

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut Fauziah dan Syahputra (2002) hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi perhatian kesehatan masyarakat di seluruh dunia, lokal, nasional, dan regional. Karena orang dengan tekanan darah tinggi seringkali tidak menyadari kondisinya dan baru mengetahuinya ketika masalah muncul, hipertensi sering disebut sebagai *silent killer* (Kementerian Kesehatan, 2019). Gagal jantung kongestif dan penyakit serebrovaskular adalah dua efek samping potensial hipertensi, menjadikannya faktor risiko ketiga penyebab kematian dini (Widyanto, 2014 dalam Simanullang, 2018).

Menurut *World Health Organization* (WHO), prevalensi hipertensi diperkirakan ada 1,28 miliar orang di dunia yang usianya 30-79 tahun dengan tekanan darah tinggi. Terdapat 46% penderita hipertensi yang tidak menyadari mereka mempunyai penyakit hipertensi. Selain itu terdapat 42% penderita hipertensi yang terdiagnosis sudah melakukan pengobatan. Hanya 1 dari 5 (21%) orang dengan tekanan darah tinggi yang dapat mengendalikan gaya hidup mereka. Menurunkan prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030 adalah salah satu tujuan dunia untuk penyakit tidak menular (WHO, 2021).

Sementara itu, prevalensi hipertensi di Indonesia meningkat pesat seiring bertambahnya usia, meningkat dari 31,6% pada kelompok usia 35–44 tahun 13,7% menjadi 45,3% pada kelompok usia 45–54 tahun (Kemenkes RI, 2018). Lansia yang berusia lebih dari 45 atau usia 60 tahun disebut lansia (Senja, & Prasetyo, 2019). Pada lansia, tekanan darah tinggi memiliki ciri umum yaitu perubahan elastisitas dinding aorta, penurunan kapasitas pembuluh darah jantung, pembuluh darah yang berhubungan dengan jantung dan pembuluh darah yang kehilangan elastisitasnya (Mulyadi, et al., 2019). Selain itu faktor lainnya adalah usia, jenis kelamin dan tingkat pengetahuan (Sumarmi, et al., 2016).

Menurut data Riskesdas tahun 2018, Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) memiliki prevalensi hipertensi sebesar 11,01% atau lebih besar dibandingkan angka kejadian nasional sebesar 8,8%. Daerah Istimewa Yogyakarta merupakan provinsi dengan prevalensi hipertensi tertinggi urutan keempat berdasarkan prevalensi kondisi tersebut (Dinkes, 2019). Meskipun telah berkurang sebesar 1% sejak tahun 2010, angka kejadian hipertensi masih di atas rata-rata nasional dan terutama menyerang lansia (Dinkes, 2016).

Berdasarkan penelitian sebelumnya Mulyati et al. (2013) dalam menganalisis faktor yang mempengaruhi perilaku manajemen diri, terdapat bahwa salah satu variabel yang diteliti adalah *self efficacy*. Penelitian ini mengukur *self efficacy* menggunakan alat ukur skala *self efficacy* pada penyakit kronik secara umum. Instrument tidak menggunakan skala *self efficacy* secara spesifik pada penderita hipertensi.

Menurut Lunenburg dalam Sebayang (2017), *Self-efficacy* adalah keyakinan bahwa seseorang dapat menghadapi dan menyelesaikan masalah dalam berbagai keadaan. *Self-efficacy* juga mengacu pada kapasitas seseorang untuk memastikan tindakan dalam menyelesaikan tugas atau masalah, memungkinkan seseorang untuk mengatasi tantangan dan mencapai tujuan yang diinginkan.

Beberapa hasil temuan dari penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan antara *self-efficacy* dan penyakit kronis seperti tekanan darah tinggi, diabetes, dan artritis/radang sendi. Okatirani, Irawan, dan Amelia (2017) menyatakan bahwa hasil temuan penelitian menunjukkan adanya hubungan antara *self-efficacy* dan *self-care* pada penderita hipertensi lansia di fasilitas kesehatan Kota Bandung ($p < 0,05$). Penderita hipertensi yang sedang menjalani modifikasi gaya hidup harus memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi agar dapat menginspirasi dan meyakinkan dirinya untuk menerapkan gaya hidup sehat dengan penderita hipertensi yang tau tentang penyakit hipertensi tetapi tidak melakukan manajemen hipertensi dengan baik, sehingga untuk mewujudkan manajemen hipertensi memerlukan keyakinan diri/ *self efficacy* untuk menunjang keberhasilan pengobatan.

Penderita hipertensi dengan tingkat efikasi diri yang tinggi dapat mempertahankan gaya hidup, sehingga dapat meminimalkan komplikasi dan dapat meningkatkan kualitas hidup. Penderita hipertensi dengan efikasi diri yang rendah cenderung mengabaikan gaya hidup sehat (Indah, Mamat, & Supriadi, 2014).

Mempertahankan gaya hidup sehat sangat penting untuk mengelola tekanan darah tinggi. Modifikasi gaya hidup individu yang mengalami obesitas harus menurunkan berat badan, dan menerapkan pola makan DASH (*Dietary Approach to Stop Hypertension*), perilaku yang kurang sehat, seperti jadwal tidur yang tidak teratur dan jarang berolahraga, rutinitas yang tidak sehat seperti merokok, minuman alkohol, menggunakan obat-obatan, serta mengonsumsi makanan yang dapat menyebabkan hipertensi, seperti makanan asin, berlemak, dan berkafein (Tirtasari, 2019).

