

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Hipertensi adalah suatu kondisi tekanan darah tinggi kronis yang bahkan dapat menyebabkan kematian. (Ainurrafiq, Risnah, and Ulfa Azhar 2019). Seseorang dikatakan mengalami hipertensi jika pemeriksaan tekanan darah menunjukkan hasil diatas 140/90 mmHg (Siwi and Susanto 2020). Tanda dan gejala Hipertensi dapat berupa sakit kepala, rasa berat di tengkuk, kelelahan, mual, ansietas, dan lain lain (Rahayuningrum and Herlina 2020). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2023, hipertensi dapat meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular yang dapat berpotensi fatal. Karena mereka kurang melakukan perawatan diri dalam menjaga kesehatannya sendiri, orang dewasa adalah kelompok rentan terkena hipertensi (Rasdiyanah, Rahmatia, and Syisnawati 2022).

Menurut WHO (*World Health Organization*) menyebutkan bahwa hipertensi mencapai 36% angka kejadian di Asia Tenggara (Hariawan and Cut Mutia 2020). Menurut Badan Pusat Statistik pada Tahun 2022 Jember merupakan Kabupaten yang mana memiliki jumlah penduduk ter banyak ketiga di provinsi Jawa Timur dibandingkan dengan kota lain 2.584.233 penduduk, dan memiliki jumlah penduduk berusia produktif 15-64 tahun sebanyak 1.828.315 oleh karena itu mungkin saja terdapat beberapa faktor risiko hipertensi. Menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Jember pada

tahun 2022 kejadian hipertensi tertinggi di Kabupaten Jember ditemukan angka prevalensi sebanyak 27.648 kasus di Kecamatan Sumbersari.

Menurut Darvishpoor dkk (2019) manajemen perawatan diri terutama dipengaruhi oleh keyakinan seseorang yang dimilikinya. Ketika seseorang kurang percaya diri, mereka beralih ke mekanisme penanggulangan yang berfokus pada emosi karena mereka berpikir tidak ada yang bisa mereka lakukan untuk memperbaiki keadaan mereka (Susanti, Murtaqib, and Kushariyadi 2020). Prevalensi hipertensi yang tinggi menjadikan penyakit tidak menular yang paling mematikan atau umumnya "*The Silent Killer*". Hipertensi memerlukan penatalaksanaan jangka pasien oleh pasien. Kapasitas untuk mengenali, memahami, dan mengendalikan gejala, intervensi medis, efek samping, dan modifikasi gaya hidup pada diri sendiri dikenal sebagai manajemen diri (Susanti et al. 2022).

Untuk mengurangi risiko terjadinya komplikasi akibat kurangnya percaya diri, individu harus terlibat dalam aktivitas manajemen diri internal untuk mengelola gejala penyakit kronis, termasuk pengobatan dan pemeliharaan, aktivitas fisik, aktivitas sosial, dan modifikasi gaya hidup. Selain itu pasien harus memiliki kepercayaan diri untuk mengubah perilakunya. Seseorang dengan efikasi diri yang tinggi akan mempertahankan dirinya pada tingkat yang tinggi dan berpegang teguh pada keyakinannya.

Secara umum diyakini bahwa individu akan melakukan sesuai dengan keyakinannya terhadap masalah kesehatan untuk mencegah,

