

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 Lansia merupakan suatu proses tahap akhir dari kehidupan manusia yang akan dijalani oleh setiap orang yang telah mencapai usia 60 tahun keatas. Lansia akan mengalami penurunan fisik, mental, dan sosial secara bertahap yang akan mempengaruhi aktivitas sehari-harinya (Siringo-Ringo et al., 2020). Lansia memiliki resiko atau memungkinkan untuk mengalami berbagai penyakit jika dibandingkan dengan usia muda. Proses penuaan pada lansia ditandai dengan perubahan degeneratif sehingga rentan terhadap suatu penyakit seperti diabetes melitus, penyakit jantung koroner, gagal ginjal, stroke dan hipertensi (Candrawati & Sukrandini, 2022).

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan masyarakat global dan penyebab utama kematian di seluruh dunia (Dinda Fitrianiingsih et al., 2022). Hipertensi adalah penyakit kardiovaskuler yang ditandai dengan kondisi tekanan darah mengalami peningkatan diatas normal, yaitu tekanan darah sistol 140 mmHg dan diastol 90 mmHg (WHO, 2019). Penyebab hipertensi pada lansia disebabkan oleh penurunan faktor fungsi fisiologis tubuh yaitu terjadinya perubahan-perubahan pada elastisitas pembuluh darah yang menurun, katup jantung menebal dan menjadi kaku, kemampuan jantung memompa darah menurun, sehingga kontraksi dan volumenya menurun (Mulyadi, 2019).

Faktor-faktor yang dapat menimbulkan terjadinya hipertensi digambarkan pada karakteristik penderita hipertensi yaitu usia, jenis kelamin, pendidikan, dan lama menderita hipertensi (Khoirunissa et al., 2023). Usia lanjut menjadi faktor risiko yang berpengaruh besar dengan hipertensi karena seiring bertambahnya usia kemampuan dan mekanisme tubuh meningkat dan terjadi penurunan secara perlahan. Usia lanjut merupakan kelompok resiko yang rentan mengalami hipertensi (Ekarini et

al., 2020). Wanita yang telah memasuki masa menopause maka resiko menderita hipertensi meningkat dibandingkan dengan pria, hal ini disebabkan oleh produksi hormon estrogen menurun pada saat menopause sehingga menyebabkan meningkatnya tekanan darah. Seseorang yang berpendidikan tinggi lebih mudah menerima informasi kesehatan tentang hipertensi dan lebih mudah menerapkan gaya hidup sehat seperti diet sehat, olahraga, dan menjaga berat badan ideal (Pebrisiana et al., 2022). Lama menderita hipertensi menjadi faktor pemicu kepatuhan dalam pengelolaan hipertensi, lansia yang menderita hipertensi 1-5 tahun akan merasa bosan dalam menjalani pengobatan sehingga menurunkan tingkat kepatuhan (Astrid et al., 2021).

Prevalensi kasus hipertensi menurut (WHO, 2019) diperkirakan 1,3 miliar lansia diseluruh dunia menderita hipertensi. Berdasarkan hasil riset kesehatan dasar (Kemenkes RI, 2018) angka kejadian hipertensi pada lansia usia 55-64 tahun sebesar 55.2%, usia 65-74 tahun sebesar 63.2% dan usia >75 tahun 69.5%. Prevalensi hipertensi di Jawa Tengah yang dialami oleh lansia sebesar 30,4%, dan Kabupaten Wonogiri menjadi wilayah dengan kasus hipertensi tertinggi dengan angka kejadian 45,86% (Risesdas, 2018). Menurut data Dinas Kabupaten Wonogiri jumlah kunjungan pada bulan Januari sampai Desember 2023 sebanyak 308.600 kasus dengan persentase 75.90%.

Komplikasi yang diakibatkan oleh hipertensi pada lansia dapat menyebabkan penyakit gagal jantung, stroke, aneurisma, masalah pada mata, ginjal dan sindrom metabolik hingga kematian (Astutik & Mariyam, 2021). Pengelolaan hipertensi penting dilakukan sebagai upaya untuk menurunkan resiko terjadinya komplikasi. Untuk meminimalkan terjadinya komplikasi harus dilakukan pengelolaan hipertensi dengan baik.

Pengelolaan hipertensi pada lansia adalah perilaku dan kemampuan individu dalam mengontrol kesehatannya secara efektif. Cara pengelolaan hipertensi pada lansia dilakukan secara farmakologis yaitu dengan mengonsumsi obat-obatan antihipertensi dan secara nonfarmakologis

dilakukan dengan modifikasi gaya hidup sehat (Kurnia, 2020). Dalam pengelolaan hipertensi *American Heart Association* (AHA) merekomendasikan modifikasi gaya hidup terdiri dari diet rendah garam, diet sehat, melakukan aktivitas fisik, mengurangi merokok dan alkohol, menurunkan stress (Salami, 2021). Kepatuhan seseorang dalam pengelolaan hipertensi salah satunya dipengaruhi efikasi diri, dimana kepatuhan penderita hipertensi membutuhkan efikasi diri yang tinggi agar pengelolaan hipertensi dapat maksimal (Khoirunissa et al., 2023).

