

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia adalah individu yang telah memasuki usia 60 tahun ke atas, yang menandai tahap akhir dari siklus kehidupan manusia. Pada kelompok usia ini, tubuh mengalami serangkaian perubahan biologis yang dapat disebut *aging process* atau proses penuaan. Proses penuaan ini ditandai dengan fungsi organ tubuh secara bertahap menurun, jumlah sel yang berkurang, dan kemampuan sel dalam menjalankan fungsinya juga akan menurun. Akibat perubahan fisiologis ini, lansia menjadi lebih rentan terhadap berbagai penyakit kronis, termasuk hipertensi (Miranti et al., 2023). Tekanan darah tinggi atau hipertensi dapat didefinisikan sebagai kondisi di mana tekanan darah sistolik konsisten pada 140 mmHg atau lebih dan tekanan darah diastolik konsisten pada 90 mmHg atau lebih. Penyakit ini disebut “pembunuh diam-diam” karena pada awalnya biasanya tidak menimbulkan gejala, tetapi dapat berakibat fatal secara tiba-tiba (Khotibul umam et al., 2023).

Hipertensi termasuk salah satu kondisi kesehatan yang paling meluas di dunia. Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) sekitar 1,28 miliar orang yang berusia 30-79 tahun menderita hipertensi, dengan sebagian besar sekitar dua pertiga tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Hampir setengah dari penderita hipertensi (46%) tidak mengetahui bahwa mereka memiliki kondisi ini, sementara hanya 42% yang telah didiagnosis dan memperoleh pengobatan. Dalam hal ini WHO

memproyeksikan bahwa pada 2025, sekitar 29% populasi dewasa akan menderita hipertensi (WHO, 2023).

Di Indonesia, dalam data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 menunjukkan kecenderungan peningkatan prevalensi penyakit tidak menular terutama hipertensi, dengan angka sebesar 34,1% pada 2023 dan diperkirakan meningkat lebih lanjut pada 2025 (Muliana et al., 2025). Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Kabupaten Semarang tahun 2024 penderita hipertensi di kabupaten semarang berjumlah 26.266 jiwa. Dibandingkan dengan tahun 2023 terjadi peningkatan jumlah penderita hipertensi di kabupaten Semarang yaitu berjumlah 25.348 jiwa. Di Kabupaten Semarang pada tahun 2024 kasus penderita hipertensi tertinggi berada di Puskesmas Tenganan dengan jumlah kasus Hipertensi 3.328 jiwa dan pada peringkat kedua ada di Puskesmas Bringin dengan jumlah 1830 jiwa (Profil Kesehatan, 2024).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan kondisi kronis yang membutuhkan pengelolaan yang konsisten. Apabila tidak dikontrol dengan baik, penyakit ini dapat menimbulkan berbagai komplikasi serius, seperti kerusakan pada jantung dan pembuluh darah, stroke, serta gagal ginjal. Lansia menjadi kelompok yang sangat rentan terhadap komplikasi tersebut karena fungsi organ dan kemampuan tubuh untuk menyesuaikan diri menurun seiring bertambahnya usia. Oleh karena itu, menjaga tekanan darah tetap berada dalam batas normal menjadi sangat penting bagi lansia, tidak hanya untuk mencegah kerusakan organ, tetapi juga untuk mengurangi risiko kematian akibat komplikasi hipertensi (Apriliani, 2025). Maka dari itu hipertensi perlu untuk dikontrol salah satunya dengan *self-care management*. Berdasarkan

hasil penelitian yang dilakukan oleh (Pae et al., 2023) terdapat hubungan yang bermakna antara *self-care management* dengan tekanan darah lansia, di mana peningkatan kemampuan *self-care management* berkontribusi pada penurunan tekanan darah.

