

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

(World Health Organization 2022) WHO 2022 mengatakan bahwa diperkirakan setidaknya 1 dari 60 orang di dunia akan berusia 60 tahun atau lebih pada tahun 2030. Saat ini, proporsi penduduk berusia 60 tahun akan meningkat dari 1 milyar pada tahun 2020 menjadi 1,4 milyar. Populasi penduduk berusia 60 tahun keatas di dunia akan berlipat ganda menjadi 2,1 milyar pada tahun 2050. PBB melaporkan bahwa Indonesia adalah negara dengan jumlah penduduk lansia terbanyak ke-8.

Menurut data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2022, jumlah lansia (lanjut usia) di Indonesia terus mengalami peningkatan. Jumlah lansia di Indonesia pada tahun 2022 diperkirakan mencapai sekitar 80 juta jiwa menurut Kemenkes RI. Angka ini menunjukkan peningkatan signifikan dalam populasi lansia di negara ini. Berdasarkan Sensus Penduduk Indonesia pada 2023, hampir 12 persen atau sekitar 29 juta penduduk Indonesia masuk kategori lansia. Diperkirakan jumlah lansia di Indonesia akan terus meningkat hingga 2045.

Menurut Badan Pusat Statistik (2023), lansia di Sumatera Barat berjumlah 11,16% dari jumlah penduduk di Indonesia. Populasi lansia di Sumatera Barat pada tahun 2020 sebanyak 579.051 jiwa, 2021 sebanyak 603.360 jiwa, dan pada tahun 2022 menjadi 629.493 jiwa. Peningkatan jumlah lansia tersebut akan menimbulkan penurunan derajat kesehatan. Kondisi kesehatan lansia menjadi

fokus utama, termasuk tantangan yang mereka hadapi, seperti penyakit degeneratif, kesehatan mental, dan akses terhadap layanan kesehatan

Menurut data BPS tahun 2022 ada sekitar 92.259 orang lanjut usia (lansia) tinggal di Kota Padang saat ini, atau sekitar 10,1% dari total penduduk kota Padang. Selain itu, dengan populasi yang lebih tua, wajar jika kondisi kesehatan, potensi ekonomi, keadaan sosial, dan akses penduduk lanjut usia terhadap berbagai perlindungan dan pemberdayaan untuk meningkatkan kualitas hidupnya harus lebih diperhatikan karena lansia sudah mengalami penurunan berbagai fungsi kesehatan.

Lanjut usia merupakan kelompok yang paling mudah dan banyak terjangkit masalah kesehatan, semakin bertambah usia maka semakin menurun daya tahan tubuh pada orang tersebut. Pada tahap ini individu mengalami banyak perubahan, baik secara fisik maupun mental menurut (Akbar, et al., 2020) dalam (Fredy Akbar, Darmiati, 2021). Peningkatan jumlah lansia dapat menimbulkan berbagai masalah jika tidak diimbangi dengan kesejahteraan dan kesehatan. Pada usia tersebut lansia mengalami penurunan fungsi imun tubuh termasuk penurunan fungsi jantung yang salah satu penyakitnya yaitu hipertensi (F. Akbar et al., 2020).

Hipertensi merupakan salah satu penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Menurut WHO, sekitar 1,13 milyar orang di seluruh dunia mempunyai penyakit hipertensi, dimana satu dari lima orang mengidap hipertensi dan biasanya lebih menyerang pada negara berpenghasilan rendah dan menengah. Masalah ini kemungkinan akan meningkat di tahun 2025 dan beberapa negara

akan menetapkan target dalam pengurangan prevalensi tekanan darah tinggi sekitar 25% dari prevalensi (WHO, 2020).

Penyakit hipertensi ini menyebabkan 62% penyakit kardiovaskuler dan 49% penyakit jantung. Penyakit ini membunuh 9,4 juta jiwa setiap tahunnya (Dwi Lestari Mukti Palupi, 2021). Jumlah penyandang hipertensi terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan pada tahun 2025 akan ada 1,5 Miliar orang yang terkena hipertensi, dan diperkirakan setiap tahunnya 10,44 juta orang meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya (Kemenkes Republik Indonesia, 2020; Mills et al., 2020). Data Kementerian Kesehatan RI (2021) menunjukkan perkiraan jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebanyak 309.620 kasus dan jumlah kematian akibat hipertensi di Indonesia sebanyak 427.218 kasus.

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Padang (2022) penyakit hipertensi pada lansia sudah mencapai jumlah 156.870 kasus di Provinsi Sumatera Barat. Kota Padang menjadi wilayah dengan jumlah kasus hipertensi tertinggi yaitu sebanyak 162.979 kasus. Hipertensi pada lansia sering ditemukan karena orang-orang yang sudah berusia paruh baya atau lansia sangat berisiko terkena hipertensi (Marlita et al., 2022). Tekanan darah merupakan salah satu faktor yang berpengaruh pada sistem peredaran darah (Andri et al., 2021; Andari et al., 2021). Hal tersebut disebabkan satu atau beberapa faktor risiko yang tidak berjalan sebagaimana mestinya dalam mempertahankan tekanan darah secara normal (Julliet, 2020; Lestari, 2021).