Efikasi diri pada lansia merupakan keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki dalam melakukan tindakan yang sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Pada penderita hipertensi dibutuhkan keyakinan diri agar dapat melakukan pengelolaan hipertensi secara efektif dalam meningkatkan kesehatan. Hasil penelitian dari (Rahmatia et al., 2022), bahwa efikasi diri penderita hipertensi di Desa Paccellekang menunjukkan keyakinan atau efikasi diri yang baik. Keyakinan yang dimiliki seseorang akan mempengaruhi pola hidup seseorang seperti melakukan aktivitas fisik secara rutin, diet sehat dengan mengurangi makanan siap saji dan tinggi lemak, mengurangi konsumsi garam, rutin mengecek tekanan darah dan patuh minum obat serta mampu melakukan manajemen stress. Efikasi diri dapat memberikan kontribusi terhadap pemahaman yang lebih baik dalam proses perilaku kesehatan sehingga sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan, perilaku dan keterampilan diri dalam mengelola kesehatan.

Tinggi rendahnya efikasi diri disebabkan oleh beberapa faktor yaitu usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan dan pengalaman. Keyakinan yang dimiliki seseorang dalam mengelola kesehatan akan berpengaruh terhadap gaya hidup (Wahdah, 2022). Seseorang dengan efikasi diri yang tinggi akan meningkatkan kemampuan dalam melakukan pengelolaan hipertensi diantaranya patuh dalam pengobatan, diet rendah garam, melakukan aktivitas fisik, tidak merokok dan monitoring berat badan dengan baik sesuai harapan. Sebaliknya, jika seseorang dengan efikasi diri yang rendah akan memiliki keyakinan bahwa tidak mampu melakukan sesuatu yang

diharapkan. Dampak ketika seseorang yang memiliki efikasi diri rendah cenderung akan mudah menyerah dan menganggap bahwa pada dasarnya mereka tidak mampu melakukan gaya hidup sehat (Diah Retnoningtyastuti et al., 2022).

Efikasi diri pada lansia merupakan keyakinan terhadap kemampuan dalam melakukan tindakan perawatan kesehatan. Ketika efikasi diri ini dikembangkan pada lansia dengan hipertensi, akan tumbuh keyakinan lansia mampu mematuhi program penatalaksanaan hipertensi sehingga lansia dengan hipertensi dapat mengendalikan tekanan darahnya (Farida & Susmadi, 2020). Efikasi diri terhadap pengelolaan hipertensi pada lansia dikategorikan menjadi dua yaitu tinggi dan rendah. Apabila seseorang yang mempunyai efikasi diri yang tinggi cenderung mempunyai keyakinan dan kemampuan dalam mencapai keinginan sesuai dengan tujuannya. Tingginya efikasi diri dalam diri individu dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya usia, jenis kelamin, pendidikan dan pengalaman. Keyakinan yang dimiliki oleh lansia terhadap pengendalian tekanan darah akan mempengaruhi kepatuhan dalam melakukan pengelolaan hipertensi. Semakin tinggi efikasi diri pasien hipertensi maka semakin patuh pula pasien dalam pengelolaan hipertensi (Khoirunissa et al., 2023). Sedangkan, apabila penderita hipertensi dengan efikasi diri rendah akan menganggap bahwa kemampuan yang dimiliki belum bisa mengontrol tekanan darah dengan baik dan tidak mampu untuk mendapatkan tujuan yang dicapai (Rusminingsih, 2021).

Di Kecamatan Baturetno lansia yang menderita hipertensi ada yang memiliki efikasi diri yang tinggi dalam melakukan pengelolaan hipertensi. Hal ini terlihat dari bagaimana lansia melakukan pengobatan dan mengelola gaya hidup sebagai penderita hipertensi. Namun, masih terdapat beberapa lansia yang memiliki efikasi diri yang rendah, dimana lansia yang mengalami hipertensi tidak mampu mengontrol gaya hidup seperti jarang melakukan olahraga, tidak rutin mengonsumsi obat antihipertensi, dan tidak patuh terhadap diet hipertensi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 5 Februari 2024 di Puskesmas Baturetno I data kunjungan pasien hipertensi sebesar 267 lansia penderita hipertensi yang melakukan pengobatan di bulan Januari 2024. Peneliti melakukan wawancara kepada 10 pasien, ditemukan bahwa 6 pasien diantaranya mempunyai efikasi diri yang rendah karena belum memahami secara mendalam tentang bagaimana cara pengelolaan hipertensi dengan baik, pasien hanya mengetahui jika seseorang yang mengalami hipertensi harus mengurangi konsumsi garam namun ada yang mengonsumsi makanan tidak sesuai diet hipertensi, tidak rutin mengonsumsi obat hipertensi hanya dikonsumsi ketika merasakan tanda dan gejala yang ditimbulkan dan kurang olahraga. Sedangkan 4 pasien lainnya mempunyai efikasi diri yang tinggi ditandai dengan cara pengelolaan hipertensi yang baik, seperti rutin melakukan kontrol kesehatan ke puskesmas ataupun posyandu lansia, teratur mengonsumsi obat antihipertensi, melakukan gaya hidup sehat dengan cara mengurangi konsumsi garam, gorengan, memperbanyak konsumsi buah dan sayuran dan melakukan olahraga seperti jalan sehat di pagi hari.

