

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi merupakan kelainan sistem sirkulasi darah yang menimbulkan peningkatan tekanan darah diatas nilai normal atau tekanan darah $\geq 140/90$ mmHg. Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg pada dua kali pengukuran dengan selang waktu lima menit dalam keadaan cukup istirahat/tenang. Saat ini masyarakat mengalami transisi epidemiologi (perubahan pola penyakit) dari penyakit yang menular kemudian beralih menjadi penyakit tidak menular (PTM) misalnya hipertensi, diabetes melitus, dan kanker (Kemenkes RI, 2014). Beberapa orang terkadang tidak menyadari jika memiliki hipertensi dikarenakan hipertensi tidak memiliki gejala yang khas sehingga dijuluki sebagai *silent killer* atau pembunuh diam-diam (Arifin *et al.*, 2016)

Hipertensi merupakan salah satu penyebab penyakit kardiovaskular yang paling banyak disandang masyarakat. Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2015 menunjukkan sekitar 1,13 Miliar orang di dunia menyandang hipertensi, artinya 1 dari 3 orang di dunia terdiagnosis hipertensi. *Institute for Health Metrics and Evaluation* (IHME) menyatakan pada tahun 2019, sepuluh penyebab utama kematian berdasarkan angka *Disability Adjust Life Years* (DALYs) pada kelompok

usia 50-74 tahun dan 75 tahun ke atas di dunia disebabkan oleh penyakit stroke dan jantung iskemik menempati peringkat pertama dan kedua, masing-masing pada kedua kelompok umur. IHMSE menyebutkan pada tahun 2017 penyebab kematian di Indonesia disebabkan oleh stroke, diikuti dengan penyakit jantung iskemik, serta diabetes di urutan ke 3 (Abbfati *et al.*, 2020).

Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 diketahui bahwa prevalensi hipertensi mengalami peningkatan sebesar 8,31%, dari sebelumnya 25,8% (Kemenkes RI, 2013) menjadi 34,11% (Kemenkes RI, 2018). Prevalensi hipertensi nasional menurut Riskesdas 2018 berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk usia ≥ 18 tahun sebesar 34,1%, tertinggi di Kalimantan Selatan (44.1%), sedangkan prevalensi hipertensi di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) menempati posisi keempat nasional dengan persentase sebesar 11,0% atau lebih tinggi jika dibandingkan dengan angka nasional (8,8%). Prevalensi ini menempatkan DIY pada urutan ke-4 sebagai provinsi dengan kasus hipertensi yang tinggi. Estimasi jumlah kasus hipertensi di Indonesia sebesar 63.309.620 orang, sedangkan angka kematian di Indonesia akibat hipertensi sebesar 427.218 kematian (Kemenkes RI, 2018). Sedangkan berdasarkan hasil laporan Standar Pelayanan Minimal (SPM) Penyakit Tidak Menular Puskesmas (PTM) Tahun 2020, prevalensi penderita hipertensi usia ≥ 15 tahun di dalam wilayah kerja yang mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar di Kota Yogyakarta pada tahun 2019 tertinggi ada pada puskesmas Tegalrejo

dengan jumlah sasaran dan capaian sebanyak 2.599 orang. Berdasarkan prevalensi penderita hipertensi di atas, maka hipertensi digolongkan dalam penyakit kronik yang penting untuk diperhatikan. Apabila tidak ditangani, hipertensi akan merusak suatu organ target dan memicu munculnya stroke, terjadinya penyakit jantung koroner hingga berujung pada kematian.

Pada saat ini Kementerian Kesehatan Republik Indonesia telah menyusun kebijakan berupa manajemen pencegahan dan pengendalian hipertensi dan perhitungan serta pencapaian SPM hipertensi. Implementasi kebijakan sebagai bentuk pencegahan dan pengendalian hipertensi dilakukan dalam bentuk peningkatan promosi kesehatan melalui KIE dalam pengendalian hipertensi dengan perilaku CERDIK dan PATUH; meningkatkan pencegahan dan pengendalian hipertensi berbasis masyarakat dengan *Self Awareness* melalui pengukuran tekanan darah secara rutin; penguatan pelayanan kesehatan khususnya hipertensi (Kemenkes RI, 2019).

