

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi kadang dikenal sebagai “*silent killer*” karena sering menyerang secara tiba-tiba dan ketika sudah bertahun-tahun merusak tubuh, juga berpotensi mengakibatkan kematian (Anggreani, Untari, & Yuswar, 2020). Lingkungan (perilaku tidak sehat seperti stres, obesitas, konsumsi garam berlebihan, merokok, atau penggunaan alkohol) merupakan faktor terjadinya hipertensi. Salah satu penyebab utama morbiditas dan mortalitas di seluruh dunia adalah hipertensi. Hipertensi kronis didefinisikan oleh peningkatan tekanan darah yang terus-menerus. Gangguan sel endotel akibat tekanan darah tinggi dapat menyebabkan ketidakseimbangan kontrol regulasi pembuluh darah (Utami, Widyantari, & Suarningsih, 2021).

Penyakit tidak menular, atau PTM, adalah penyakit yang penyebabnya tidak disebabkan oleh infeksi bakteri, jamur, virus, *protozoa*, atau mikroba lainnya. Setidaknya 70% kematian secara global disebabkan oleh penyakit ini (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2019). Menurut data *World Health Organization* (WHO), angka kematian akibat penyakit tidak menular diprediksi akan meningkat secara global, dengan negara berpenghasilan rendah dan menengah mengalami peningkatan terbesar. Penyebab kematian lebih dari 70% orang di seluruh dunia adalah penyakit tidak menular. Pada tahun 2030, diperkirakan penyakit tidak menular akan menyebabkan kematian hingga 52 juta jiwa setiap tahunnya (Kemenkes RI, 2021).

Peningkatan kejadian penyakit tidak menular berhubungan dengan peningkatan faktor risiko akibat perubahan gaya hidup di dunia yang semakin modern. Dalam enam bulan pertama setelah pelaksanaan pembiayaan Jaminan Kesehatan Nasional atau JKN, penyakit tidak menular di Indonesia menjadi penyakit yang paling banyak membutuhkan biaya pengobatan. Menurut data di BPJS, beban ekonomi yang diakibatkan oleh penyakit tidak menular ini menempati peringkat pertama kaitannya dengan biaya rumah sakit seperti penyakit stroke, penyakit jantung, gagal ginjal, diabetes dan kanker. (Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan, 2020). Setiap tahun jumlah penderita hipertensi terus bertambah, dan pada tahun 2025 diperkirakan 1,5 miliar orang akan mengalami kondisi tersebut (Riskesdas 2018).

Menurut data (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2019) untuk kasus baru penyakit tidak menular (PTM) tahun 2019 sebanyak 3.074.607 kasus. Dengan laporan 68,6% bagian dari semua PTM, hipertensi terus menjadi yang paling umum. Diabetes mellitus berada di urutan kedua dengan kasus 13,4% yang dilaporkan. Di Jawa Tengah, penatalaksanaan penyakit tidak menular sangat mengutamakan kedua penyakit ini. Data Riskesdas 2018 menunjukkan 37,57% penduduk Jawa Tengah mengidap hipertensi. Perempuan (40,17%) memiliki prevalensi hipertensi lebih tinggi dibandingkan laki-laki (34,83%). Kota memiliki prevalensi yang sedikit lebih besar (38,11%) dibandingkan daerah pedesaan (37,01%). Seiring bertambahnya usia, jumlah ini akan meningkat. 8.070.378 orang, atau 30,4% dari mereka yang berusia di atas 15 tahun, diperkirakan menderita hipertensi. 2.999.412 atau 37,2% dari perkiraan tersebut telah memiliki pelayanan kesehatan. Kabupaten/kota dengan persentase pelayanan kesehatan hipertensi tertinggi adalah kabupaten Karanganyar, Jepara dan Kota Magelang dengan masing – masing sebesar 100%. Sementara itu Kabupaten Klaten di peringkat ke 17 dengan 42,6 persen. Pada tahun 2020, di Puskesmas Cawas I tercatat kasus hipertensi sebanyak 1.526 pasien dan mengalami peningkatan pada tahun 2022 sebanyak 6.437 pasien hipertensi.

