

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lansia merupakan individu berusia 60 tahun ke atas yang mengalami penurunan atau perubahan pada kondisi fisik, psikologis, dan sosialnya (Luqyana, 2025). Peningkatan angka harapan hidup global memicu pertumbuhan populasi lansia yang berbanding lurus dengan tingginya prevalensi penyakit kronis, khususnya hipertensi yang risikonya terus meningkat seiring bertambahnya usia. Hipertensi juga merupakan salah satu penyebab utama yang berperan dalam meningkatkan angka kesakitan dan kematian terkait penyakit jantung dan pembuluh darah (Zhou et al., 2021). Hipertensi sering disebut sebagai *silent killer* karena biasanya tidak menunjukkan tanda-tanda yang nyata, sehingga membuat penderita baru menyadari kondisinya setelah terjadi komplikasi serius. Penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa pada lansia, hipertensi sering terdeteksi saat pemeriksaan atau ketika komplikasi muncul akibat rendahnya kontrol dan pemahaman terhadap penyakit (Ariestia, 2025).

Kurangnya kontrol tekanan darah pada pasien hipertensi juga dipengaruhi oleh rendahnya manajemen perawatan diri (*self-care management*). *Self-care management* hipertensi merupakan upaya yang dilakukan penderita hipertensi dalam mengendalikan penyakit yang dimiliki untuk mencegah terjadinya komplikasi (B. M. F. Putri & Faqih, 2025). Salah satu komponen penting dalam pelaksanaan *self-care management* adalah efikasi diri (*self-efficacy*) (Kurdi et al., 2024). Dalam konteks hipertensi,

self-efficacy merupakan cerminan dari tingkat kepercayaan diri lansia dalam mengorganisasi serta menjalankan tindakan management mandiri (*self-management*). Semakin tinggi tingkat *self-efficacy*, semakin baik pula kemampuan lansia dalam menjalankan perawatan diri secara konsisten.

Menurut data dari World Health Organization (WHO) pada tahun 2021, hingga 25 Agustus 2021 menunjukkan bahwa sekitar 1,28 miliar jiwa yang berusia 30–79 tahun menderita hipertensi. Selain itu, WHO (2019) melaporkan bahwa prevalensi hipertensi secara global mencapai 33,1%. Angka tertinggi ditemukan di wilayah *Eastern Mediterranean* dengan prevalensi sekitar 37,8%, yang meliputi beberapa negara seperti Turki, Mesir, Yordania, dan Palestina (Khafidhoh & Sari, 2024). Sebagai salah satu dari lima negara dengan jumlah lansia tertinggi di dunia, Indonesia menghadapi tantangan besar, naiknya populasi lansia diikuti oleh beragamnya gangguan kesehatan, salah satu yang paling sering adalah hipertensi atau tekanan darah tinggi. Lebih dari setengah populasi lansia di Indonesia diketahui mengalami hipertensi dengan prevalensi mencapai sekitar 57,6% (Sinaga et al., 2022). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), prevalensi penderita tekanan darah tinggi di Indonesia tercatat sebanyak 63.309.620 jiwa (34,1%), meningkat dari 25,8% pada tahun 2013. Diperkirakan hanya 1/3 kasus hipertensi di Indonesia yang terdiagnosis, dan sisanya tidak terdiagnosis (Rajati & Rosyid, 2025).

Di Jawa Timur, berdasarkan hasil Riskesdas 2018 prevalensi hipertensi sebesar 36,3%. Pada tahun 2022, data di Kabupaten Mojokerto menunjukkan