Gaya hidup yang buruk dapat menyebabkan hipertensi. Gejala hipertensi seringkali muncul tanpa ada keluhan, sehingga penderita hipertensi tidak mengetahui kondisinya dirinya dan baru mengetahui ketika komplikasi muncul. Tingkat peningkatan tekanan darah dan lamanya penyakit tekanan darah tidak terdiagnosis dan tidak terobati akan menentukan dampak komplikasi pada kerusakan organ. Upaya peningkatan pemahaman lansia terkait hipertensi dan komplikasinya yang salah satunya dapat dilakukan melalui kegiatan Pendidikan Kesehatan masyarakat (PKM) diharapkan mampu meningkatkan pemahaman serta kesadaran lansia akan kepatuhan manajemen hipertensi yang dianjurkan sehingga diharapkan tekanan darahnya tetap terkendali serta terhindar dari komplikasi (Situmorang, 2014 dalam Simanullung, 2018).

Puskesmas Sleman merupakan salah satu Puskesmas tingkat pertama di Sleman. Puskesmas Sleman menawarkan berbagai program kesehatan seperti pemeriksaan kesehatan (*Check Up*). Puskesmas Sleman juga memiliki kegiatan untuk lansia yaitu skrining posbindu lansia yang dilakukan di masyarakat yaitu melakukan skrining kesehatan khusus lansia. Pemeriksaan tekanan darah merupakan salah satu pemeriksaan kesehatan yang dilakukan. Tujuan pemeriksaan penderita darah tinggi di Sleman tahun 2019 dan jumlah penderita darah tinggi pada layanan kesehatan diberikan kepada 65.139 orang baik di puskesmas negeri

maupun puskesmas swasta (berdasarkan tekanan darah tinggi hasil Riskesdas 2018) dari sebanyak 80.708 orang memiliki tekanan darah tinggi dengan kinerja sesuai standar adalah 80,71% dari target 100%, sesuai kebutuhan.

Dari data Studi Pendahuluan dari Dinas Kesehatan Sleman pada tanggal 28 Maret 2023 terdapat jumlah estimasi penderita hipertensi Puskesmas Sleman laki-laki dan perempuan berjumlah 5,715 penderita untuk jumlah laki-laki 2,799 penderita dan jumlah hipertensi pada perempuan 2,961 penderita. Selanjutnya untuk studi pendahuluan di Puskesmas Sleman pada tanggal 3 April 2023 terdapat rentan bulan Januari dan Februari 2023 terdapat 1.202 pasien penderita hipertensi. Kegiatan Prolanis dilakukan setiap Selasa setiap bulan pada hari minggu kedua dengan jumlah pasien \pm 40 orang (Rekam Medis Puskesmas Sleman, 2023).

Hasil wawancara secara langsung mengenai *self efficacy* kepada 10 lansia penderita hipertensi di puskesmas Sleman didapatkan 5 lansia secara teratur melakukan hal-hal untuk mengatasi tekanan darah tinggi, dari 10 lansia terdapat 10 lansia mampu menilai perubahan yang terjadi pada tekanan darah sehingga harus mengunjungi dokter atau pelayanan kesehatan, dari 10 lansia terdapat 10 lansia mampu melakukan suatu hal yang dibutuhkan untuk mengontrol tekanan darah tinggi sehingga kebutuhan untuk mengunjungi dokter atau pelayanan kesehatan berkurang, dari 10 lansia terdapat 5 lansia mampu mengontrol perubahan emosi yang disebabkan oleh tekanan darah tinggi sehingga kegiatan sehari-hari dapat terpengaruh, dari 10 lansia terdapat 10 lansia meminum obat secara rutin untuk mengatasi dampak sehari-hari dari tekanan darah tinggi.

Hasil wawancara secara langsung gaya hidup kepada 10 lansia penderita hipertensi di Puskesmas Sleman di dapatkan hasil bahwa terdapat 5 lansia sering melakukan olahraga, dari 10 lansia ada 2 lansia yang mempunyai pembatasan makanan atau pantangan makanan, sedangkan 9 lansia rutin mengonsumsi teh dan 1 lansia mengonsumsi kopi setiap harinya, dari 10 lansia ada 6 lansia sering terganggu saat tidur, dari 10 lansia tidak merokok. Dari data studi pendahuluan tersebut dapat disimpulkan bahwa masih ada beberapa pasien penderita hipertensi yang belum begitu faham tentang gaya hidup yang baik.

Berdasarkan studi pendahuluan di atas, peneliti ingin untuk memahami hubungan antara *self-efficacy* dan gaya hidup lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sleman.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah Ada Hubungan Efikasi Diri dengan Gaya Hidup Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sleman?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian adalah untuk memastikan ada tidaknya hubungan antara *self-efficacy* dengan gaya hidup lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sleman.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini antara lain:

- a. Diidentifikasi tingkat efikasi diri terhadap lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sleman.
- b. Diidentifikasi gaya hidup terhadap lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sleman.
- c. Diidentifikasi keeratan efikasi diri dengan gaya hidup dan prevalensi lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sleman.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian dapat digunakan sebagai sumber tambahan informasi dan keahlian di bidang kesehatan terutama di bidang keperawatan gerontik dan komunitas khususnya di keperawatan medikal bedah. Terutama mengenai hubungan efikasi diri dengan gaya hidup lansia penderita hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat Bagi Lansia

Untuk mengetahui bagaimana gaya hidup, dan mengetahui tingkat efikasi diri, dan gambaran gaya hidup lansia.

b. Manfaat Bagi Puskesmas

Untuk mengetahui pevalensi hipertensi, dan puskesmas bisa mendapatkan data dari prevalensi hipertensi pada responden.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA