

BAB I

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Hipertensi merupakan salah satu permasalahan kesehatan masyarakat paling dominan di dunia karena berkontribusi signifikan terhadap kejadian penyakit kardiovaskular, stroke, gagal ginjal, serta peningkatan mortalitas global. *World Health Organization* melaporkan bahwa lebih dari 1,28 miliar penduduk dewasa di dunia hidup dengan hipertensi, dan hampir dua pertiga di antaranya berada di negara berpendapatan rendah dan menengah (WHO, 2023). Hipertensi bertanggung jawab terhadap lebih dari 10 juta kematian setiap tahun akibat komplikasi kardiovaskular (WHO, 2023). Di Indonesia, berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, prevalensi hipertensi pada penduduk usia ≥ 18 tahun mencapai 34%, sedangkan Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 menunjukkan prevalensi sebesar 31,3% (Kemenkes RI, 2018; Kemenkes RI, 2023). Angka tersebut mengindikasikan bahwa hipertensi masih menjadi beban epidemiologis yang tinggi dan memerlukan strategi pengendalian berkelanjutan, terutama pada kelompok usia lanjut yang memiliki risiko komplikasi lebih besar.

Sejalan dengan tingginya prevalensi nasional tersebut, situasi di tingkat regional juga menunjukkan kecenderungan serupa. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah (2023) melaporkan bahwa prevalensi hipertensi pada lansia mencapai 38,2%, lebih tinggi dibandingkan rata-rata nasional. Kabupaten Semarang mencatat 18.342 kasus hipertensi pada tahun 2023 berdasarkan laporan profil kesehatan daerah (Dinkes Kabupaten Semarang, 2023). Di wilayah kerja Puskesmas Bawen, kasus hipertensi tersebar di seluruh desa dengan jumlah tertinggi di Desa Lemah Ireng sebanyak 769 kasus, diikuti Polosiri (540 kasus), Desa Bawen (515 kasus), Asinan (470 kasus), Harjosari (445 kasus), Kandangan (410 kasus), dan Sejawen (360 kasus) (Puskesmas Bawen, 2025). Data tersebut

menegaskan bahwa Desa Lemah Ireng merupakan salah satu wilayah dengan beban hipertensi yang tinggi, khususnya pada populasi lansia sebagai kelompok yang paling rentan.

Tingginya kasus hipertensi pada lansia tidak terlepas dari karakteristik fisiologis yang menyertai proses penuaan. Hipertensi lansia didefinisikan sebagai peningkatan tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg pada individu usia ≥ 60 tahun dengan mempertimbangkan kondisi klinis serta komorbiditas yang menyertai (Kemenkes RI, 2023). Kondisi ini berkaitan erat dengan perubahan struktural dan fungsional sistem kardiovaskular. Bertambahnya usia mengakibatkan penurunan elastisitas pembuluh darah, peningkatan kekakuan arteri, penurunan sensitivitas baroreseptor, serta gangguan regulasi sistem renin–angiotensin–aldosteron, yang pada akhirnya meningkatkan resistensi perifer dan tekanan sistolik secara progresif (WHO, 2023). Selain faktor usia, hipertensi pada lansia juga dipengaruhi oleh faktor risiko non-modifiable seperti jenis kelamin dan riwayat keluarga.

Selain faktor yang tidak dapat dimodifikasi tersebut, pengendalian hipertensi pada lansia juga dipengaruhi oleh berbagai faktor yang dapat diubah melalui intervensi perilaku. Pengendalian hipertensi memerlukan pendekatan komprehensif yang meliputi terapi farmakologis serta intervensi nonfarmakologis, seperti modifikasi gaya hidup, pengaturan diet rendah garam, aktivitas fisik teratur, dan manajemen stres. Faktor modifiable seperti obesitas, konsumsi garam berlebih, kurang aktivitas fisik, merokok, stres psikologis, serta kepatuhan pengobatan yang rendah turut memperburuk kondisi tekanan darah (Kemenkes RI, 2023). Kompleksitas faktor tersebut menyebabkan pengendalian hipertensi pada lansia menjadi lebih menantang dibandingkan kelompok usia produktif, sehingga diperlukan kemampuan individu dalam melakukan manajemen diri secara konsisten guna mempertahankan stabilitas tekanan darah dan mencegah komplikasi jangka panjang.

