

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik pada tubuh seseorang lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg (Kemenkes, 2021). Menurut *World Health Organization* WHO, (2021) Hipertensi juga dikenal sebagai tekanan darah tinggi, yang berkontribusi terhadap beban penyakit jantung, stroke dan gagal ginjal serta kematian dini dan kecacatan. Penyakit ini secara tidak proporsional mempengaruhi populasi di negara-negara berpendapatan rendah dan menengah dimana sistem kesehatannya lemah. Hipertensi jarang menimbulkan gejala pada tahap awal dan banyak orang tidak terdiagnosis. Mereka yang terdiagnosis mungkin tidak memiliki akses terhadap pengobatan dan mungkin tidak berhasil mengendalikan penyakitnya dalam jangka panjang.

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2022 hipertensi masih menjadi masalah kesehatan tertinggi di dunia dan merupakan penyakit pertama penyebab kematian. Jumlah penderita hipertensi di dunia sekitar 1,28 miliar di rentang usia 30-79 tahun dan sebagian besar di negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2022). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 25,8% yang diperkirakan hanya 1/3 kasus hipertensi di Indonesia yang terdiagnosis, sisanya tidak terdiagnosis. Sedangkan pada tahun 2018 mengalami peningkatan sebesar 34,1% atau sekitar 70 juta lebih penduduk Indonesia yang menderita hipertensi (Kemenkes RI, 2018).

Kasus hipertensi di Jawa Tengah pada tahun 2018 tercatat sebesar 1.377.356 kasus (*Prevalence Rate* 3,99%), pada tahun 2019 mengalami peningkatan menjadi 8.070.378 kasus (*Prevalence Rate* 23,25%) (Dinkesprov Jateng, 2019). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Tegal pada tahun 2022 melaporkan angka kejadian hipertensi mencapai 77,8% kasus, sedangkan di

Puskemas Kesamiran pada tahun 2020 mencapai 15% kasus, dan pada tahun 2022 terjadi peningkatan kasus hipertensi menjadi 99,8% kasus (Dinkes Kab. Tegal, 2022). Berdasarkan data dari Puskesmas Kesamiran 10 penyakit yang ada di Puskesmas tersebut seperti Hipertensi, Diabetes militus, Asam urat, ISPA, Dyspepsia, penyakit pulpa dan jaringan perapiral, Diare, penyakit gusi dan periodental, Tb Paru, Influenza, dan penyakit kulit infeksi lain. Hipertensi menjadi penyakit yang paling banyak dialami masyarakat di Puskesmas Kesamiran. Berdasarkan data dari Puskesmas Kesamiran penderita hipertensi yang paling banyak berada di desa Margapadang dengan jumlah 237 pada tahun 2023.

Hipertensi atau tekanan darah tinggi dikenal sebagai *the silent killer*, karena seringkali penderitanya tidak merasakan gejala sampai terjadinya komplikasi yang berbahaya. Hal ini menyebabkan angka mortalitas penyakit ini tinggi akibat komplikasi yang menyertainya. Padahal hipertensi adalah penyakit yang mudah didiagnosis dan telah tersedia beberapa pengobatan yang memadai, baik pengobatan secara nonfarmakologis maupun farmakologis. Meskipun pengobatan hipertensi terbukti efektif tetapi angka kepatuhan penderita hipertensi terhadap pengobatan masih rendah. Diperkirakan hanya satu dari lima orang penderita hipertensi yang mengontrol penyakitnya (Salami, 2021). Penatalaksanaan hipertensi sangat diperlukan untuk mencegah terjadinya komplikasi sehingga dapat menurunkan angka kematian penderita hipertensi. *Self care management* pada pasien hipertensi direkomendasikan sebagai salah satu upaya efektif untuk mengontrol tekanan darah pada penderita hipertensi (Rusminingsih et al., 2021).

*Self care management* adalah kemampuan yang harus dimiliki seseorang dalam perawatan diri secara mandiri untuk dapat meningkatkan kualitas hidupnya (Wilandika & Salami, 2018). *Self care management* merupakan aktivitas seseorang untuk dapat mengontrol gejala yang ditimbulkan dari penyakit yang diderita, merawat tubuh dan jiwanya serta melakukan perubahan pola hidup yang lebih sehat mengikuti anjuran yang diberikan tim medis sehingga kualitas hidupnya menjadi optimal. Tujuan *self care management* dilakukan adalah agar individu secara lebih

efektif dan efisien mengatur status kesehatan dalam jangka panjang, terlebih bagi individu yang menderita penyakit kronis seperti hipertensi (Pae et al., 2023).