Pengendalian hipertensi menjadi hal yang sangat penting untuk penderita hipertensi. Modifikasi gaya hidup melalui olahraga, mengurangi konsumsi alkohol, tidak merokok, memperbanyak konsumsi buah dan sayur serta mengurangi konsumsi natrium, daging dan lemak akan memberikan pengaruh positif terhadap terkontrolnya tekanan darah. Untuk meningkatkan status kesehatannya, penderita hipertensi harus mematuhi perawatan diri. Diet rendah garam, asupan alkohol sedang, berhenti merokok, berolahraga, dan minum obat antihipertensi adalah contoh perawatan diri hipertensi (G. N. M. Utami, Widyantari, & Suarningsih, 2021).

Self efficacy merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi cara penderita hipertensi merawat dirinya sendiri. Pasien dengan tingkat *self efficacy* yang tinggi dapat membantu mengelola hipertensinya dengan meminum obat antihipertensi sesuai resep. Dari perspektif teoritis, *self efficacy* dilihat dalam konteks pengobatan manajemen diri yang kronis, menunjukkan bahwa penting untuk mengenali penyakit ini (Fauziah & Syahputra, 2021). Bandura menjelaskan bahwa *self-efficacy* adalah salah satu faktor psikologis mendasar yang mempengaruhi kepatuhan obat. Menurut perspektif lain, *self-efficacy* adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menangani tujuan atau rintangan. *Self efficacy* sudah dipandang sebagai *predictor* perubahan perilaku kesehatan yang

paling efektif seperti kepatuhan terapi pada penderita penyakit kronik. *Self efficacy* dapat menunjukkan bagaimana seseorang merasakan, menerima, mengarahkan dirinya sendiri, dan terkadang bertindak. Rasa penguasaan diri atas transisi yang diinginkan atau keyakinan bahwa orang mampu menyelesaikan tindakan tertentu adalah contoh lain dari konsep *self-efficacy* (Fauziah & Syahputra, 2021).

Menjaga tekanan darah dalam angka normal memerlukan kemampuan dan peran diri sendiri dalam melaksanakan manajemen terhadap penyakitnya. *Self management* perlu dipraktekkan secara konsisten jika penderita hipertensi ingin hidup dengan baik. Hal ini disebabkan karena hipertensi merupakan salah satu penyakit kronis yang berdampak jangka panjang pada berbagai dimensi kehidupan, baik fisik, psikologis, maupun sosial (Dian et al., 2019). *Self management* mengacu pada perawatan diri yang diarahkan oleh pasien, seperti mempertahankan tekanan darah normal, mencegah komplikasi, dan meningkatkan kualitas hidup. Manajemen perawatan diri pada penderita hipertensi disarankan sebagai intervensi untuk mengontrol tekanan darah yang efektif (Labata et al., 2019). Penyesuaian pola makan, modifikasi gaya hidup, dan pengobatan tekanan darah yang sering merupakan komponen penting dari *selfmanagement*. Penggunaan obat secara teratur dapat membantu mengobati penyakit dan mencegah komplikasi terkait hipertensi. Untuk mengontrol tekanan darah dengan benar, pasien hipertensi perlu merawat diri dengan berolahraga, menurunkan berat badan jika obesitas, dan mengubah kebiasaan makan (Wahyuni et al., 2021).

Self-efficacy adalah konsep yang mengacu pada keyakinan dan kapasitas pasien untuk mengontrol dan mengintegrasikan perilaku manajemen diri, baik secara fisik, sosial, atau emosional, untuk menghasilkan solusi atas kesulitan dalam kehidupan sehari-hari (Fauziah & Syahputra, 2021). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Han et al., dijelaskan bahwa manajemen perawatan diri dapat mengatur hipertensi. Kepatuhan terhadap penggunaan obat dan kapasitas untuk mengubah gaya hidup merupakan masalah utama dalam manajemen perawatan diri pada pasien hipertensi. Menurut penelitian Lee et al., *self efficacy* merupakan komponen terpenting dalam mengendalikan hipertensi saat melakukan perawatan diri. Tingkat kepatuhan perawatan diri sangat dipengaruhi oleh *self-efficacy* (Setyorini, 2018).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 21 Maret 2023 didapatkan data bahwa terdapat 136 penderita hipertensi yang melakukan kunjungan ke Puskesmas Cawas I pada bulan Januari – Februari 2023. Hasil wawancara singkat

