

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap manusia secara alamiah ketika telah mencapai umur tertentu akan mengalami keadaan penurunan secara fisiologis yang disebut lansia. Masa lansia merupakan tahap akhir siklus kehidupan yang tidak terjadi secara tiba-tiba. Pada masa ini tubuh mengalami kemunduran fisik, mental, dan social yang terjadi secara bertahap. Seorang lansia cenderung akan mengalami masalah dengan kondisi kesehatannya (Zain. Azifah, 2015).

Seiring bertambahnya usia harapan hidup, jumlah lansia di Indonesia cenderung meningkat. Jumlah lansia yang meningkat akan berdampak bertambahnya masalah, berkaitan dengan masalah kesehatan dan kesejahteraan lansia. Pemerintah perlu merumuskan kebijakan dan program yang ditujukan kepada lansia sehingga dapat berperan dalam pembangunan dan tidak menjadi beban masyarakat (Kemeskes RI, 2013). Menurut Azizah (2010, dalam Sumantri, 2014) empat penyakit yang sangat erat hubungannya dengan proses menua yaitu: gangguan sirkulasi darah (hipertensi, kelainan pembuluh darah, gangguan pembuluh darah di otak dan ginjal), gangguan metabolisme hormonal (diabetes militus, klimakterium, dan ketidakseimbangan tiroid), gangguan pensendian (orteoarthritis, gout arthritis, atau penyakit kolagen lainnya), berbagai macam neoplasma.

Hipertensi merupakan suatu penyakit kronis yang dapat merusak organ tubuh. Hipertensi juga disebut *silent killer* (pembunuh diam-diam) karena

termasuk penyakit yang mematikan tanpa disertai dengan gejala-gejala terlebih dahulu. Salah satu masalah utama dalam mengontrol hipertensi adalah dengan meningkatkan kepatuhan diit hipertensi (Puspita, 2012). Saat ini banyak penderita hipertensi tidak patuh melaksanakan diit yang diberikan kurangnya pengetahuan penderita tentang diit hipertensi (Roshid. Efendi, 2011).

Menurut Roesma, konsumsi garam rata-rata masyarakat Indonesia sebesar 15 gram/hari, sedangkan anjuran WHO maksimal 6 gram atau 1 sendok teh sehari, selain itu budaya penggunaan MSG (bumbu masak) sudah sampai pada taraf yang mengkhawatirkan, hal ini menyebabkan hipertensi di Indonesia meningkat setiap tahunnya (Suara Karya, dalam Sarasaty, 2011). Penelitian Sobel dkk (1999) menyatakan asupan natrium meningkat menyebabkan tubuh meretensi cairan yang meningkat volume darah, jantung harus memompa keras untuk mendorong volume darah yang meningkat melalui ruang yang makin sempit sehingga mengakibatkan hipertensi (Sarasaty, 2011). Kepatuhan diit rendah garam sangat diperlukan untuk mengontrol terjadinya hipertensi.

Berdasarkan dari data Dinas Kesehatan Kabupaten Jember pada 2016 Puskesmas Jelbuk merupakan puskesmas dengan hipertensi yang memiliki prevalensi tertinggi di wilayah Kabupaten Jember dengan 1799 jiwa kedua yaitu kecamatan Semboro dengan 1511 jiwa setelah itu Sabrang dengan 1114 jiwa yang menderita hipertensi. Pada Puskesmas Jelbuk terdapat 746 lansia yang menderita hipertensi yang tercatat di Puskesmas Jelbuk. Hipertensi termasuk dalam 10 besar kesakitan di daerah Jelbuk pada tahun 2016.

Menurut Feuer Stein et al(1998, dalam Tumenggung. Imran, 2013) ada beberapa faktor yang mempengaruhi kepatuhan klien termasuk kepatuhan

dalam program diit yaitu pemahaman tentang instruksi, kualitas interaksi, dukungan sosial keluarga, serta keyakinan, sikap dan kepribadian, dari keempat faktor keyakinan merupakan salah satu yang dapat memperkuat mempengaruhi kepatuhan pasien. Keyakinan tersebut disebut efikasi diri. Kepatuhan diit rendah garam memerlukan adanya efikasi diri yang tinggi.