Berbagai upaya telah dilakukan pemerintah, antara lain perluasan akses ke Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (FKTP), perbaikan proses rujukan, dan peningkatan standar pelayanan. Melalui Pelayanan Terpadu (PANDU) PTM, pemberdayaan masyarakat dalam deteksi dini dan pemantauan faktor risiko hipertensi melalui Posbindu PTM yang diadakan di masyarakat, di tempat kerja, dan di instansi, dilakukan sebagai salah satu upaya pencegahan komplikasi Hipertensi Jantung dan Pembuluh Darah di FKTP setempat.

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang membutuhkan pengobatan dilakukan seumur hidup. Namun, hal yang sering menjadi masalah dalam terapi penyakit kronik yaitu ketidakpatuhan pada pengobatan. Berdasarkan data Riskesdas 2018 dari 8,8% penderita hipertensi sebanyak 32,3% tidak rutin minum obat dan 13,3% tidak minum obat. Sementara itu, pengobatan hanya akan efektif apabila pasien mematuhi aturan dalam penggunaan obat dokter (Dhewi *et al.*, 2011). Hampir setiap tahun di seluruh dunia ada 7 juta orang meninggal diakibatkan oleh Hipertensi (Haldar, 2013). Oleh karena itu, penting untuk penderita hipertensi supaya mematuhi pengobatan demi menghindari komplikasi lebih lanjut. Kepatuhan minum obat dapat terjadi pada penderita hipertensi jika penderita memiliki keyakinan untuk sembuh yang kuat. Keyakinan ini disebut dengan *self-efficacy*.

Self-efficacy atau efikasi diri adalah teori kognitif yang dikembangkan oleh Albert Bandura. *Self-efficacy* didefinisikan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mengatur dan menyelesaikan tugas-tugas tertentu yang dibutuhkan untuk mendapatkan hasil sesuai yang diharapkan. *Self-efficacy* pasien hipertensi berfokus pada keyakinan pasien bahwa mereka dapat melakukan perilaku yang mendukung stabilitas penyakitnya dan dapat meningkatkan perawatan diri hipertensi secara umum, seperti diet, olahraga, obat-obatan, kontrol tekanan darah, dan olahraga. Penelitian Lee *et al.*, (2009) menemukan bahwa dalam melakukan manajemen atau pengelolaan perawatan diri,

efikasi diri (*self-efficacy*) merupakan faktor yang paling dominan dalam pengelolaan hipertensi. Semakin tinggi efikasi diri seseorang, maka semakin baik hasil manajemen perawatan diri. Hasil penelitian dari Permatasari *et al.*, (2014) menyatakan dalam melakukan perawatan diri, *self-efficacy* merupakan faktor yang paling dominan dalam pengelolaan hipertensi. Kualitas hidup akan lebih baik ketika individu mampu menerima penyakit yang dialami dan patuh terhadap pengobatan. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa *self-efficacy* merupakan faktor utama yang mempengaruhi perawatan diri penyakit kronis.

Setiap individu selama hidupnya tidak akan terlepas dari adanya stress. Stress didefinisikan sebagai suatu keadaan gangguan mental-emosional yang tidak boleh dianggap enteng dan segera diobati (Tarniyah & Hidayati, 2021). Manakala suatu individu dihadapkan dalam situasi *stress* maka secara otomatis individu itu akan berusaha untuk mengurangi atau menghilangkan perasaan *stress* yang dihadapinya. Usaha seseorang dalam mengatasi dan mengendalikan masalah secara kognitif maupun perilaku menuju keadaan yang lebih baik disebut dengan *coping stress*. *Coping stress* atau strategi koping merupakan suatu perubahan yang dibuat oleh seseorang berupa sikap, pikiran, dan perasaan sebagai respon terhadap stressor yang sedang dihadapinya. Lazarus dan Folkman (1984) membagi dua metode koping (penanggulangan) yang dilakukan ketika menghadapi stres yaitu (1) *problem-focused coping* (penanggulangan berfokus pada masalah) dan (2) *emotion-focused coping* (penanggulangan

berfokus pada emosi). Jenis koping yang dilakukan oleh pasien berpengaruh terhadap menghadapi ketegangan atau stress selama menderita hipertensi. Setiap individu memiliki metode koping yang berbeda saat menghadapi situasi yang menekan mereka. Ketika individu tidak bisa mengelola ketegangan, maka individu itu memiliki mekanisme koping yang maladaptif. Strategi koping yang tidak baik akan mempengaruhi kualitas hidup individu tersebut. Sedangkan ketika individu tersebut dapat beradaptasi dengan tekanan yang dihadapi dan menuju kehidupan yang lebih baik maka individu itu memiliki mekanisme strategi koping yang adaptif.

