelitian ini sampel yang digunakan berjumlah dua puluh responden dalam penelitian ini dibagi menjadi 10 responden sebagai kelompok intervensi dan 10 responden sebagai kelompok kontrol dengan teknik consecutive sampling sedangkan pada penelitian peneliti menggunakan 54 responden terbagi dalam 27 kelompok intervensi dan 27 kelompok control dengan teknik sampling yang digunakan adalah *cluster sampling*. Pada penelitian ini pendidikan kesehatan yang diberikan adalah program latihan senam antihipertensi setiap minggu selama 4 kali dan tempat penelitiannya berada di Kecamatan Panti, Jember sedangkan penelitian peneliti diberikan edukasi tentang faktor risiko hipertensi di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.