

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dalam membangun SDM yang berkualitas dalam pembangunan nasional dibutuhkan SDM yang tangguh secara fisik, mental yang kuat dan kesehatan yang prima. Hal tersebut merupakan unsur penting dalam keberhasilan Pembangunan Nasional. Supaya kesehatan yang prima dapat tercapai dengan baik dan maksimal diperlukan kesadaran masyarakat dalam berperilaku hidup bersih dan sehat. Akan tetapi, masih banyak masyarakat Indonesia yang mengabaikan perilaku hidup bersih dan sehat, sehingga muncul penyakit menular dan tidak menular terutama pada penyakit tidak menular cukup tinggi di Indonesia. PTM (Penyakit Tidak Menular) merupakan penyakit dengan tingkat kematian tinggi di dunia. Bahwa ada 73% dari 36 juta kematian yang disebabkan oleh PTM pada tahun 2016 (WHO dalam Riskesdas, 2018).

Di Indonesia prevalensi PTM cukup tinggi, PTM tersebut populer di masyarakat seperti penyakit jantung, diabetes melitus, kanker, obesitas dan tuberculosis kemudian PPOK (Penyakit Paru Obstruksi Kronik). Berdasarkan data dari Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa 95,5% masyarakat Indonesia kurang mengonsumsi sayur dan buah. Kemudian 33,5% masyarakat kurang melakukan aktivitas fisik, lalu 29,3% masyarakat usia produktif merokok dan 31% masyarakat Indonesia mengalami obesitas. Di Jawa Timur prevalensi penyakit PTM paling tinggi adalah pada penyakit hipertensi yakni 36,3%, dan diabetes melitus 2,6% (Riskesdas, 2018).

Penyakit tidak menular didominasi oleh kalangan remaja dan dewasa hal tersebut disebabkan oleh kurangnya kesadaran/kekonsistenan masyarakat dalam melakukan perilaku hidup bersih dan sehat terutama pada indikator makan buah dan sayur, aktivitas fisik dan tidak merokok. Harvard of Public Health dalam *Healthy Lifestyle: 5 keys to a longer life*, merekomendasikan hal penting yang harus diterapkan dalam pencegahan risiko kematian dini akibat suatu penyakit terutama penyakit tidak menular, yaitu mengonsumsi buah, sayur dan kacang-kacangan/biji-bijian utuh, melakukan aktifitas fisik selama 30 menit per hari, berat badan sehat dan tidak merokok. Perilaku hidup bersih dan sehat penting dilakukan, salah satunya adalah sebagai tindakan pencegahan penyakit tidak menular sehingga derajat kesehatan masyarakat meningkat. Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan suatu tindakan yang dapat menurunkan risiko terjadinya penyakit atau kematian dini (Harvard of Public Health, 2022).

Presentase PHBS di Indonesia pada tahun 2018 yakni sebesar 39,1% rumah tangga di Indonesia melakukan praktik PHBS. Terdapat lima indikator proporsi PHBS rumah tangga yang di atas 80% yaitu, indikator melakukan praktik persalinan dengan tenaga kesehatan (92,5%), memiliki sumber air bersih (86,8%), melakukan BAB di jamban (84,6%), mencegah jentik (81,9%) dan menimbang balita (79,8%). Lebih dari separuh rumah tangga memiliki anggota rumah tangga yang tidak merokok dalam rumah (51,1%) dan mencuci tangan menggunakan sabun dan air bersih (56,8%). Proporsi terendah rumah tangga yang melakukan PHBS berada pada indikator pemberian ASI eksklusif

(42,4%), melakukan aktivitas fisik setiap hari (27,6%), dan mengonsumsi sayur buah setiap hari (1,4%) (Kemenkes RI, 2018).

Di kota Malang presentase PHBS yakni sebesar 51, 15% dari 73.548 rumah tangga yang dipantau di kota Malang, atau sebesar 37.620 rumah tangga yang ber-PHBS. Mengingat PHBS sangat penting dilakukan sebagai upaya pencegahan dari suatu penyakit terutama penyakit tidak menular, kota Malang masih kurang dari standar pencapaian PHBS. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan kota Malang tahun 2020, terdapat perubahan dalam kasus penyakit yang masuk dalam daftar Sepuluh Besar Penyakit yaitu penyakit hipertensi menjadi kasus penyakit terbanyak di kota Malang yakni mencapai 35.641 kasus (Profilkes Dinkes kota Malang, 2020). Di wilayah kerja Puskesmas Pandanwangi, penyakit Hipertensi menduduki peringkat teratas dalam Sepuluh Besar Penyakit dengan presentase 26%, hal ini menunjukkan darurat yang harus ditangani dengan cepat untuk menekan angka kesakitan/kematian akibat hipertensi.

