

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia merupakan kelompok usia di tahap akhir kehidupan yang memiliki kerentanan tinggi terhadap penyakit dan fungsi fisiologis yang berbeda dari orang muda. Sehingga membuat penanganan dan pola pengobatan mereka lebih berhati-hati (Assegaf et al., 2024). Kelompok usia yang paling berisiko mengalami hipertensi adalah lansia karena seiring bertambahnya usia, tekanan darah cenderung meningkat. Lansia lebih rentan terhadap hipertensi akibat perubahan fisiologis dan psikologis yang dapat mempengaruhi kesehatan fisik mereka (Lani, 2021).

Hipertensi merupakan kondisi ketika tekanan darah dalam pembuluh arteri berada di atas batas normal, yaitu 140/90 mmHg atau lebih. Penyakit ini dikenal sebagai “pembunuh diam-diam atau *silent killer*” karena sering kali tidak menimbulkan gejala namun dapat merusak organ secara bertahap. Tekanan darah yang tinggi ini menyebabkan jantung bekerja lebih keras untuk memompa darah ke seluruh tubuh. Kondisi ini bisa berlangsung dalam jangka panjang dan sering kali tidak menunjukkan gejala. Hipertensi dapat dideteksi melalui pemeriksaan tekanan darah secara berkala, jika tidak dikendalikan hipertensi dapat menyebabkan komplikasi yang serius (Unger et al., 2020).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2023, terdapat sekitar 1,28 miliar pria dan wanita dewasa di Asia yang mengalami hipertensi, terutama dari negara-negara berpendapatan rendah dan menengah. Dari jumlah tersebut, hampir 46% tidak menyadari bahwa mereka mengidap hipertensi. Hanya sekitar 42% dari penderita yang menjalani pengobatan untuk menurunkan tekanan darah mereka. Selain itu, hanya sekitar 21% dari penderita hipertensi yang berhasil mencapai kondisi tekanan darah yang terkontrol. Data ini menunjukkan bahwa kesadaran, pengobatan, dan pengendalian hipertensi masih menjadi tantangan besar di kawasan Asia. (Azzaaulia et al., n.d.).

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2023 yang dirilis oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, prevalensi hipertensi di Indonesia mencapai 34,1%. Angka ini menunjukkan peningkatan signifikan dibandingkan dengan data Riskesdas tahun 2013 yang mencatat sebesar 25,8%. Peningkatan ini mencerminkan bahwa hipertensi menjadi masalah kesehatan masyarakat yang semakin serius. Lonjakan prevalensi tersebut menunjukkan perlunya perhatian lebih dalam hal pencegahan dan pengendalian hipertensi. Hal ini juga mengindikasikan perlunya edukasi dan intervensi kesehatan yang berkelanjutan untuk menekan angka kejadian hipertensi di masyarakat (Julyana et al., 2023)

Di Provinsi Kepulauan Riau pada Tahun 2023, hipertensi menjadi penyakit dengan angka kejadian paling tinggi, terutama di Kota Batam. Data

dari Dinas Kesehatan Kepulauan Riau (2021) menunjukkan bahwa dalam waktu tiga bulan pertama tahun 2025, dari Januari hingga Maret tercatat sebanyak 1.812 orang mengalami penyakit hipertensi. Hipertensi pada lansia merupakan masalah serius karena seiring bertambahnya usia, tekanan darah cenderung meningkat dan mereka lebih rentan terhadap perubahan fisiologis dan psikologis.

Hipertensi berkaitan dengan berbagai faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan individu secara umum dikelompokkan menjadi dua kelompok utama. Kelompok pertama termasuk pemicu yang tidak dapat diubah seperti usia, keturunan, ras, dan jenis kelamin, yang cenderung memiliki risiko lebih tinggi terhadap hipertensi. Kelompok kedua meliputi pemicu yang dapat diubah, memberikan kesempatan bagi individu untuk mencegah hipertensi, contohnya dengan mengurangi asupan garam berlebih, yang diketahui berkontribusi secara signifikan terhadap peningkatan tekanan darah (Widiyanto et al., 2020)