Kondisi tekanan darah yang tidak terkontrol selanjutnya berdampak pada aspek yang lebih luas, yaitu kualitas hidup lansia. Kualitas hidup pada lansia dengan hipertensi mencakup dimensi fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan sebagaimana dijelaskan dalam konsep WHOQOL-BREF yang dikembangkan oleh World Health Organization (WHO, 2020). Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menimbulkan gejala seperti sakit kepala, gangguan tidur, kelelahan, pembatasan aktivitas, serta kekhawatiran terhadap komplikasi, yang secara keseluruhan menurunkan kualitas hidup. Penelitian Zhang dkk. (2023) menunjukkan bahwa lansia dengan tekanan darah terkontrol memiliki skor kualitas hidup yang lebih tinggi dibandingkan dengan lansia yang tidak terkontrol ($p < 0,05$). Temuan ini menegaskan bahwa kualitas hidup tidak hanya ditentukan oleh parameter klinis, tetapi juga oleh bagaimana individu mampu mengelola kondisi kronis yang dialaminya.

Dalam konteks tersebut, berbagai determinan turut memengaruhi kualitas hidup lansia hipertensi, antara lain tingkat pendidikan, dukungan keluarga, lama menderita hipertensi, kepatuhan terapi, serta faktor psikologis. Salah satu determinan psikologis yang memiliki peran sentral adalah *self-efficacy*.

Self-efficacy yang diperkenalkan oleh Albert Bandura menekankan bahwa keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengorganisasi dan melaksanakan tindakan tertentu akan memengaruhi perilaku kesehatan serta keberhasilan manajemen penyakit (Bandura, 1997). Pada lansia penderita hipertensi, *self-efficacy* berperan dalam meningkatkan kepatuhan minum obat, konsistensi menjalankan diet rendah garam, keterlibatan dalam aktivitas fisik, serta kemampuan mengelola stres (Kim & Lee, 2021). Kim dan Lee (2021) menunjukkan bahwa *self-efficacy* berhubungan signifikan dengan kualitas hidup pasien hipertensi ($p = 0,001$), sementara Zhang et al. (2023) melaporkan bahwa *self-efficacy* berpengaruh terhadap peningkatan perilaku *self-care* yang berdampak pada kualitas hidup ($p < 0,05$). Di Indonesia, Wahyuni dan Sari (2022) juga menemukan

hubungan bermakna antara *self-efficacy* dan kualitas hidup lansia hipertensi ($p=0,000$). Dengan demikian, *self-efficacy* dapat dipandang sebagai faktor internal yang berkontribusi terhadap kemampuan lansia dalam mempertahankan kesejahteraan hidupnya.

Sebagai respons terhadap tingginya beban penyakit tidak menular, pemerintah melalui Kementerian Kesehatan Republik Indonesia mengembangkan program Posyandu Lansia dan Posbindu Penyakit Tidak Menular (PTM) sebagai upaya promotif dan preventif, termasuk skrining tekanan darah secara rutin serta edukasi kesehatan berbasis masyarakat (Kemenkes RI, 2023). Namun demikian, meskipun program tersebut telah berjalan, prevalensi hipertensi pada lansia di beberapa wilayah masih tergolong tinggi. Di Desa Lemah Ireng, berdasarkan laporan Puskesmas Bawen periode Januari–Oktober 2025, jumlah penderita hipertensi tercatat sebanyak 769 orang, dengan proporsi yang signifikan berada pada kelompok lansia (Puskesmas Bawen, 2025). Kondisi ini menunjukkan bahwa hipertensi masih menjadi masalah kesehatan dominan yang berpotensi memengaruhi kualitas hidup lansia apabila tidak dikendalikan secara optimal.