Efikasi diri telah digunakan untuk memprediksi berbagai perilaku kesehatan termasuk kepatuhan pada pasien dengan penyakit kronis salah satunya kepatuhan diit rendah garam pada hipertensi. Menurut Bandura (1994, dalam I. P, Leya, 2015) Lansia dengan efikasi diri yang rendah akan memiliki sikap dan perilaku kurang dapat memotivasi diri, kurang mampu merubah perilaku dan kurang mampu mengelola kesehatannya. Keyakinan diri merupakan komponen yang penting untuk mencapai tujuan sehingga berhasil sehingga kepatuhan diit rendah garam dapat terimplikasikan dengan baik.

Sesuai dengan ter gambarnya masalah yang ada pada Puskesmas Jelbuk tentang hipertensi, Puskesmas Jelbuk telah mengupayakan mengaktifkan posyandu lansia yang secara rutin dilakukan satu bulan sekali di setiap desa. Peneliti memberikan alternatif lain untuk meminimalkan terjadinya hipertensi yaitu mengidentifikasi hubungan kepatuhan diit rendah garam dengan efikasi diri lansia. Diharapkan dengan adanya penelitian ini mengetahui pentingnya hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diit rendah garam dalam mengontrol hipertensi sehingga dapat meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan lansia.

Berdasarkan data diatas peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Efikasi Diri Dengan Kepatuhan Diit Rendah Garam Pada Lansia Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Jember ”.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Meningkatnya jumlah lansia maka meningkat pula masalah kesehatan salah satunya hipertensi. Salah satu masalah utama dalam mengontrol hipertensi adalah dengan meningkatkan kepatuhan diit rendah garam. Keyakinan lansia merupakan salah satu yang dapat mempengaruhi kepatuhan. Keyakinan tersebut disebut efikasi diri. Lansia dengan efikasi diri rendah akan memiliki sikap dan perilaku kurang memotivasi diri, kurang mampu merubah perilaku dan mengelola kesehatannya. Lansia dengan efikasi yang tinggi dapat merubah perilakunya untuk mengelola kesehatannya hingga berhasil.

2. Pertanyaan masalah

- a. Bagaimana efikasi diri pada lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jelbuk Kabupaten Jember?
- b. Bagaimana kepatuhan diit rendah garam pada lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jelbuk Kabupaten Jember?
- c. Adakah hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diit rendah garam pada lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jelbuk Kabupaten Jember?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pentingnya efikasi diri dengan kepatuhan diit rendah garam pada lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jelbuk Kabupaten Jember.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi efikasi diri lansia dengan hipertensi di Wilayah Kerja Jelbuk Kabupaten Jember.
- b. Mengidentifikasi kepatuhan diit rendah garam lansia dengan hipertensi di Wilayah kerja Puskesmas Jelbuk Kabupaten Jember.
- c. Menganalisis hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diit rendah garam lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jelbuk Kabupaten Jember.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi lansia

Lansia dengan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jelbuk Kabupaten Jember mengetahui pentingnya efikasi diri sehingga kepatuhan diit rendah garam terhadap hipertensi terkontrol.

2. Bagi tenaga kesehatan

Perawat komunitas dapat meningkatkan pendekatan lebih intensif memberikan motivasi tentang pentingnya efikasi diri terhadap kepatuhan diit rendah garam pada lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Jelbuk Kabupaten Jember agar kesejahteraan lansia meningkat.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan acuan penelitian berikutnya, serta memperbaiki kekurangan dalam penelitian ini.

4. Bagi penyusun

Dapat memberikan pengalaman metodologi tentang hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diit rendah garam pada lansia hipertensi.