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang membutuhkan manajemen diri. Manajemen diri merupakan kemampuan individu untuk mendeteksi atau

mengenai gejala, pengobatan, konsekuensi fisik dan psikologis dan perubahan gaya hidup yang terkait dengan penyakit kronis (Maria et al., 2022). Penyakit hipertensi membutuhkan manajemen diri jangka panjang bagi penderitanya. Manajemen diri pada hipertensi ini berkaitan erat dengan bagaimana sikap penderitanya, dimana jika gagal dalam melaksanakan manajemen perawatan diri akan mengakibatkan terjadinya berbagai komplikasi yang berbahaya (Salami, 2021).

Manajemen diri adalah suatu perilaku dan kemampuan individu dalam mengontrol kesehatannya secara efektif. Manajemen diri mengacu pada individu dalam melakukan perawatan diri atau mengendalikan kondisi kesehatan baik dari segi fisik, psikososial termasuk perubahan gaya hidup. Manajemen diri pada pasien hipertensi dapat dilakukan dengan menerapkan 5 komponen yang terdiri dari integritas diri, regulasi diri, interaksi dengan tenaga kesehatan terkait, pemantauan diri dan kepatuhan terhadap aturan yang telah dianjurkan oleh tenaga kesehatan terkait (Kurniah, 2020).

Manajemen diri merupakan suatu proses perilaku yang dilakukan untuk mencegah keparahan dan melibatkan proses pengambilan keputusan dimana penderita hipertensi dapat mengevaluasi dan mengatasi gejala penyakit ketika penyakit terjadi (Rantepadang et al., 2023). Menurut Hamiidah et al., (2024) manajemen diri sangat penting bagi lansia hipertensi, karena jika lansia hipertensi tidak patuh terhadap anjuran dari tenaga kesehatan, maka kemungkinan akan sulit untuk mengontrol tekanan darah dan berisiko terkena komplikasi penyakit hipertensi. Kesadaran lansia hipertensi akan penyakit

hipertensi dan komplikasi juga memegang peran penting pada kemauan, kemampuan, dan sikap positif pada pasien hipertensi untuk melakukan manajemen diri hipertensi dengan benar (Augusto et al., 2022).

Lansia hipertensi dengan manajemen diri yang baik pasti memiliki pengetahuan, keterampilan dan kepercayaan diri yang baik pula untuk mengelola kesehatannya dan mengubah perilaku misalnya dalam menerapkan gaya hidup sehat. Lansia yang melakukan gaya hidup sehat akan maksimal dalam mengelola hipertensi. (Daud et al., 2020). Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi manajemen diri pada lansia hipertensi antara lain pengetahuan lansia, tingkat pendidikan, dukungan sosial, *self efficacy* dan lama menderita hipertensi (Sakinah et al., 2020).

Berkaitan dengan manajemen diri, *self efficacy* diperlukan untuk mengatur dan mengintegrasikan perilaku manajemen diri baik terhadap fisik, sosial, dan emosional guna menciptakan solusi dalam menghadapi masalah pada kehidupan sehari-hari (Yoo et al., 2020). *Self efficacy* didefinisikan oleh Bandura (1997) sebagai keyakinan seseorang pada kemampuannya untuk mengatur dan berhasil dalam menyelesaikan tugas yang diinginkan. *Self Efficacy* adalah sikap terhadap kemampuan diri sendiri yang menghasilkan keinginan juga rasa percaya diri yang kuat didalam kehidupan sehari-hari. *Self Efficacy* sendiri disebut sebagai faktor terpenting didalam perubahan seorang yaitu keinginan untuk sembuh pada pasien penyakit kronis (Fatmawati et al., 2021).

Self efficacy sangat diperlukan untuk menunjang kemauan atau keyakinan para lansia hipertensi agar mampu menerapkan manajemen diri dalam

kehidupan sehari-hari sehingga mencegah agar penyakit hipertensi tidak bertambah parah (Rantepadang et al., 2023). Lansia hipertensi dengan *self efficacy* yang tinggi memiliki keyakinan dalam mengontrol tekanan darah sesuai dengan tujuan, sedangkan individu dengan *self efficacy* yang rendah tidak memiliki keyakinan dalam mengontrol tekanan darah sesuai dengan tujuan yang ditetapkan (Rusminingsih et al., 2021). Meningkatnya tingkat efikasi diri pasien sebanding dengan hasil manajemen perawatan dirinya (Ayunarwanti, 2020).

Tingginya tingkat *self efficacy* tidak lepas dari faktor yang mempengaruhi seperti budaya, status atau peran individu dalam lingkungan, informasi tentang kemampuan diri (Ayu Pertiwiningrum, 2021). *Self efficacy* merupakan faktor penting dalam manajemen diri dengan membangun keyakinan penderita terhadap kemampuannya dalam mempengaruhi hasil yang ingin dicapai. Penderita hipertensi harus mempunyai *self efficacy* yang tinggi agar termotivasi untuk mencapai kualitas kesehatan yang lebih baik, dan patuh melaksanakan manajemen hipertensi sehingga dapat mencegah terjadinya komplikasi (Herabare et al., 2021).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Susanti et al., 2022) menunjukkan bahwa dari 105 (100%) responden yang memiliki *self efficacy* yang tinggi terdapat 74 (70,5%) yang memiliki manajemen diri kategori sedang, dan terdapat 1 (1,0%) responden yang memiliki manajemen diri kategori kurang. Dari 198 (100%) responden yang memiliki *self efficacy* yang rendah terdapat 148 (74,7%) yang memiliki manajemen diri kategori sedang, dan terdapat 10 (5,1%) responden yang memiliki manajemen diri yang baik.

Hasil penelitian oleh (Rajati et al., 2025) menunjukkan bahwa sebanyak 174 (74.5%) responden memiliki *self efficacy* yang baik, 72 (29.1%) orang memiliki *self efficacy* yang cukup dan 1 orang (0.4%) memiliki *self efficacy* yang buruk. sebagian besar memiliki manajemen diri yang baik, yaitu sebanyak 199 (80.6%), kemudian 47 (19.0%) orang memiliki manajemen yang cukup dan satu (0.4%) orang memiliki manajemen yang kurang. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Sinaga et al., 2022) menunjukkan bahwa dari total 54 responden, sebanyak 37 responden (68,5%) memiliki efikasi diri yang baik dengan manajemen diri yang baik sebanyak 35 orang (64,8%), sebanyak 17 responden (31,5%) memiliki efikasi diri yang kurang dengan manajemen diri yang kurang sebanyak 19 orang (35,2%).

Menurut Dinas Kesehatan Kota Padang Tahun 2024, Puskesmas Belimbing merupakan Puskesmas dengan Tingkat hipertensi tertinggi pada lansia di Kota Padang, maka dari itu peneliti mengambil tempat penelitian di Puskesmas ini. Berdasarkan survey awal yang peneliti lakukan di Puskesmas Belimbing Padang pada tanggal 4 Maret 2025 dengan wawancara menggunakan kuesioner kepada 10 responden yang berkunjung ke Puskesmas Belimbing Padang didapatkan data dari 6 responden yang memiliki *self efficacy* rendah terdapat 5 responden yang memiliki manajemen diri kurang baik dan 1 responden yang memiliki manajemen diri baik dan didapatkan data bahwa dari 4 responden yang memiliki *self efficacy* tinggi terdapat 3 responden yang memiliki manajemen diri baik dan terdapat 1 responden yang memiliki manajemen diri kurang baik. Berdasarkan latar belakang tersebut bahwasanya

peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan *self efficacy* dengan manajemen diri pada lansia hipertensi di Puskesmas Belimbing Tahun 2025.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah penelitian ini apakah ada “Hubungan *Self Efficacy* dengan Manajemen Diri pada Lansia Hipertensi di Puskesmas Belimbing Tahun 2025 ?”

C. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan latar belakang serta rumusan masalah yang telah diuraikan, maka tujuan dari penelitian ini ialah :

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Hubungan *Self Efficacy* dengan Manajemen Diri pada Lansia Hipertensi di Puskesmas Belimbing Tahun 2025

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya Distribusi Frekuensi *Self Efficacy* pada Lansia Hipertensi di Puskesmas Belimbing Tahun 2025.
- b. Diketuinya Distribusi Frekuensi Manajemen Diri pada Lansia Hipertensi di Puskesmas Belimbing Tahun 2025.
- c. Diketuinya Hubungan *Self Efficacy* dengan Manajemen Diri pada Lansia Hipertensi di Puskesmas Belimbing Tahun 2025.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

a. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan tambahan referensi di bidang ilmu keperawatan terutama tentang hubungan *self efficacy* dengan manajemen diri pada lansia hipertensi di Puskesmas Belimbing tahun 2025 bagi peneliti selanjutnya.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dipergunakan sebagai pembanding bagi penelitian selanjutnya untuk referensi dan menyempurnakan penelitian yang akan datang.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan referensi tentang hubungan *self efficacy* dengan manajemen diri pada lansia hipertensi di Puskesmas Belimbing tahun 2025 di perpustakaan.

b. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan menjadi acuan bagi puskesmas belimbing untuk mengetahui *self efficacy* pada lansia hipertensi. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan bagi para praktis maupun institusi tempat penelitian mengenai hubungan *self efficacy* dengan manajemen diri pada lansia hipertensi di Puskesmas Belimbing tahun 2025.

E. Ruang lingkup Penelitian

Ruang lingkup pada penelitian ini membahas tentang Hubungan *Self Efficacy* dengan Manajemen Diri pada Lansia Hipertensi di Puskesmas Belimbing Padang Tahun 2025. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Variabel independen adalah *self efficacy* dan variabel dependen adalah manajemen diri. Penelitian dilaksanakan bulan Maret-Juli 2025. Pengumpulan data tanggal 15 s/d 24 Juli 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia hipertensi dengan usia 60 tahun keatas yang berkunjung ke Puskesmas Belimbing Padang yang berjumlah 445 orang dengan jumlah sampel sebanyak 82 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan dengan wawancara menggunakan kuesioner kepada responden dan diolah dengan analisa univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi square*.