mengenai *self management* dengan 10 orang penderita hipertensi di Puskesmas Cawas I mengungkapkan bahwa sebanyak dua orang atau 20% masih belum bisa mengurangi asupan garamnya, dua orang atau 20% jarang melakukan pemeriksaan rutin di fasilitas kesehatan, dan dua orang atau 20% kadang-kadang lupa minum obat antihipertensi. Sebaliknya, 40% pasien, atau 4 orang, memiliki keyakinan kuat bahwa dengan berobat mampu mengatasi masalah penyakit yang dialaminya. Dampak dari ketidakpatuhan penderita hipertensi dalam melakukan *self management* didapatkan 3 orang atau 30% penderita hipertensi mengalami komplikasi seperti masalah mata, penyakit jantung, stroke. Hasil wawancara singkat mengenai *self management* dengan 10 orang penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cawas I mengungkapkan bahwa sebanyak 3 orang atau 30% masih belum bisa mengurangi asupan garamnya, tiga orang atau 30% jarang melakukan pemeriksaan rutin di fasilitas kesehatan, dan dua orang atau 20% kadang-kadang lupa minum obat antihipertensi. Sebaliknya, 30% pasien, atau 3 orang, memiliki keyakinan kuat bahwa dengan berobat mampu mengatasi masalah penyakit yang dialaminya

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Hubungan *self efficacy* dengan *self management behavior* pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cawas I.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena yang terjadi saat ini, angka kejadian hipertensi terus meningkat, untuk mengurangi dampak dari hipertensi diperlukan adanya *self efficacy* yang baik sehingga penderita hipertensi dapat melakukan manajemen diri secara maksimal kemudian dapat mengurangi komplikasi yang mungkin timbul dan dapat meningkatkan kualitas hidup. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian Apakah ada hubungan antara *self efficacy* dengan *self management behavior* pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cawas I ?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self efficacy* dengan *self management behavior* pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cawas I.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah :

- a. Untuk mengetahui karakteristik (usia, jenis kelamin, pendidikan, dukungan keluarga, dan lama menderita hipertensi) pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cawas I
- b. Untuk mengetahui *self efficacy* pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cawas I
- c. Untuk mengetahui *self management behavior* pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cawas I
- d. Untuk menganalisis hubungan *self efficacy* dan *self management behavior* pada penderita hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Cawas I

D. Manfaat

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai informasi tambahan yang dapat memperluas dan mengembangkan pengetahuan peneliti, khususnya yang berkaitan dengan *self efficacy* dan *self management behavior* pada penderita hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Masyarakat

Temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadikan masyarakat umum lebih aktif mencari informasi, khususnya pasien hipertensi tentang *self-efficacy* dan *self-management behavior* pada pasien hipertensi.

b. Bagi Perawat

Temuan penelitian ini diharapkan dapat memperluas pemahaman perawat tentang *self-efficacy* dan *self management behavior* pada pasien hipertensi. Perawat dapat memberikan penyuluhan dengan pasien tentang *self-efficacy* dan keterampilan manajemen diri pasien.

c. Bagi Penulis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi penulis dan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai *self efficacy* dan *self management behavior* pada penderita hipertensi

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan dapat digunakan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian dengan topik yang sama dengan metode yang berbeda

e. Bagi Institusi Pendidikan

Temuan penelitian ini diharapkan dapat menambah masukan terhadap mata ajar keperawatan medikal bedah khususnya pada sistem kardiovaskular.

E. Keaslian Penelitian

1. Fauziah & Syahputra, 2021, meneliti “Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Manajemen Perawatan Diri Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Indrapura Kabupaten Batubara Tahun 2019”. Menggunakan desain *cross sectional*, investigasi ini 95 orang dijadikan sampel penelitian, yang menggunakan metodologi *accidental sampling*. Uji *Chi Square* (x) digunakan untuk analisis data univariat dan bivariat dalam penelitian ini. Temuan penelitian ini mengungkapkan bahwa 64 responden (64,7%) memiliki *self-efficacy* yang kuat karena keyakinan mereka bahwa mereka dapat mengatur tekanan darah mereka secara efektif. Penderita hipertensi di Puskesmas Indrapura Kabupaten Batubara tahun 2019 memiliki hubungan yang kuat antara efikasi diri dengan manajemen perawatan diri, sesuai temuan uji statistik *Chi Square* menunjukkan nilai $p = 0,000$ (p kurang dari 0,05).