30,96% atau sekitar 99.852 penduduk yang menderita hipertensi. Selain itu, berdasarkan laporan dari Puskesmas Jatirejo, jumlah kasus hipertensi di wilayah Kecamatan Jatirejo pada tahun 2023 mencapai 6.598 kasus (K. R. Permatasari et al., 2024). Besarnya angka kejadian ini menjadi peringatan akan pentingnya efektivitas pengelolaan penyakit secara mandiri di tingkat masyarakat. Studi di Indonesia menunjukkan bahwa *self-efficacy* yang kuat pada lansia berbanding lurus dengan perilaku perawatan mandiri, seperti rutinitas konsumsi obat dan kontrol tekanan darah (Rantepadang & Hadibrata, 2023; Khoirunissa et al., 2023). Selain itu, *self-efficacy* tersebut memiliki hubungan yang signifikan dengan manajemen mandiri dalam menangani hipertensi seperti pengaturan diet dan modifikasi gaya hidup sehat, yang berkontribusi terhadap pengendalian tekanan darah jangka panjang (S. A. Putri et al., 2025; Ruswadi et al., 2023).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Rajati & Rosyid, (2025) menunjukkan bahwa dari 61 partisipan yang terlibat dalam penelitian, sebanyak 44,3% penderita hipertensi memiliki pengelolaan kesehatan yang kurang optimal. Fenomena nyata ditemukan di Desa Kunitir melalui studi pendahuluan pada 9 Maret 2026. Dari 10 lansia hipertensi yang diwawancarai, ditemukan bahwa 6 lansia menyatakan belum yakin mampu mengontrol tekanan darah secara mandiri, 2 lansia kurang memahami cara mengelola hipertensi, dan 2 lansia lainnya mengaku kesulitan menjaga pola hidup sehat secara konsisten. Selain itu, 7 di antaranya mengatakan tidak rutin memeriksa tekanan darah atau mengonsumsi obat, sedangkan 3 lansia

yang lain mengaku sudah berusaha mengikuti anjuran tenaga kesehatan dalam mengelola hipertensi. Data ini menunjukkan bahwa rendahnya kemandirian lansia di Desa Kunitir berakar pada kurangnya keyakinan diri dalam mengelola penyakit di lingkungan rumah, di mana pengawasan medis tidak seketat di rumah sakit.

Lansia dengan hipertensi memerlukan perubahan pola hidup melalui *self-care management* agar dapat beraktifitas secara optimal, pendekatan *self-care management* meliputi kepatuhan pengobatan, monitoring tekanan darah, dan integrasi diri dalam hal yang berkaitan dengan diet, aktivitas & olahraga, berhenti merokok dan alkohol (Kurdi et al., 2024). Kemampuan individu dalam manajemen penyakit dengan baik tentu memberikan dampak positif terhadap proses perawatan hipertensi pada lansia, mencegah komplikasi serta dapat meningkatkan kualitas hidup. Namun, keberhasilan *self-care management* ini sangat bergantung pada keyakinan individu terhadap pengobatan, kesembuhan serta pemilihan pengobatan yang tepat, yang dikenal sebagai *self-efficacy* (Luqyana, 2025).

Keyakinan diri (*self-efficacy*) penderita hipertensi dalam mengelola penyakitnya sangat penting untuk meningkatkan kepatuhan *self-care management*, yang secara langsung berperan dalam mengendalikan tekanan darah serta meningkatkan status kesehatan individu (B. M. F. Putri & Faqih, 2025). Manajemen diri yang baik pada pasien hipertensi memiliki hubungan positif terhadap kepatuhan minum obat dan menjadi faktor kunci dalam mencapai kontrol tekanan darah serta keberhasilan pengobatan (Wulandari et

al., 2021). Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya diketahui pasien hipertensi dengan *self-care management* dan *self-efficacy* dalam kategori yang baik memiliki tingkat kepatuhan dalam minum obat yang tinggi juga selama proses pengobatan (Andriani et al., 2023; Kendu et al., 2021). Lansia dengan *self-efficacy* tinggi mampu mengelola hipertensi melalui manajemen diri yang efektif, yang berdampak pada kepatuhan kontrol kesehatan dan gaya hidup sehat dalam jangka pendek, serta penurunan risiko komplikasi dalam jangka panjang (Waluya et al., 2025).

Oleh sebab itu, lanjut usia dengan hipertensi diharapkan mampu meningkatkan *self-care management* dengan menjalankan terapi obat sesuai anjuran, mengonsumsi diet rendah garam, berolahraga secara rutin, melakukan pemantauan tekanan darah secara berkala, mengelola stres, serta menghindari kebiasaan merokok. Upaya tersebut perlu disertai peningkatan keyakinan diri agar lansia merasa mampu dan percaya diri dalam menjalankan perawatan secara mandiri. Hal ini sejalan dengan *Self-Care Deficit Nursing Theory* dari Dorothea Orem yang menekankan bahwa individu memiliki kapasitas untuk merawat dirinya sendiri, dan peran perawat adalah memberikan dukungan edukatif (*supportive-educative system*) guna meningkatkan kemampuan serta kemandirian pasien dalam memenuhi kebutuhan perawatan diri.