Self-care management adalah bentuk kemampuan individu dalam merawat kesehatannya secara mandiri sesuai dengan anjuran penatalaksanaan hipertensi. Kemampuan ini lahir dari kesadaran diri dan tanggung jawab pribadi yang dapat dilakukan melalui sejumlah langkah seperti kontrol tekanan darah rutin, penerapan pola makan dan gaya hidup sehat, kepatuhan dalam minum obat, serta perilaku hidup sehat lainnya. (Kholifah & Suratini, 2023). Menurut (Arianti & Sudaryanto, 2025) dalam menjalankan *self-care management* pasien hipertensi dapat berfokus pada lima komponen yaitu integritas diri, kemampuan regulasi, interaksi dengan tenaga kesehatan maupun pihak terkait, pengawasan tekanan darah, serta mematuhi anjuran yang diberikan. Dalam penerapan *self-care management*, terdapat sejumlah faktor yang dapat memengaruhi manajemen perawatan diri pada penderita hipertensi. Faktor-faktor tersebut mencakup literasi kesehatan (*health literacy*), keyakinan diri (*self-efficacy*), pemberdayaan diri (*self-empowerment*), motivasi, persepsi individu terhadap penyakit yang dialami, pengetahuan, dukungan keluarga maupun petugas kesehatan (Rasmilasary, 2021).

Selain itu menurut (Purnama Wati et al., 2024) motivasi merupakan faktor yang berperan sangat penting dalam meningkatkan kepatuhan pengobatan serta perubahan gaya hidup pada pasien hipertensi. Secara umum,

motivasi dapat dipahami sebagai dorongan yang menggerakkan seseorang untuk berperilaku dalam mencapai tujuan tertentu (Su'ud et al., 2020). Motivasi diri memiliki peran penting dalam mendorong keterlibatan serta partisipasi pasien untuk menjalankan manajemen diri secara aktif serta perubahan perilaku gaya hidup guna mencapai tingkat kesehatan yang optimal (Rahmadanti et al., 2020). Dengan motivasi yang tinggi, pasien akan lebih sadar dan konsisten dalam menerapkan perilaku manajemen diri terkait hipertensi.

Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Wirapradnyani et al., 2025) menyatakan bahwa adanya hubungan antara motivasi dengan manajemen perawatan diri pasien hipertensi di Puskesmas 1 Denpasar dimana motivasi tergolong kategori tinggi dan manajemen perawatan diri tergolong kategori baik. Selain itu penelitian yang sama dilakukan oleh (Su'ud et al., 2020) dan didapatkan hasil adanya hubungan antara motivasi dengan *self-care management* pada pasien hipertensi jika motivasi suatu pasien tinggi maka tinggi juga *self-care management* pasien. Penelitian yang dilakukan oleh (Wandira et al., 2023) menunjukkan bahwa pada variabel motivasi, sebagian besar responden memiliki motivasi tinggi yaitu sebesar 67,7%. Sementara itu, pada variabel *self-management* ditemukan mayoritas responden berada pada kategori sedang sebesar 57,3%. Hasil analisis statistik mengindikasikan adanya hubungan antara motivasi dan *self-management* pada penderita hipertensi di UPT Puskesmas Babakan Sari dengan nilai $p=0,020$.

Penelitian sebelumnya yang meneliti mengenai topik hubungan motivasi terhadap *self-care management* hipertensi secara general saja, tidak

membedakan berdasarkan kelompok usia. Dalam penelitian ini peneliti lebih berfokus pada komunitas lansia dengan hipertensi karena lansia memiliki kecenderungan menghadapi penurunan dalam fungsi kognitif dan fisik, serta memiliki tingkat ketergantungan yang lebih tinggi dalam melakukan perawatan diri (Khoirunissa et al., 2023).

