

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Semua orang di seluruh dunia memiliki kesempatan untuk memiliki hidup dengan umur yang panjang dan sehat, tak terkecuali dengan kelompok umur lanjut usia (lansia). Umumnya lansia memiliki satu atau lebih masalah kesehatan, jika di kontrol dengan baik akan sangat mempengaruhi pada kondisi kesehatan dan kesejahteraan lansia. Berdasarkan UU No.36 Tahun 2009 pasal 138 upaya pemeliharaan kesehatan bagi lanjut usia adalah dengan maksud untuk menjaga agar kelompok lanjut usia tetap sehat, mandiri, dan produktif secara sosial dan ekonomi.

Menurut UU No. 13 tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia, yang dimaksud dengan lansia adalah penduduk yang telah mencapai usia 60 tahun keatas. Seiring dengan semakin membaiknya fasilitas dan layanan kesehatan, terkendalinya tingkat kelahiran, meningkatnya angka harapan hidup, serta menurunnya tingkat kematian, maka jumlah dan proporsi penduduk lanjut usia terus mengalami peningkatan. Mayoritas provinsi di Indonesia memiliki persentase penduduk lansia di atas 7% (Badan Pusat Statistik, 2022).

Populasi lansia diseluruh dunia mengalami peningkatan drastis, *World Health Organization* (WHO) memperkirakan pada tahun 2030 1 dari 6 orang di dunia akan berusia 60 tahun atau lebih. Selain itu, populasi lansia meningkat dari 1 miliar pada tahun 2020 menjadi 1,4 miliar pada tahun 2022

dan diprediksi akan berlipat ganda pada tahun 2050 sebanyak 2,1 miliar (BPS, 2022). Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) jumlah populasi lansia di Indonesia meningkat dari 7.59% pada tahun 2010 menjadi 10,82% pada tahun 2021, angka ini diprediksi akan terus meningkat pada tahun 2035 menjadi 40 juta jiwa (13,8%).

Berdasarkan data dari BPS Sumbar (2023), persentase lansia di Sumatera Barat adalah 11,16% dari jumlah penduduk di Indonesia. Populasi lansia di Sumatera Barat terus meningkat selama 3 tahun terakhir. Jumlah populasi lansia di Sumatera Barat pada tahun 2020 sebanyak 579.051 jiwa, 2021 sebanyak 603.360 jiwa, dan pada tahun 2022 menjadi 629.493 jiwa. (BPS Sumbar, 2023).

Lanjut usia merupakan proses alami yang tidak dapat dihindari, proses menua berlangsung secara alamiah yang dipengaruhi oleh faktor biologi yang terjadi secara berkelanjutan sehingga dapat terjadi perubahan fisiologis, anatomi, serta biokemis pada jaringan tubuh yang mempengaruhi fungsi dan kemampuan tubuh dan emosi (Syarli & Arini, 2021). Beberapa aspek dalam kehidupan akan mengalami kemunduran saat memasuki proses lansia diantaranya fisik, mental, dan sosial. Pada kemunduran fisik lansia umumnya rentan terkena penyakit, terutama penyakit degeneratif. Hipertensi merupakan penyakit degeneratif yang biasa diderita oleh lansia. Seiring bertambahnya usia membuat pembuluh darah kehilangan elastisitasnya secara bertahap yang dapat menyebabkan meningkatnya tekanan darah (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).

American Health Association (AHA) mendefinisikan hipertensi sebagai suatu kondisi dimana terjadi peningkatan tekanan darah yang mengalir di pembuluh darah (AHA, 2017). Seseorang dapat dikatakan hipertensi jika tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Kejadian hipertensi umumnya tidak disertai dengan gejala, namun terdapat gejala tidak spesifik yang bisa muncul pada penderita hipertensi diantaranya sakit kepala, tengkuk terasa berat, pusing, jantung berdebar-debar, gelisah, mudah lelah, dan penglihatan kabur (Kemenkes, 2022).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi perhatian seluruh dunia termasuk Indonesia. Hipertensi sering disebut dengan "*silent killer*" karena penyakit ini dapat menyerang siapa saja dan cenderung tidak menunjukkan gejala serta dapat terjadi secara tiba-tiba yang dapat beresiko terjadinya kematian. Hipertensi menjadi masalah kesehatan yang serius karena mengalami peningkatan setiap tahunnya (Kemenkes RI, 2019).