mengurangi dan mengendalikan masalah kesehatan. Teori tersebut disebut *health belief model*. Model keyakinan kesehatan adalah salah satu metode psikososial yang paling banyak digunakan untuk menjelaskan perilaku yang berhubungan dengan kesehatan. Dalam teori *health belief model* dijelaskan persepsi individu tentang kerentanan dan kepercayaan diri seseorang dengan mempertimbangkan apakah dia akan berhasil dalam melakukan perilaku tersebut (Anugrah Niskalawasti and Dinda Dwarawati 2022). Hubungan antara keyakinan dan perilaku yang berhubungan dengan kesehatan digambarkan dalam model ini. Sebaliknya, efikasi diri ialah keyakinan bahwa seseorang dapat menyelesaikan suatu tugas, menerapkan kebiasaan yang lebih sehat, dan menghentikan kebiasaan buruk (Megawaty and Syahrul 2022).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Fauziah dkk (2021) penting untuk meningkatkan efikasi diri pasien hipertensi karena berdampak positif pada manajemen perawatan diri pasien. Mempertahankan perilaku perawatan diri yang baik akan meningkatkan kualitas hidup, menurunkan resiko komplikasi serta menurunkan biaya pengobatan secara signifikan (Fauziah et al. 2021). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Romadhon dkk (2020) menyatakan bahwa semakin baik efikasi diri, maka semakin efektif perilaku perawatan diri. Memahami dan mengevaluasi situasi atau kondisi seseorang sangat penting untuk melihat efektivitas pribadi atau efikasi diri lansia menghadapi penyakitnya supaya dapat menentukan tindakan yang akan diambil untuk memperbaiki perilaku kesehatan dirinya (Romadhon et al. 2020).

Dalam penelitian Sinaga dkk (2022) menyatakan bahwa keyakinan individu merupakan hal yang mempengaruhi manajemen perawatannya sendiri (Sinaga, Sudirman, and Prihandana 2022). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Susanti dkk (2020) ditemukan bahwa semakin tinggi keyakinan seseorang maka semakin tinggi juga adaptasi terhadap perilaku perawatan diri. Efikasi diri penderita hipertensi memungkinkan mereka untuk mengambil tindakan dan berusaha untuk pulih (Susanti et al. 2020). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Setyorini (2018) agar penderita hipertensi dapat terinspirasi untuk merawat dirinya sendiri dan mencapai derajat kesehatan yang lebih tinggi, maka ia harus memiliki efikasi diri (Setyorini 2018).

## **B. Rumusan Masalah**

### **1. Pernyataan Masalah**

Penderita hipertensi harus mengelola kondisinya dalam jangka panjang. Kapasitas untuk mengenali, mengidentifikasi, dan mengendalikan gejala, intervensi medis, efek samping psikologis dan fisik, serta modifikasi pola hidup yang berhubungan dengan kondisi kronis pada diri sendiri. Penderita hipertensi memerlukan tingkat efikasi diri yang tinggi untuk mendorong dan memotivasi dirinya mencapai tujuan kesehatan guna meminimalkan terjadinya resiko.

### **2. Pertanyaan Masalah**

- a. Bagaimana tingkat efikasi diri pada klien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sumbersari?

- b. Bagaimana tingkat majemen diri pada klien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sumpesari?
- c. Apakah ada hubungan efikasi diri dengan manajemen diri pada klien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sumpesari?

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Menganalisis hubungan antara efikasi diri dengan manajemen diri pada klien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sumpesari Kabupaten Jember.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi efikasi diri klien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sumpesari Kabupaten Jember.
- b. Mengidentifikasi manajemen diri klien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sumpesari Kabupaten Jember.
- c. Menganalisis hubungan efikasi diri dengan manajemen diri pada klien hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Sumpesari Kabupaten Jember.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Instansi Kesehatan (Puskesmas)

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi atau masukan dalam manajemen diri harus memiliki keyakinan diri yang baik.

#### 2. Perawat

Penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dan masukan dalam pengembangan ilmu dan sebagai referensi yang bermanfaat bagi teman

sejawat khususnya dalam melaksanakan fungsi dan perannya membantu meningkatkan efikasi diri dalam melakukan manajemen diri.

### 3. Masyarakat

Penelitian ini dapat memberikan informasi atau gambaran kepada masyarakat pentingnya efikasi diri yang tinggi agar dapat melakukan manajemen diri dengan pada klien hipertensi.

### 4. Peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan salah satu referensi ataupun acuan proses pembelajaran dalam mengembangkan ilmu yang diperoleh selama masa perkuliahan.