Dampak manajemen perawatan diri tidak efektif pada hipertensi diantaranya bisa menyebabkan penyumbatan dan serangan jantung karena ada sumbatan pada arteri koroner, pembesaran bilik kiri jantung, hingga gagal jantung. Hipertensi juga dapat memicu masalah pada pembuluh darah otak dan pengerasan pembuluh darah koroner, bahkan seringkali menjadi penyebab utama kematian. Di sisi dampak psikologis penderita bisa merasa hidupnya tidak berarti akibat kelemahan fisik dan kesadaran bahwa hipertensi adalah penyakit seumur hidup. Pada lansia, peningkatan aliran darah ke otak bisa

menyebabkan kesulitan berkonsentrasi dan rasa tidak nyaman. dampak pada hubungan sosial, membuat lansia enggan bersosialisasi pada akhirnya menimbulkan ketidaknyamanan dan memengaruhi kualitas hidup mereka.

Hipertensi tidak hanya merusak organ tubuh, tetapi juga sangat memengaruhi kondisi mental dan sosial penderitanya, terutama pada lansia yang berujung pada penurunan kualitas hidup secara keseluruhan (Fitria & Prameswari, 2021) Manajemen perawatan diri merupakan kemampuan individu untuk menyadari, mengenali dampak fisik, mengatur gejala, pengobatan, dan juga faktor psikososial. Perubahan dalam gaya hidup yang berhubungan dengan penyakit jangka panjang menjadi sangat penting karena dianggap mampu untuk mengelola kesehatan secara mandiri di rumah tanpa harus selalu bergantung pada dokter atau perawat (Salami, 2021). Manajemen perawatan diri pada lansia dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, status ekonomi, dukungan keluarga, dan *self-efficacy*. Lansia dengan pendidikan yang lebih tinggi dan dukungan keluarga yang baik cenderung memiliki kepatuhan yang lebih baik terhadap terapi dan pengelolaan hipertensi.

Rutin melakukan kontrol tekanan darah secara rutin dan teratur dipengaruhi oleh berbagai faktor diantaranya seperti umur dan jenis kelamin dapat memengaruhi tingkat kepatuhan seseorang. selain itu, tingkat pendidikan juga berperan penting dalam pemahaman individu tentang pentingnya kontrol tekanan darah. Status sosial ekonomi dapat mempengaruhi akses terhadap

layanan kesehatan dan dukungan yang diterima. Terakhir, dukungan keluarga, motivasi, persepsi, dan *self efficacy* yang menentukan sejauh mana seseorang patuh dalam menjalani kontrol Kesehatan (Fatmawati et al., 2021) . Keyakinan pada kemampuan diri yang disebut sebagai *self-efficacy*, mencerminkan semangat tinggi pada individu sehingga cenderung lebih mampu menjalani kehidupan sehari-hari mereka. *Self-efficacy* dianggap sebagai faktor utama dalam perubahan individu. Hal ini terutama berlaku dalam hal kepatuhan terhadap terapi dan dorongan untuk sembuh bagi pasien yang memiliki penyakit jangka waktu lama. (Fatmawati et al., 2021)

Self-efficacy terdapat dua jenis diantaranya, tingkat efikasi yang tinggi mencerminkan gaya hidup sehat serta dukungan kuat dari keluarga dan lingkungan, yang dapat meningkatkan moral pasien dan mendorong mereka untuk patuh terhadap proses pengobatan yang dijalani. Sebaliknya, tingkat efikasi diri rendah menunjukkan ketidakmampuan individu untuk beradaptasi dengan kondisi penyakit yang dihadapi mengakibatkan gaya hidup lebih buruk dan ketidaktahuan mengenai penyakit yang dialami. Hal ini dapat menyebabkan rendahnya kemauan atau keinginan untuk sembuh, sehingga memperburuk kondisi kesehatan pasien secara keseluruhan (Ayunarwanti & Maliya, 2020).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Agastiya et al., 2020) dimana hasil dari penelitian menunjukkan *self efficacy* mempengaruhi manajemen perawatan diri sebesar 63,04% dan 36,39% dipengaruhi faktor lain seperti jenis

kelamin, usia, kebiasaan merokok dan minum kopi, dukungan keluarga.