Berdasarkan uraian diatas dan didukung dari penelitian sebelumnya bahwa efikasi diri dapat mempengaruhi pengelolaan hipertensi bagi lansia penderita hipertensi, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Gambaran Efikasi Diri Dalam Pengelolaan Hipertensi Pada Lansia Di UPTD Puskesmas Baturetno I Wonogiri”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang disampaikan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran efikasi diri dalam pengelolaan hipertensi pada lansia di UPTD Puskesmas Baturetno 1 Wonogiri”?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran efikasi diri dalam pengelolaan hipertensi pada lansia di UPTD Puskesmas Baturetno 1 Wonogiri.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik penderita hipertensi (Jenis kelamin, pendidikan dan lama menderita hipertensi) pada lansia di UPTD Puskesmas Baturetno 1 Wonogiri.
- b. Mengidentifikasi gambaran efikasi diri dalam pengelolaan hipertensi pada lansia di UPTD Puskesmas Baturetno 1 Wonogiri.

D. Manfaat

Hasil penelitian yang dilakukan diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Bagi Peneliti

Diharapkan penelitian ini mampu membuktikan secara ilmiah gambaran efikasi diri dalam pengelolaan hipertensi pada lansia di UPTD Puskesmas Baturetno 1 Wonogiri.

2. Bagi Responden

Memberikan informasi serta pengetahuan tentang efikasi diri dalam pengelolaan hipertensi pada lansia di UPTD Puskesmas Baturetno 1 Wonogiri.

3. Bagi Lahan Penelitian

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan tentang gambaran efikasi diri dalam pengelolaan hipertensi pada lansia di UPTD Puskesmas Baturetno 1 Wonogiri.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat untuk menambah pengetahuan, sebagai sumber referensi di bidang akademis perguruan tinggi dan sebagai bahan pengembangan penelitian.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini digunakan sebagai bahan atau sumber untuk penelitian selanjutnya, dan mendorong bagi yang berkepentingan untuk melakukan penelitian lebih lanjut.

6. Keaslian Penelitian

Untuk menentukan keaslian penelitian peneliti dan berdasarkan pengetahuan peneliti sebagai penulis penelitian dengan judul “Gambaran Efikasi Diri Dalam Pengelolaan Hipertensi Pada Lansia Di UPTD Puskesmas Baturetno 1 Wonogiri”, peneliti yakin tidak ada penelitian yang memiliki judul yang sama dengan penelitian saya, namun mungkin ada penelitian serupa dengan penelitian yang ditulis oleh peneliti, seperti :

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Penulis dan Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
1	Miryani Khoirunissa, Naziyah, Intan Asri Nurani (2023)	Hubungan <i>Self Efficacy</i> Dengan Kepatuhan Perawatan Diri Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Kelurahan Ragunan	Persamaan dengan peneliti terdahulu sama-sama meneliti efikasi diri penderita hipertensi	Perbedaan penelitian yang saya buat membahas tentang gambaran efikasi diri terhadap pengelolaan hipertensi, responden, tempat dan waktu penelitian.
2	Susi Susanti, Emmi Bujawati, Aulia Rimawati, Dian Insani S, Dian Ihwana (2022)	Hubungan <i>Self Efficacy</i> dengan Manajemen Diri Penderita Hipertensi di Puskesmas Kassi-Kassi Kota Makassar Tahun 2022	Persamaan dengan peneliti terdahulu sama-sama meneliti tentang efikasi diri penderita hipertensi	Perbedaan penelitian yang saya buat spesifik pada gambaran efikasi diri terhadap pengelolaan hipertensi pada lansia, responden, waktu dan tempat penelitian
3	Dinda Fitrianingih, Karina Megasari Winahyu, Elang Wibisana, Shieva Nur Azizah Ahmad (2022)	Efikasi Diri dan Gaya Hidup Lansia Dengan Hipertensi	Persamaan dengan peneliti terdahulu sama-sama meneliti tentang efikasi diri pada lansia dengan hipertensi	Perbedaan penelitian yang saya buat spesifik pada gambaran efikasi diri terhadap pengelolaan hipertensi pada lansia, responden, waktu dan tempat penelitian