Penelitian ini memiliki kebaruan pada fokus kajian hubungan antara *self-efficacy* dengan *self-care management* pada lansia dengan hipertensi di wilayah Kecamatan Jatirejo. Meskipun pada penelitian Jannah et al., (2025);

Meliyani et al., (2025); dan Sinaga et al., (2022) korelasi antara efikasi diri dan keberhasilan manajemen hipertensi telah terbukti secara signifikan, mayoritas studi tersebut masih berfokus pada lingkungan klinis rumah sakit dengan pengawasan medis yang ketat. Belum ada penelitian serupa yang mengkaji hubungan antara *self-efficacy* dengan *self-care management* pada lansia hipertensi di wilayah Kecamatan Jatirejo, khususnya di Desa Kunitir. Di sisi lain, fenomena di Desa Kunitir memperlihatkan diskrepansi antara tingginya prevalensi hipertensi dengan rendahnya kemandirian lansia dalam mengatur pola makan serta aktivitas fisik di rumah. Oleh sebab itu, urgensi penelitian ini terletak pada upaya menutup celah informasi mengenai peran efikasi diri dalam manajemen mandiri lansia di lingkungan pedesaan, sekaligus menjadi fondasi dalam merancang program kesehatan komunitas yang lebih adaptif dan tepat sasaran.

1.2 Rumusan masalah

Hipertensi merupakan tantangan kesehatan utama bagi lansia di Indonesia, khususnya di wilayah Mojokerto, karena sering tidak bergejala hingga memicu komplikasi serius. Pengendalian penyakit ini sangat bergantung pada disiplin *self-care management* (seperti patuh minum obat dan pengaturan pola makan), yang pelaksanaannya sangat ditentukan oleh tingkat keyakinan diri (*self-efficacy*) lansia dalam mengelola kesehatannya secara mandiri.

Fenomena di Desa Kunitir menunjukkan bahwa rendahnya kemandirian lansia dalam mengontrol tekanan darah akibat kurangnya

keyakinan diri di lingkungan rumah yang minim pengawasan medis. Penelitian ini berfokus pada hubungan antara efikasi diri dan manajemen perawatan mandiri di pedesaan. Dengan landasan teori Dorothea Orem, kajian ini diharapkan mampu menjadi dasar pengembangan program edukasi komunitas yang lebih tepat sasaran bagi lansia di Kecamatan Jatirejo.

Berdasarkan uraian tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah terdapat hubungan antara tingkat *self-efficacy* dengan *self-care management* pada lansia penderita hipertensi di Desa Kunitir Kecamatan Jatirejo Kabupaten Mojokerto?

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan *self-efficacy* dengan *self-care management* pada lansia penderita hipertensi di Desa Kunitir Kecamatan Jatirejo Kabupaten Mojokerto

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi *self-efficacy* pada lansia penderita hipertensi di Desa Kunitir Kecamatan Jatirejo Kabupaten Mojokerto
2. Mengidentifikasi *self-care management* pada lansia penderita hipertensi di Desa Kunitir Kecamatan Jatirejo Kabupaten Mojokerto
3. Menganalisis hubungan *self-efficacy* dengan *self-care management* pada lansia penderita hipertensi di Desa Kunitir Kecamatan Jatirejo Kabupaten Mojokerto

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Lansia

Penelitian ini diharapkan memberi informasi kepada lansia mengenai pentingnya *self-efficacy* dalam meningkatkan kemampuan *self-care management* pada hipertensi. Dengan meningkatnya kepercayaan diri, lansia diharapkan menjadi lebih termotivasi dan konsisten mengelola tekanan darah, sehingga dapat mencegah terjadinya komplikasi serta meningkatkan kualitas hidup.

1.4.2 Bagi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan menjadi referensi ilmiah bagi pengembangan ilmu keperawatan gerontik dan komunitas, serta menjadi dasar pertimbangan bagi peneliti selanjutnya untuk mengkaji lebih dalam mengenai hubungan antara efikasi diri dan manajemen perawatan diri pada lansia dengan hipertensi.

1.4.3 Bagi Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini diharapkan menjadi acuan tenaga kesehatan, terutama perawat, dalam menyusun program edukasi dan intervensi untuk meningkatkan efikasi guna mendukung *self-care management* optimal pada lansia penderita hipertensi. Hal ini diharapkan membantu pengendalian tekanan darah secara efektif dan menurunkan risiko komplikasi.