Perbedaan dengan penelitian ini adalah pada analisis data yang digunakan. Teknik analisa data yang digunakan adalah uji statistik *Kendall's Tau*.

2. Marasabessy, 2021 meneliti “Hubungan Antara *Self Efficacy* Dengan *Self Care* Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Kelurahan Tello Baru Puskesmas Batua Kota Makassar”. Dalam penelitian ini, metodologi *cross sectional* diterapkan dengan desain kuantitatif. Sampel yang diambil adalah 113 lansia hipertensi di Kelurahan Tello Baru, Puskesmas Batua, Kota Makassar. Uji statistik *chi square* digunakan, dan tingkat signifikansinya ditetapkan sebesar $\alpha = 0,000$. Berdasarkan temuan penelitian, mayoritas responden memiliki tingkat efikasi diri rendah hingga 64,6% dan tingkat tinggi hingga 35,4%. Sebanyak 54,9% diantaranya menunjukkan perawatan diri yang baik, sedangkan sebanyak 45,1% menunjukkan perawatan diri yang kurang baik. Berdasarkan temuan penelitian, *self-efficacy* dan *self-care* pada lansia penderita hipertensi di Kelurahan Tello Baru, Puskesmas Batua, Kota Makassar, berkorelasi signifikan.

Perbedaan dengan penelitian ini adalah teknik sampling dan analisis data yang digunakan. Pengambilan sampel yang dilakukan dalam penelitian ini adalah *accidental sampling* dan teknik analisa data yang digunakan adalah uji statistik *Kendall's Tau*.

3. Simanullang, 2019 meneliti “*Self Management* Pasien Hipertensi Di RSUP H.Adam Malik Medan”. Jenis penelitian yang digunakan yaitu deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel ditentukan dengan metode *total sampling* sebanyak 58 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self management* responden berdasarkan integrasi diri dengan kategori cukup sebanyak 34 responden atau 58,5%, berdasarkan regulasi diri dengan kategori cukup sebanyak 27 responden atau 46,6%, berdasarkan interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya termasuk kategori baik yaitu sebanyak 28 responden atau 48,3%, berdasarkan pemantauan darah termasuk kategori baik sebanyak 36 responden atau 62,1%, dan berdasarkan kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan termasuk kategori baik yaitu sebanyak 46 responden atau 79,3%. Penelitian ini menyimpulkan bahwa *self management* pasien hipertensi pada kategori cukup (berdasarkan indikator integrasi diri dan regulasi diri), kategori baik (berdasarkan indikator interaksi dengan tenaga kesehatan dan lainnya, pemantauan tekanan darah dan kepatuhan terhadap aturan yang dianjurkan).

Perbedaan dengan penelitian ini adalah pada variabel, teknik sampling, dan analisis data yang digunakan. Variabel pada penelitian ini adalah “Hubungan *Self Efficacy* Dengan *Self Management Behavior* Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cawas I”. Teknik sampling yang digunakan adalah *accidental sampling* dan teknik analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji statistik *Kendall's Tau*.

4. Sandra, F. K, 2020 meneliti “Gambaran Efikasi Diri Pada Lanjut Usia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Mojolaban Sukoharjo”. Metode penelitian yang digunakan yaitu deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah kuota sampling sebanyak 90 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 51 responden usia lanjut penderita hipertensi mempunyai efikasi diri rendah dan sebanyak 39 responden mempunyai efikasi diri tinggi. Kesimpulan dari penelitian ini bahwa efikasi diri pada usia lanjut yang menderita hipertensi cenderung rendah.

Perbedaan dengan penelitian ini adalah pada variabel, teknik sampling dan analisis data yang digunakan. Variabel pada penelitian ini yaitu “Hubungan *Self Efficacy* Dengan *Self Management Behavior* Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Cawas I”. Pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *accidental sampling* dan teknik analisa data yang digunakan adalah uji statistik *Kendall's Tau*.