Jika tidak ditangani secara cepat maka, hipertensi dapat menyebabkan komplikasi seperti stroke, dan penyakit jantung koroner. Mengetahui hal tersebut, pentingnya melakukan edukasi lebih kepada masyarakat untuk terus konsisten dalam melakukan PHBS dalam kehidupan sehari-hari supaya kesehatan masyarakat dapat tercapai dengan baik. Adapun bentuk upaya pencegahan penyakit tidak menular terutama pada hipertensi adalah dengan melakukan perilaku “CERDIK” yaitu Cek kesehatan rutin, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet sehat kalori seimbang, Istirahat cukup, dan

Kelola stress. Dengan menerapkan perilaku tersebut mampu membantu masyarakat yang memiliki risiko PTM untuk mencegah terjadinya penyakit lebih lanjut dan mendapatkan kualitas kesehatan yang lebih baik.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan data kesehatan Provinsi Jawa Timur tahun 2020, prevalensi penyakit tidak menular di Jawa Timur pada penyakit hipertensi yakni 36,3% dan diabetes melitus yakni 2,6%. Di kota Malang penyakit Hipertensi masuk dalam Sepuluh Besar Penyakit yang jumlah kasusnya mencapai 35.641 kasus pada tahun 2020. Di wilayah kerja Puskesmas Pandanwangi, penyakit Hipertensi menduduki peringkat teratas dalam Sepuluh Besar Penyakit dengan presentase 26%, hal ini menunjukkan darurat yang harus ditangani dengan cepat untuk menekan angka kesakitan/kematian akibat hipertensi.

Meskipun dari sebagian masyarakat mengetahui bahwa menerapkan pola hidup sehat itu penting akan tetapi masih ada masyarakat yang tidak melakukannya dengan tidak konsisten. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan studi kualitatif terhadap perilaku masyarakat terutama pada keluarga dalam melakukan perilaku hidup sehat dalam upaya pencegahan PTM.

1.3 Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Dapat mengetahui gambaran peran keluarga tentang berperilaku CERDIK sebagai upaya pencegahan risiko PTM pada keluarga di RT 03 RW 02 Kelurahan Pandanwangi.

2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui faktor predisposing (pengetahuan dan sikap) dalam persepsi keluarga tentang berperilaku hidup sehat dengan Cerdik sebagai upaya pencegahan risiko PTM
2. Mengetahui faktor pemungkin (fasilitas kesehatan) dalam peran keluarga tentang berperilaku hidup sehat dengan Cerdik sebagai upaya pencegahan risiko PTM
3. Mengetahui faktor pendorong dalam menerapkan perilaku hidup sehat dengan Cerdik sebagai upaya pencegahan risiko PTM

1.4 Ruang Lingkup

Ruang lingkup Promosi Kesehatan dalam penelitian ini yang membahas mengenai peran keluarga tentang berperilaku CERDIK dalam upaya pencegahan risiko PTM hipertensi di tatanan rumah tangga tepatnya di RT 03 RW 02 Kelurahan Pandanwangi kecamatan Blimbing, kota Malang.

1.5 Manfaat Penelitian

Dari penelitian ini diharapkan dapat diperoleh manfaat bagi peneliti dan juga beberapa pihak yang telah membantu berpartisipasi dalam penelitian ini, diantaranya sebagai berikut :

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan serta menambah pengalaman peneliti dalam pemecahan masalah kesehatan

masyarakat khususnya pada perilaku keluarga dalam menerapkan pola hidup sehat dengan CERDIK sebagai upaya pencegahan PTM.

2. Bagi Keluarga

Keluarga mendapat motivasi lebih untuk terus melakukan perilaku hidup bersih dan sehat sehingga keluarga lebih memerhatikan kesehatan diri sendiri sebagai salah satu hal yang paling penting supaya tercapai kesehatan yang prima.

1.6 Keaslian Penelitian

Judul Penelitian, nama dan tahun penelitian	Tujuan penelitian	Metode penelitian	Hasil	Perbedaan
Hubungan Perilaku Cerdik dengan Tekanan Darah Peserta Prolanis di Puskesmas Bobotsari Kabupaten Purbalingga Titin Supriyatin, Dwi Novitasari, 2022	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara perilaku Cerdik dengan tekanan darah pada partisipan	Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode survey dengan studi korelasi	Hasil penelitian didapatkan responden memiliki skor rata-rata perilaku cerdas 5 dengan skor minimal 3 dan skor maksimal 6. Hasil penelitian responden dengan tekanan darah tidak terkontrol sebanyak 50% tidak melakukan cek kesehatan berkala, 73.3% masih merokok	Metode yang digunakan peneliti sebelumnya adalah menggunakan kuantitatif, sedangkan metode yang digunakan saat ini adalah metode kualitatif deskriptif

	pada suatu penelitian		atau terpapar asap rokok, 77.8% tidak rajin melakukan aktivitas fisik, 70.4% tidak melakukan diet seimbang, 85.7% tidak memiliki istirahat cukup dan 77.8% tidak memiliki kontrol stress yang baik.	
Perilaku Cerdik Penderita Hipertensi Dimasa Pandemi Covid 19 Yulia Susanti, Anita, Dona, 2021	Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tentang “Gambaran perilaku CERDIK pada penderita hipertensi dimasa pandemi covid-19”.	Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif survei non hipotesis.	Hasil peneltian menunjukkan Perilaku CERDIK meliputi : Cek kesehatan rutin mayoritas baik sebanyak 56 (72,7%) responden; Enyahlah asap rokok mayoritas baik sebanyak 56 (72,7%) responden; Aktivitis fisik mayoritas baik sebanyak 41 (53,2%) responden; Diet sehat mayoritas baik sebanyak 54 (70,1%) responden; Pola istirahat mayoritas baik sebanyak 40 (51,9%) responden; Pengelolaan stress penderita hipertensi	Pada penelitian sebelumnya fokus tujuan penelitian yakni mengukur perilaku saja sedangkan untuk penelitian saat ini mendalami persepsi dan peran informan

			mayoritas baik sebanyak 41 (53,2%) responden.	
--	--	--	---	--

Tabel 1. Tabel Keaslian Penelitian