Sebagaimana pada penyakit kronis umumnya, hipertensi membutuhkan manajemen jangka panjang atau seumur hidup penderitanya. Selain penderita, pengelolaan penyakit ini membutuhkan keterlibatan keluarga dan petugas kesehatan. *Self care management* hipertensi pada dasarnya berhubungan erat dengan perilaku penderita. Komponen penting dalam manajemen perawatan ini meliputi kepatuhan pengobatan, pemantauan tekanan darah sendiri, dan modifikasi gaya hidup seperti diet, olahraga, dan pengurangan tembakau telah terbukti memberikan perbaikan yang signifikan dalam mengontrol hipertensi (Salami, 2021).

Kurangnya *self care management* pada penderita hipertensi dianggap suatu hal yang biasa, padahal hal ini dapat berpotensi terjadinya komplikasi pada penderita hipertensi (Prabasari, 2021). Menurut Augusto et al., (2022) dampak dari kurangnya self care management penurunan kualitas hidup penderita hipertensi, peningkatan, dependensi pasien hipertensi pada pelayanan tenaga kesehatan yang dapat meningkatkan beban kerja tenaga kesehatan, meningkatkan biaya perawatan pasien, penurunan peran keluarga dan *caregiver* pasien dalam merawat pasien, dan meningkatnya resiko terjadi komplikasi penyakit kardiovaskular yang mengancam nyawa.

Berdasarkan hasil penelitian Meo et al., (2023) menunjukkan bahwa penderita yang memiliki *self care management* kurang sebanyak 46 responden (71%) dan *self care management* yang cukup 7 responden (11%) *self care management* yang baik 12 responden (18%), dimana mayoritas responden berjenis kelamin laki-laki dengan rentang usia 60-69 tahun dimana pada masa ini lansia mulai mengalami kemunduran fisik seperti penglihatan kabur, pendengaran mulai berkurang, melemahnya daya ingat dan daya tahan tubuh mulai menurun sehingga apa yang disampaikan keluarga tidak dapat dipahami. Berdasarkan hasil penelitian Aziza, (2023) menunjukkan bahwa penderita yang memiliki *self care management* kurang

sebanyak 38 responden (61,3%) dan *self care management* yang baik sebanyak 24 responden (38,7%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa lansia dapat melakukan perawatan diri dengan baik, konsep *self-care* merupakan sesuatu yang penting untuk pengelolaan penyakit kronis dan cenderung dilakukan oleh Perempuan terutama dalam pengendalian konsumsi makanan dan minuman perempuan juga cenderung aktif dalam memeriksakan Kesehatan ke pelayanan Kesehatan jika mengalami gangguan Kesehatan.

Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi *self care management* pada penderita hipertensi diantaranya adalah pengetahuan, tingkat pendidikan, dukungan sosial, keyakinan diri (*self efficacy*) dan lama menderita penyakit hipertensi (Sakinah et al., 2020). *Self care management* pada penderita hipertensi yang dilakukan secara efektif bermanfaat untuk meningkatkan kepuasan pasien dalam menjalani hidup, menurunkan biaya perawatan, meningkatkan rasa percaya diri dan kemandirian pasien, serta meningkatkan kualitas hidup pasien. Salah satu faktor internal utama yang dapat mempengaruhi *self-care management* adalah *self-efficacy* (Hikmah et al., 2019).

*Self efficacy* merupakan keyakinan orang tentang kemampuan mereka untuk menghasilkan tingkat kinerja tertentu yang memberikan pengaruh terhadap peristiwa yang mempengaruhi kehidupan mereka. Keyakinan efikasi diri menentukan bagaimana seseorang merasa, berpikir, memotivasi diri sendiri, dan berperilaku. Keyakinan seperti ini menghasilkan dampak yang beragam melalui empat proses utama yaitu proses kognitif, motivasi, afektif dan seleksi (Gerbino, 2020).

*Self-Efficacy* yang tinggi terjadi karena seseorang memiliki efikasi diri yang terbentuk melalui proses kognitif, contohnya melalui perilaku manusia dan tujuan. Semakin kuat efikasi diri seseorang maka semakin tinggi seseorang untuk berkomitmen untuk mencapai tujuan yang ditentukannya. Beberapa tindakan pada awalnya diatur dalam bentuk pemikiran. Keyakinan tentang keberhasilan akan

membentuk sebuah skenario dimana seseorang akan berusaha untuk mewujudkan tujuannya. Seseorang yang mempunyai efikasi diri yang tinggi akan memvisualisasikan skenario keberhasilannya sebagai panduan positif dalam mencapai tujuan (Annalia et al., 2019).