Prevalensi penderita Hipertensi menurut WHO pada tahun 2019 di dunia mencapai angka 22% dengan angka tertinggi yaitu 27% di Afrika, Asia Tenggara berada di urutan ke-3 dengan prevalensi 25% (Kemenkes RI, 2019). Di Indonesia, sekitar 42,09% lansia mengalami keluhan kesehatan (Badan Pusat Statistik, 2022). Menurut data RISKESDAS 2018, kejadian hipertensi di Indonesia mencapai angka 34,11%. Kelompok usia penyumbang kejadian hipertensi terbanyak di Indonesia yaitu usia 55-64

tahun (55,23 %), 65-74 taun (63,22%), dan > 75 tahun (69,53%). Provinsi Sumatera barat berada pada urutan 32 dari 34 provinsi dengan prevalensi 25,16% (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Menurut data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat tahun 2018, Kota Padang Panjang berada di urutan ke – 4 dengan prevalensi kejadian hipertensi 30% (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat, 2019). Kejadian hipertensi pada lansia di Provinsi Sumatera Barat mencapai jumlah 73.639 kasus (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat, 2021).

Hipertensi menjadi ancaman bagi kesehatan masyarakat karena dapat menyebabkan komplikasi seperti stroke, penyakit jantung koroner, dan gagal ginjal (Kemenkes RI, 2019). Menurut data *Institute for Health Metrics and Evaluation* (IHME), 23,7% dari 1,7 juta kematian di Indonesia tahun 2016 terjadi akibat hipertensi (P2PTM Kemenkes RI, 2019b). Sehingga sangat penting untuk mendeteksi penyakit hipertensi lebih awal agar segera mendapatkan pengobatan yang sesuai (Ainurrafiq et al., 2019).

Penderita hipertensi memerlukan pengobatan yang berkelanjutan agar tekanan darah dapat terkontrol dan terhindar dari komplikasi (Sinaga et al., 2022). Hipertensi dapat dikontrol atau dikendalikan dengan *self care management* dan memodifikasi gaya hidup (Darvishpour et al., 2022). Individu yang memiliki penyakit kronis akan mengalami perubahan yang signifikan dalam kegiatan sehari-hari, diperlukannya *self care management* untuk menghindari komplikasi dan menurunkan gejala maupun risiko dari komplikasi (Fauziah & Syahputra, 2021). Dampak yang dapat timbul

apabila tidak menerapkan *self care management* diantaranya penyakit hipertensi atau tekanan darah yang tidak terkontrol, dan menyebabkan komplikasi seperti stroke, penyakit gagal jantung, dan gagal ginjal (Sakinah et al., 2020).

Self care management merupakan kemampuan seseorang mengontrol diri dalam mempertahankan perilaku yang efektif dalam perawatan diri untuk meningkatkan kualitas hidup individu dan mampu memelihara kesehatannya sehingga mencapai tingkat kesejahteraan kesehatan yang optimal. Lansia umumnya mengalami kesulitan dalam *self care management* sehingga dapat memperburuk kondisi kesehatannya, dan juga kebanyakan lansia dengan hipertensi menganggap kurangnya *self care management* adalah hal yang biasa, padahal *self care management* yang kurang akan berpotensi terjadinya komplikasi pada lansia dengan hipertensi (Prabasari, 2021). Lansia cenderung tidak mau melakukan perubahan perilaku untuk mengelola diri mereka menjadi lebih baik sehingga sulit untuk mencapai tingkat kesehatan yang optimal (Kiswardani & Aminia, 2021). *Self care management* sangat penting bagi lansia terutama lansia dengan hipertensi, hal ini bertujuan agar lansia dapat mengontrol tekanan darahnya dalam batas normal dan dapat mempertahankan atau meningkatkan kualitas hidupnya (Sinaga et al., 2022).

Masih banyak masyarakat Indonesia yang menderita hipertensi namun belum terdiagnosis, hanya dua pertiga saja dari mereka yang telah didiagnosis yang mendapatkan pengobatan, baik farmakologi maupun non-

farmakologi. Dari jumlah pasien yang menjalani pengobatan ini, hanya sepertiga yang terkontrol dalam melakukan pengobatan rutin, pengecekan tekanan darah secara rutin, dan diet rendah garam yang teratur (Fauziah & Syahputra, 2021). Penelitian Kiswardani & Aminia (2021), menunjukkan 83,3% lansia mempunyai *self care management* rendah (kurang). Penelitian lainnya dilakukan oleh Romadhon (2020), terdapat 31,7% lansia dengan *self care management* kategori kurang. Begitu juga dengan penelitian Darmawati & Dulgani (2019), 46,5% lansia memiliki *self care management* yang rendah (kurang).