Menurut penelitian terdahulu efikasi diri yang baik dan positif dapat berkolaborasi dengan bertujuan mencegah tinggi tekanan darah. Individu yang memiliki keyakinan lebih besar bahwa penyakit dapat dikendalikan melalui pengobatan medis. Lebih lanjut, efikasi diri yang tinggi memberikan peningkatan kemampuan aktivitas dalam sehari-hari memperbaiki kondisi kesehatan secara keseluruhan serta meningkatkan kualitas hidup perawatan diri sangat penting bagi individu dengan hipertensi untuk mengurangi risiko komplikasi serius. Dengan melakukan perawatan diri secara konsisten pasien dapat meningkatkan kualitas hidup mereka secara signifikan memungkinkan mereka menjalani kehidupan yang lebih sehat, produktif, dan terhindar dari dampak negatif hipertensi (Kurnia & Nataria, 2021)

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Agastiya et al., 2020) di Desa Curah Cottok mengungkapkan bahwa dari 26 lansia penderita hipertensi, mayoritas atau sebesar 61,5% menunjukkan kemampuan manajemen perawatan diri yang rendah sedangkan hanya 15,4% yang tergolong baik. Fakta ini mencerminkan bahwa sebagian besar lansia belum memiliki kemampuan optimal dalam merawat dirinya sendiri. Ketidakmampuan dalam manajemen perawatan diri berdampak pada tidak terkontrolnya tekanan darah dan meningkatnya risiko komplikasi kesehatan. Kondisi ini juga dapat menurunkan kualitas hidup serta ketergantungan lansia terhadap orang lain. Sebaliknya, lansia yang mampu mengelola perawatan dirinya dengan baik memiliki tekanan

darah yang stabil dan lebih mandiri dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada bulan Mei 2025 di Puskesmas Botania, tercatat terdapat 110 orang pasien yang menderita hipertensi. Data ini menunjukkan bahwa hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang cukup umum di wilayah tersebut. Jumlah ini mencerminkan perlunya perhatian lebih terhadap pencegahan dan penanganan hipertensi di lingkungan pelayanan kesehatan primer. Dengan tingginya angka penderita, diperlukan upaya edukasi dan peningkatan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pengendalian tekanan darah.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti terdapat 10 responden, 6 responden diantaranya mengatakan kurang yakin akan kemampuannya dalam mengelola hipertensi, cenderung tidak melakukan pengobatan secara teratur dan kurang memahami pentingnya perubahan gaya hidup yang diperlukan untuk mengontrol tekanan darah. Ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan tentang penyakit dan pengobatan, serta tidak mampu untuk beradaptasi dengan kondisi kesehatan klien. Ini menunjukkan perlunya intervensi yang tidak hanya berfokus pada pengobatan tetapi juga pada aspek psikologis seperti *self efficacy* yang dapat meningkatkan kualitas perawatan diri.

Berdasarkan data tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan *Self-Efficacy* dan Manajemen Perawatan Diri Dengan Hipertensi Pada Lansia”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan dilatar belakang, maka peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut: “Adakah Hubungan *Self Efficacy* dan Manajemen Perawatan Diri Dengan Hipertensi Pada Lansia“.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *Self-Efficacy* dan manajemen perawatan diri dengan hipertensi pada lansia.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui *self efficacy* pada lansia dengan hipertensi
- b. Untuk mengetahui manajemen perawatan diri dengan hipertensi pada lansia
- c. Untuk menganalisa hubungan *self-efficacy* dan Manajemen Perawatan Diri pada pasien hipertensi dengan lansia

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi tenaga Kesehatan

Sebagai dasar membuat kebijakan dalam merumuskan program-program Kesehatan yang baik untuk lansia. Memberikan peningkatan *self efficacy* dan manajemen perawatan diri dapat membantu mengurangi tekanan darah hipertensi di kalangan Masyarakat.