Berkaitan dengan kondisi tersebut, hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 10 Oktober 2025 terhadap 10 lansia penderita hipertensi di Desa Lemah Ireng menunjukkan bahwa 6 responden (60%) memiliki tingkat *self-efficacy* rendah. Namun, dari kelompok tersebut, 4 responden (66,7%) melaporkan kualitas hidup dalam kategori baik. Temuan ini menunjukkan adanya fenomena yang tidak sepenuhnya sejalan dengan teori, di mana *self-efficacy* yang rendah seharusnya berkorelasi dengan kualitas hidup yang lebih rendah (Kim & Lee, 2021). Perbedaan tersebut mengindikasikan kemungkinan adanya faktor lain yang turut memengaruhi kualitas hidup lansia hipertensi, seperti dukungan sosial atau karakteristik individu. Hingga saat ini, penelitian mengenai hubungan *self-efficacy* dan kualitas hidup pada lansia hipertensi di wilayah pedesaan dengan beban kasus tinggi, khususnya di Desa Lemah Ireng, masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki

urgensi untuk mengkaji hubungan *self-efficacy* dengan kualitas hidup pada lansia penderita hipertensi di Desa Lemah Ireng secara lebih komprehensif guna memberikan kontribusi ilmiah dan rekomendasi praktis dalam upaya peningkatan kualitas hidup lansia penderita hipertensi.

Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah Hubungan *Self Efficacy* dengan Kualitas Hidup pada Lansia Penderita Hipertensi?”

Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Hubungan *Self Efficacy* dengan Kualitas Hidup pada Lansia Penderita Hipertensi.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi gambaran umum tingkat *Self Efficacy* pada Lansia penderita Hipertensi di Desa Lemah Ireng.
- b. Mengidentifikasi Gambaran umum tingkat Kualitas Hidup pada Lansia penderita Hipertensi di Desa Lemah Ireng.
- c. Menganalisis hubungan antara tingkat *Self Efficacy* dengan Kualitas Hidup pada Lansia penderita Hipertensi di Desa Lemah Ireng.

Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang kesehatan dan keperawatan komunitas, mengenai hubungan antara *Self Efficacy* dengan kualitas hidup penderita hipertensi. Penelitian ini juga dapat memperkuat teori-teori psikologi kesehatan dan

keperawatan, terutama terkait peran faktor psikologis dalam pengelolaan penyakit kronis. Selain itu, penelitian ini diharapkan menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji intervensi *Self Efficacy* untuk meningkatkan kualitas hidup penderita Hipertensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Penderita Hipertensi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi penderita hipertensi karena dapat meningkatkan pemahaman mereka mengenai pentingnya *Self Efficacy* dalam pengelolaan penyakit. Dengan adanya penelitian ini, pasien diharapkan lebih percaya diri dalam mematuhi pengobatan, menjaga pola makan, melakukan aktivitas fisik, serta mengelola stres. Peningkatan keyakinan diri tersebut dapat membantu pasien lebih konsisten dalam menjalani gaya hidup sehat sehingga tekanan darah lebih terkontrol dan kualitas hidup mereka menjadi lebih baik.

b. Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini bermanfaat bagi tenaga kesehatan karena dapat menjadi dasar dalam menyusun program edukasi, konseling, dan intervensi yang berfokus pada peningkatan *Self Efficacy* pasien Hipertensi. Dengan memahami peran keyakinan diri dalam pengelolaan penyakit, tenaga kesehatan dapat memberikan pendekatan yang lebih personal, memotivasi pasien untuk patuh terhadap pengobatan, serta mendorong penerapan gaya hidup sehat. Hal ini pada akhirnya membantu meningkatkan efektivitas pelayanan kesehatan dan kualitas hidup pasien Hipertensi.

3. Manfaat Aplikatif

Hasil penelitian ini dapat diaplikasikan dalam bentuk penyusunan program intervensi yang berfokus pada peningkatan kualitas hidup penderita hipertensi melalui pendekatan *Self Efficacy*. Misalnya, dengan mengembangkan kegiatan edukasi kesehatan, konseling kelompok, terapi relaksasi, serta peningkatan dukungan keluarga dan lingkungan. Selain itu, penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan dalam merancang kebijakan pelayanan kesehatan berbasis komunitas yang tidak hanya menekankan pada pengendalian tekanan darah secara medis, tetapi juga memperhatikan aspek psikologis dan sosial pasien.