Untuk memperoleh gambaran awal mengenai kondisi lansia dengan hipertensi, peneliti melakukan studi pendahuluan pada tanggal 9 Oktober 2025 di Puskesmas Tenganan. Didapatkan hasil bahwa jumlah lansia di Puskesmas Tenganan yang mengalami hipertensi sejumlah 1050 jiwa dan yang mengikuti prolanis sejumlah 79 orang. Kondisi ini mencerminkan adanya kesenjangan antara tingginya angka kejadian hipertensi dengan keterlibatan lansia dalam program pengelolaan penyakit kronis. Prolanis dirancang untuk meningkatkan kemandirian pasien dalam pengelolaan penyakit kronis. Berdasarkan hasil studi pendahuluan, ditemukan bahwa beberapa komponen *self-care management* pada lansia hipertensi masih belum optimal. Salah satu komponen *self-care management* yang tampak pada studi pendahuluan adalah pemantauan tekanan darah, di mana sebagian lansia hanya melakukan pemeriksaan tekanan darah saat kegiatan prolanis dan belum melakukan pemantauan secara mandiri di rumah. Selain itu, pada aspek integrasi diri ditemukan masih adanya kesulitan dalam pengaturan pola makan rendah garam serta keterbatasan aktivitas fisik. Pada komponen kepatuhan terhadap pedoman yang disarankan juga terlihat belum optimal karena kepatuhan minum obat belum dilakukan secara rutin.

Temuan studi pendahuluan menunjukkan adanya faktor internal dan eksternal yang berkaitan dengan keterlibatan lansia dalam menjalankan perawatan diri. Faktor internal seperti rendahnya kesadaran diri, niat, dan kemampuan mengontrol kebiasaan hidup, serta faktor eksternal berupa kurangnya dukungan keluarga, keterbatasan akses pelayanan kesehatan, dan ketergantungan terhadap orang lain menjadi hambatan utama dalam pelaksanaan *self-care management* (Wandira et al., 2023). Kondisi tersebut menimbulkan masalah nyata di Puskesmas Tenganan yaitu adanya kesenjangan antara tujuan program prolanis yang menekankan kemandirian pasien dengan realitas perilaku lansia yang belum konsisten dalam pengelolaan hipertensi. Jika kondisi ini tidak diidentifikasi dan ditangani secara tepat, maka berpotensi meningkatkan risiko ketidakpatuhan terapi, ketidakstabilan tekanan darah, serta terjadinya komplikasi yang dapat menurunkan kualitas hidup lansia (Augusto et al., 2022). Oleh karena itu, penelitian mengenai hubungan motivasi terhadap *self-care management* pada lansia dengan hipertensi menjadi sangat penting untuk dilakukan guna memperjelas peran motivasi sebagai faktor kunci dalam keberhasilan pengelolaan hipertensi serta sebagai dasar penyusunan intervensi keperawatan yang lebih terarah dan efektif di Puskesmas Tenganan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka penulis merumuskan masalah penelitian yaitu “Hubungan Motivasi Terhadap *Self-Care Management* Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Tenganan”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan Umum dari penelitian ini adalah menganalisis Hubungan Motivasi Terhadap *Self-Care Management* Lansia Dengan Hipertensi di Puskesmas Tenganan

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui Tingkat Motivasi Pada Lansia Dengan Hipertensi di Puskesmas Tenganan
- b. Mengetahui Tingkat *Self-Care Management* Pada Lansia Dengan Hipertensi di Puskesmas Tenganan
- c. Mengetahui Hubungan Motivasi Terhadap *Self-Care Management* Pada Lansia Dengan Hipertensi di Puskesmas Tenganan

D. Manfaat

1. Teoritis

Penelitian ini dapat diharapkan dapat memberikan informasi ilmiah terkhusus dalam bidang keperawatan mengenai hubungan motivasi terhadap *self-care management* pada lansia dengan hipertensi

2. Praktis

- a. Bagi Puskesmas Tenganan

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai dasar dalam merancang intervensi, edukasi, maupun program promotif juga preventif yang dapat meningkatkan motivasi pasien lansia dengan hipertensi, serta sebagai lansia mampu melakukan *self-care management* dengan baik.

- b. Bagi Responden

Hasil penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran tentang pentingnya motivasi dalam menjalankan *self-care management* pada lansia hipertensi sehingga tekanan darahnya dapat lebih terkontrol.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi tambahan di pembelajaran mata kuliah keperawatan komunitas dan keperawatan gerontik.

d. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian dapat memberikan informasi kepada masyarakat pentingnya motivasi terhadap perilaku *self-care management* pada lansia dengan hipertensi.