Self care management dapat diwujudkan dengan kepatuhan terhadap pengobatan, diet rendah rendah garam, melakukan aktivitas fisik, tidak merokok, dan monitoring berat badan serta tekanan darah (Sinaga et al., 2022). Terkait dengan kepatuhan dalam diet rendah garam, pada penelitian Kamaruddin et al. (2023), didapat lansia dengan hipertensi yang mengonsumsi garam berlebih mencapai 76%. Didukung dengan penelitian Suharto et al. (2020), 93,75% lansia dengan hipertensi mengonsumsi garam lebih dari 1 sendok makan perhari. Penelitian yang juga dilakukan oleh Kamaruddin et al. (2023), 58% lansia merokok dan menderita hipertensi. Penelitian yang dilakukan Suharto et al. (2020), sebanyak 87,5% lansia dengan hipertensi memiliki kebiasaan merokok, dan 84,38% lansia dengan hipertensi tidak pernah berolahraga. Penelitian oleh Massa & Manafe (2022), menunjukkan 43,7% lansia dengan hipertensi tidak patuh terhadap pengobatan, 38,6% lansia dengan hipertensi juga menunjukkan kepatuhan

pengobatan yang tergolong rendah dalam penelitian oleh Anwar & Masnina (2019). Mengenai kontrol atau monitoring tekanan darah pada lansia dengan hipertensi pada penelitian Emiliana et al (2021) menunjukkan 45,5% lansia dengan hipertensi tidak petuh dalam melakukan kontrol tekanan darah.

Keberhasilan *self care management* hipertensi bergantung pada efektivitas perawatan diri individu untuk mengontrol gejala dan menghindari komplikasi (Fauziah & Syahputra, 2021). Menurut Fatmawati (2021), faktor- faktor yang mempengaruhi *self care management* diantaranya persepsi kerentanan, persepsi keparahan, persepsi manfaat, persepsi hambatan, petunjuk untuk bertindak, dan *self efficacy*.

Hasil penelitian dari Clara et al., (2021) kurangnya perilaku *self care management* pada pasien hipertensi faktor terbesarnya adalah karena kurangnya motivasi untuk mengubah perilaku. Menurut penelitian Adiyasa & M Cruz (2020), seseorang dengan keyakinan diri yang tinggi akan memiliki motivasi dalam mengambil keputusan seperti pengobatan yang sesuai untuk hipertensi yang dideritanya. Pada lansia keyakinan diri yang kuat menandakan bahwa lansia tersebut sudah siap dalam melakukan manajemen perawatan diri dikehidupan sehari-hari. Keyakinan diri yang timbul dalam diri itulah yang disebut dengan efikasi diri (*self efficacy*) (Idepangesti et al., 2019).

Menurut teori Bandura (1997, dikutip dari Djamaluddin et al., 2022), *self efficacy* sangat berkaitan dengan keyakinan diri seseorang mengenai kemampuan dirinya dalam mengendalikan fungsi diri untuk mencapai

sesuatu dan berpengaruh terhadap kehidupan seseorang tersebut. *Self efficacy* dianggap sebagai faktor yang paling berpengaruh untuk perubahan perilaku kesehatan pada pasien penyakit kronis (Fatmawati et al., 2021).

Self efficacy merupakan kepercayaan individu dalam menentukan perasaan, pikiran, dan tindakan (Santosa & Trisnain, 2019). *Self efficacy* juga merupakan keyakinan seseorang memiliki kemampuan untuk melakukan suatu tindakan. *Self efficacy* mempengaruhi keputusan mengenai perilaku yang akan diambil. *Self efficacy* dapat diperoleh melalui pengalaman individu di masa lalu, pengalaman orang lain, persuasi verbal, serta kondisi fisik dan emosi (Erlina, 2020).

Self efficacy yang kuat pada diri seseorang juga akan menciptakan kemampuan *self care management* yang tinggi. Seseorang yang memiliki *self efficacy* tinggi memiliki keyakinan bahwa mereka mampu untuk menerapkan perilaku tertentu (Romadhon et al., 2020). Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa masalah utama dalam *self care management* adalah sikap penderita terhadap penyakitnya yang umumnya tidak patuh dalam melakukan perawatan diri karena tidak memiliki keyakinan diri (*self efficacy*) yang cukup. Individu cenderung apabila berhadapan dengan kondisi yang baru atau kondisi yang tidak membuat nyaman cenderung sulit untuk memutuskan suatu perilaku karena tidak pernah mengalami situasi tersebut. Lansia umumnya menganggap bahwa penyakit hipertensi merupakan penyakit yang biasa, sehingga rendahnya kepercayaan dan

motivasi diri lansia dalam menetapkan suatu perilaku (Fauziah & Syahputra, 2021).