2. Manfaat bagi Pendidikan

Dapat meningkatkan kesadaran keluarga, tenaga Kesehatan, dan Masyarakat pentingnya *self efficacy* dalam mengontrol hipertensi, edukasi yang tepat untuk membantu lansia dalam menerapkan strategi perawatan diri efektif.

3. Manfaat bagi peneliti selanjutnya

Menjadi landasan untuk melakukan penelitian, hasil penelitian dapat dijadikan salah satu referensi dan acuan dalam melakukan penelitian tentang *self efficacy* dan manajemen perawatan diri dengan hipertensi pada lansia.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengkaji hubungan antara *Self-Efficacy* dan Manajemen Perawatan Diri dengan hipertensi pada lansia, dengan tujuan memberikan wawasan yang lebih baik tentang cara mengelola hipertensi serta membantu dalam pengembangan intervensi yang lebih efektif. Penelitian ini menggunakan studi kuantitatif dengan pendekatan cross sectional yaitu pengambilan data variabel independent dan variabel dependen dilakukan secara bersamaan dan kebetulan. Populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah lansia yang memiliki riwayat hipertensi yang terdaftar di Puskesmas Botania. sampel yang diambil yaitu lansia yang berkunjung ke puskesmas botania dengan memenuhi syarat yang telah ditentukan. Instrumen penelitian

dalam bentuk kuesioner yang berisi beberapa pernyataan. variabel independent dalam penelitian ini yaitu *self efficacy* sedangkan variabel dependen yaitu manajemen perawatan diri. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Botania dan dijadwalkan berlangsung pada bulan juni 2025.

F. Penelitian Terkait

No	Nama dan Tahun	Judul penelitian	Metode	Hasil
1	(Sari et al., 2025)	hubungan <i>self efficacy</i> dengan kepatuhan perawatan diri pada lansia penderita hipertensi di wilayah kerja puskesmas sumur batu kota bandar lampung	Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif dan menggunakan pendekatan cross sectional	Teknik sampel yang digunakan adalah <i>purposive sampling</i> . Instrumen yang dipakai menggunakan kuisisioner <i>self efficacy</i> yang terdiri dari 10 pertanyaan, dengan pilihan jawaban yaitu Mampu (3), Kadang Mampu (2), Tidak Mampu (1). dan kuisisioner kepatuhan perawatan diri yang terdiri dari 28 pertanyaan menggunakan skala likert dengan 4 kemungkinan yaitu Selalu (4), Sering (3), Jarang (2), Tidak Pernah (1). Dan kuisioner tersebut telah diuji validitas dan reliabilitas
2	(kurdi et al,2022)	Hubungan <i>Self Efficacy</i> dengan <i>Self Care Management</i> Hipertensi pada Lansia di UPT PSTW Jember	Desain penelitian ini menggunakan Analitiki korelasionali dengani pendekatan cross sectional	Sampel penelitian ini berjumlah 35 lansia yang memenuhi kriteria inklusii dani eksklusii yangi sudahi ditetapkan,
3	(Kara, 2022)	<i>General self efficacy and hypertension treatment adherence in</i>	penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian	pengambilan sampel 216 pasien (102 laki-laki, 114 perempuan) yang berusia antara 20-79 tahun, dengan

No	Nama dan Tahun	Judul penelitian	Metode	Hasil
		<i>Algerian private clinical settings said</i>	menggunakan penelitian menggunakan desain cross sectional	hipertensi esensial, sementara mereka yang didiagnosis menderita hipertensi sekunder dikecualikan. Sebagian besar dari mereka berusia antara 60-69 tahun.
4	(Retnoningtyastuti et al., 2022)	Hubungan antara efikasi diri dengan kualitas hidup pasien hipertensi di puskesmas kecamatan pakis kabupaten malang	Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif analitik menggunakan pendekatan cross sectional.	Sampel yang diambil sebanyak 50 responden dengan teknik purposive sampling, Kuesioner yang digunakan pada variabel efikasi diri menggunakan general perceived self efficacy scale dan pada variabel kualitas hidup menggunakan kuesioner whoqol-bref. Metode analisa data yang digunakan uji Spearman Rank menggunakan SPSS 20.

Tabel 1.1 Penelitian Terkait