*Self efficacy* dibutuhkan bagi para penderita hipertensi untuk meningkatkan derajat kesehatan melalui keyakinan dalam menjalankan perawatan diri. Dengan melakukan perawatan diri yang baik maka dapat menurunkan terjadinya komplikasi (Okatiranti et al., 2017). Pengetahuan yang dimiliki oleh pasien akan meningkatkan rasa percaya diri dan menumbuhkan keyakinan pasien terhadap efektivitas pengobatan hipertensi. Oleh karena itu, pemahaman terhadap penyakit harus dilakukan secara menyeluruh, baik faktor risiko, diagnosa, penanganan maupun komplikasinya (Hikmah et al., 2019).

Berdasarkan hasil penelitian Agastiya et al., (2020). menunjukkan bahwa *self efficacy* penderita hipertensi sebagian besar adalah rendah sebanyak 43 (70.5%) dan tinggi sebanyak 18 (29.5%) memiliki *self care management* sedang yaitu 55,7%. Berdasarkan penelitian Rusminingsih et al., (2021). menunjukkan bahwa *self efficacy* penderita hipertensi sebagian besar adalah tinggi sebanyak 97 orang (84.3%) dan rendah sebanyak 18 orang (15.7%) memiliki *self care management* yang tinggi 44 orang (38.3%). Penelitian ini didapat mayoritas responden pernah menempuh pendidikan sekolah dasar sebanyak 38,%, dimana tingkat pendidikan masih kurang, namun *self efficacy* nya tinggi. Hal ini dimungkinkan karena penderita hipertensi memperoleh informasi dari berbagai media massa maupun media sosial yang mudah ditemukan.

Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 1 Maret 2024 di desa Margapadang melalui wawancara dengan 10 orang penderita hipertensi diantaranya 6 orang perempuan dan 4 orang laki-laki didapatkan hasil 3 orang tidak yakin bahwa tekanan darahnya dapat dikendalikan, karena kurang bisa menghindari makanan yang dapat meningkatkan tekanan darah seperti makan

daging dan makanan yang bersantan, dan juga jarang melakukan olahraga, 3 orang mengatakan tidak dapat mengendalikan keinginannya untuk merokok dan minum kopi, 1 orang mengatakan pasrah dengan penyakit hipertensi yang di deritanya walaupun sudah mengkonsumsi obat tetapi tekanan darahnya terkadang masih tinggi, 1 orang mengatakan rutin berobat ke pelayanan kesehatan namun tidak rutin mengkonsumsi obatnya, 2 orang lainnya mengatakan dirinya mampu melakukan semua rangkaian pengobatan yang di anjurkan untuk mengontrol tekanan darah, penderita juga mengatakan rutin memeriksakan tekanan darahnya dan mengonsumsi obat antihipertensi dan juga menghindari konsumsi makanan tinggi garam. Dari hasil diatas dapat disimpulkan *self efficacy* pada masyarakat di Desa Margapadang masih tergolong rendah. Berdasarkan data dan fenomena diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait “Hubungan *self efficacy* dengan *self care management* pada penderita hipertensi di desa Margapadang”

## **1.2 Tujuan Penelitian**

### 1.2.1 Tujuan Umum

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui hubungan *self efficacy* dengan *self care management* pada penderita hipertensi di desa Margapadang.

### 1.2.2 Tujuan Khusus

- 1.2.2.1 Mengidentifikasi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan.
- 1.2.2.2 Mengidentifikasi *self efficacy* pada penderita hipertensi di desa Margapadang.
- 1.2.2.3 Mengidentifikasi *self care management* pada penderita hipertensi di desa Margapadang.
- 1.2.2.4 Menganalisis hubungan *self efficacy* dengan *self care management* pada penderita hipertensi di desa Margapadang.

### **1.3 Manfaat Penelitian**

#### 1.3.1 Manfaat Aplikatif

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi penderita hipertensi agar dapat mengetahui dan meningkatkan *self efficacy* dengan *self care management* untuk mengontrol tekanan darah. Bagi puskesmas penelitian ini dapat digunakan sebagai evaluasi dalam melakukan upaya preventif dan meningkatkan *self efficacy* dengan *self care management* pada penderita hipertensi sehingga mencegah keterlambatan penanganan dan komplikasi penyakit dengan memanfaatkan *self efficacy* dengan *self care management*.

#### 1.3.2 Manfaat Keilmuan

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi perkembangan kompetensi mahasiswa keperawatan dalam menerapkan *self efficacy* dengan *self care management* pada penderita hipertensi.

#### 1.3.3 Manfaat Metodologi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan penelitian selanjutnya untuk menambah pengetahuan dan pemahaman *self efficacy* dengan *self care management*.