Hasil penelitian Tran Thi My, dkk (2020), kepercayaan diri yang tinggi dapat mengendalikan penyakit sehingga meningkatkan kemampuan individu dalam manajemen perawatan diri dan kontrol penyakit hipertensi yang lebih baik. Darvishpour et al., (2022) menjelaskan bahwa lansia dengan tingkat *self efficacy* yang lebih tinggi secara aktif berpartisipasi dalam *self care management* dalam mengendalikan penyakitnya. Begitu juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Warren-Findlow et al., (2012), seseorang dengan *self efficacy* yang tinggi akan mengalami peningkatan yang signifikan terhadap kepatuhan pengobatan, diet rendah garam, melakukan aktivitas fisik, tidak merokok, dan monitoring berat badan serta tekanan darah.

Lansia dengan masalah kesehatan seperti hipertensi memerlukan intervensi yang dapat membantu lansia dalam mengelola penyakitnya. *Geragogy Based Management Education Program* (GBSEP) merupakan salah satu intervensi yang dapat dilakukan tenaga kesehatan untuk penatalaksanaan penyakit hipertensi pada lansia. Dalam Edukasi *Hypertension Self Care Management* intervensi yang diberikan berupa metode pengajaran geragogi dengan strategi pembelajaran transformatif berbasis kelompok (8-10 peserta) yang bertujuan untuk meningkatkan literasi kesehatan, *self efficacy*, dan perilaku *self care management* pada lansia dengan hipertensi (Ongkulna et al., 2022). Pelaksanaan edukasi yang

tepat dan berkelanjutan pada penderita hipertensi dapat menimbulkan efek berupa kepatuhan yang efektif dan efisien dalam melakukan manajemen kontrol terhadap tekanan darah (Fransiskus et al., 2022).

Berdasarkan pengambilan data awal di Dinas Kesehatan Kota Padang Panjang, kasus lansia dengan hipertensi pada tahun 2022 terdapat 1.545 kasus. Puskesmas Kebun Sikolos menduduki peringkat tertinggi jumlah lansia dengan hipertensi mencapai jumlah 811 orang (Dinas Kesehatan Kota Padang Panjang, 2022). Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di Puskesmas Kebun Sikolos pada Maret 2023 kepada 10 lansia dengan hipertensi. 3 diantaranya mengatakan tidak yakin bahwa tekanan darahnya dapat dikendalikan, karena kurang bisa menghindari makanan yang dapat meningkatkan tekanan darah seperti suka makan daging olahan dan ketika merasakan pusing langsung minum obat, dan 4 pasien lain mengatakan tidak dapat mengendalikan keinginannya untuk merokok dan minum kopi, pasien juga mengatakan hipertensi merupakan penyakit yang biasa diderita lansia, sehingga apabila merasakan pusing cara meredakannya cukup dengan minum obat pereda pusing dari warung atau obat yang didapatkan dari puskesmas. 3 dari 10 pasien lainnya mengatakan yakin mampu melakukan semua rangkaian pengobatan yang dianjurkan dokter untuk mengontrol tekanan darah, pasien juga mengatakan rutin memeriksakan tekanan darahnya dan kontrol ke Puskesmas dan mengonsumsi obat antihipertensi dan juga menghindari mengonsumsi makanan tinggi garam.

Berdasarkan data dan fenomena diatas, penulis ingin melakukan penelitian terkait “Hubungan *Self Efficacy* dengan *Self Care Management* Pada Lansia dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Sikolos Kota Padang Panjang ”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang diatas maka penetapan masalah penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan *self efficacy* dengan *self care management* pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kebun Sikolos Kota Padang Panjang?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan *self efficacy* dengan *self care management* pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kebun Sikolos Kota Padang Panjang.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya distribusi frekuensi *self efficacy* pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kebun Sikolos Kota Padang Panjang
- b. Diketuainya distribusi frekuensi *self care management* pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kebun Sikolos Kota Padang Panjang

- c. Diketuainya hubungan *self efficacy* dengan *self care management* pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kebun Sikolos Kota Padang Panjang

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Mahasiswa Keperawatan

Hasil penelitian berguna bagi peneliti untuk menambah wawasan dan pengetahuan peneliti dan sebagai data selanjutnya serta tambahan literatur bagi mahasiswa keperawatan.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi untuk menyusun intervensi terkait hubungan *self efficacy* dengan *self care management* pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kebun Sikolos Kota Padang Panjang tahun 2023.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai hubungan *self efficacy* dengan *self care management* pada lansia dengan hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kebun Sikolos Kota Padang Panjang tahun 2023.