Strategi koping sebagai cara seseorang dalam menghadapi masalah sangat dipengaruhi oleh keyakinan mereka sendiri. Keyakinan pada diri sendiri dikenal dengan konsep *self-efficacy* (Rachmawati *et al.*, 2021). Dalam hal perilaku, *self-efficacy* dapat mempengaruhi pilihan aktivitas seseorang. Tingkat efikasi diri dapat meningkatkan atau menghambat motivasi, sedangkan efikasi diri yang rendah dikaitkan dengan stres, depresi, kecemasan, dan ketidakberdayaan (Zulkosky, 2009). Oleh sebab itu, supaya penderita hipertensi dapat menerapkan strategi koping yang efektif, maka akan dibutuhkan adanya *self-efficacy* yang akan membentuk perilaku individu dalam mengatasi situasi dan emosinya. Strategi koping yang efektif akan menentukan kemampuan seseorang dalam beradaptasi dengan baik terhadap situasi yang menekan. Diterapkannya strategi koping yang efektif pada individu terutama pasien hipertensi akan membuat

pasien mampu untuk melakukan aktivitas yang berguna untuk meningkatkan dan menjaga kesehatan terutama dalam hal pengendalian tekanan darah.

Islam menekankan kepada umatnya untuk mengetahui betapa pentingnya kesehatan dalam hidup. Allah memerintahkan untuk menjaga kesehatan dan kebersihan fisik, namun juga memerintahkan untuk menjaga kesehatan mental dan jiwa. Allah mengajarkan kepada manusia untuk menjaga kesehatan fisik dengan menjaga makanan dan minuman yang dikonsumsi. Seperti yang tercantum dalam terjemahan surah Al-Maidah ayat 3 yang artinya:

“Diharamkan bagimu (memakan) bangkai, darah, daging babi, (daging hewan) yang disembelih atas nama selain Allah, yang tercekik, yang terpukul, yang jatuh, yang ditanduk, dan diterkam binatang buas, kecuali yang sempat kamu menyembelinya, dan (diharamkan bagimu) yang disembelih untuk berhala. Dan (diharamkan juga) mengundi nasib dengan anak panah, (mengundi nasib dengan anak panah itu) adalah kefasikan. Pada hari ini orang-orang kafir telah putus asa untuk (mengalahkan) agamamu, sebab itu janganlah kamu takut kepada mereka dan takutlah kepada-Ku. Pada hari ini telah Kusempurnakan untuk kamu agamamu, dan telah Ku-cukupkan kepadamu nikmat-Ku, dan telah Kuridhai Islam itu jadi agama bagimu. Maka barang siapa terpaksa karena kelaparan tanpa sengaja berbuat dosa, sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang”.

Ayat tersebut menjelaskan bahwa umat Muslim, dalam memenuhi kebutuhan fisiknya akan terikat oleh syariah. Al-Qur'an surah Al-Maidah ayat 3 menyebutkan aturan untuk tidak makan daging, darah, babi (daging hewan) yang disembelih dengan nama selain Allah, dicekik, dipukuli, ditumbangkan, ditanduk dan dipotong rangkanya. oleh binatang buas, kecuali yang kamu bunuh, dan (yang diharamkan) dibunuh karena

kemusyrikan. Selain itu, juga dilarang minum alcohol atau *khamr* seperti yang dijelaskan pada hadist Riwayat Muslim no. 1984 yang berbunyi “Dia pernah bertanya kepada Nabi shallallahu ‘alaihi wasallam mengenai khamar, maka beliau pun melarangnya atau benci membuatnya. Lalu dia berkata, “Saya membuatnya hanya untuk obat.” Maka beliau bersabda:

“Khamar itu bukanlah obat, akan tetapi dia adalah penyakit”.

Makanan dan minuman tersebut kemudian diizinkan oleh Allah SWT kepada mereka yang dalam kondisi terpaksa, hanya untuk menopang kehidupan karena jika tidak memakannya, seseorang bisa mati (Fadliyanur, 2018). Pasien dengan hipertensi tentu perlu menjaga asupan makanan dan juga gaya hidup yang sehat agar mampu mengendalikan tekanan darahnya dan mencegah komplikasi lanjut yang mungkin akan terjadi.

Studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Tegalrejo diketahui bahwa ada 2.559 pasien sepanjang tahun 2020 terdiagnosa hipertensi. Jumlah penderita hipertensi selama Juli-September didapatkan sebanyak 344 pasien. Hasil wawancara dengan penderita hipertensi yang melakukan pemeriksaan di Puskesmas Tegalrejo diketahui pasien mengalami hipertensi selama 1-3 tahun. Hasil interview dengan dua orang pasien tanggal 21 Oktober 2022 diperoleh data bahwa pasien sudah menderita hipertensi selama 1-3 tahun. Pasien mengatakan bosan mengkonsumsi obat hipertensi, sehingga pernah memutuskan untuk tidak rutin minum obat untuk mengontrol gula darahnya. Kedua pasien yang

diwawancara sama-sama susah untuk menghindari mengkonsumsi goreng-gorengan, namun mulai membatasi makanan yang asin-asin. Akibat tidak teratur minum obat, membuat tekanan darah pasien menjadi tinggi dan akhirnya membuat pasien datang ke puskesmas untuk memeriksakan diri. Namun, saat ini pasien mencoba untuk menaati perintah dokter karena ingin memiliki umur panjang. Pasien juga meyakini jika menaati anjuran dokter, pasien bisa merasakan sehat dan tekanan darahnya kembali stabil.

Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti apakah terdapat hubungan antara *self-efficacy* terhadap strategi coping pada pasien yang menderita hipertensi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, hipertensi merupakan penyakit kronis yang paling mendasari munculnya penyakit kardiovaskuler di Indonesia seperti stroke dan jantung iskemik. Kejadian hipertensi cenderung semakin meningkat setiap tahunnya. Prevalensi penyakit hipertensi berdasarkan Riskesdas 2018 sebanyak 34,11% dari total populasi. Sementara itu, tingkat kejadian di Yogyakarta pada tahun 2018 menempati posisi keempat nasional. Data kasus hipertensi pada tahun 2020 peringkat pertama ditempati oleh Puskesmas Tegalrejo sebanyak 2.599 pasien hipertensi pada tahun 2020 melakukan kunjungan dan mendapat pelayanan kesehatan di Puskesmas.

Pasien hipertensi memerlukan pengobatan seumur hidup untuk mencegah komplikasi lebih lanjut. Dibutuhkan keyakinan (*self-efficacy*) dari setiap

individu untuk membentuk perilaku yang relevan dalam menjalani pengobatan dan pengelolaan tekanan darah, sehingga nantinya individu tersebut mampu menentukan strategi koping yang efektif dalam mengatasi stres yang dialami. *Self-efficacy* dan pemilihan strategi koping yang baik berguna untuk meningkatkan usaha pasien dalam menghadapi berbagai situasi yang bisa memicu meningkatnya tekanan darah. Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah penelitian ini adalah penulis ingin mengetahui apakah adanya hubungan *self-efficacy* dengan strategi koping penderita hipertensi di Puskesmas Tegalrejo.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan umumnya untuk mengetahui hubungan *Self efficacy* dengan strategi koping penderita dengan hipertensi di Puskesmas Tegalrejo.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik responden penderita hipertensi berdasarkan tingkat *self-efficacy*, usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, lama menderita hipertensi dan strategi koping.
- b. Mengetahui tingkat *self-efficacy* pada pasien dengan hipertensi.
- c. Mengetahui strategi koping yang digunakan oleh pasien dengan hipertensi.

D. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Sebagai bahan masukan dan penambahan ilmu pengetahuan dalam pengembangan ilmu keperawatan khususnya keperawatan jiwa yang berkaitan dengan *self-efficacy* dan coping stres pasien dengan hipertensi.

b. Manfaat Praktis

a. Bagi Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini bisa dijadikan acuan dalam membuat kebijakan terkait pelayanan pada pasien dengan hipertensi. Selain itu, penelitian ini dapat memberikan informasi terkait tingkat *self-efficacy* pasien sehingga petugas kesehatan mampu memberikan intervensi yang tepat.

b. Bagi Responden

Meningkatkan pengetahuan pasien terkait dengan kepatuhan diri dalam pengobatan hipertensi dan coping stress yang digunakan.

c. Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi atau rujukan bagi peneliti lain atau peneliti lanjutan tentang hubungan *self-efficacy* dengan strategi coping pasien dengan hipertensi.

E. Penelitian Terkait

1. Anisa, Karlina, dan Syaripudin (2021). Hubungan Efikasi Diri Dengan Strategi Coping Pada Pasien Diabetes Mellitus Type 2 Yang Menggunakan Insulin di Poliklinik RSUD Waled Kabupaten Cirebon. Jenis penelitian ini menggunakan deskriptif korelasional dengan

pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah 1.808 pasien diabetes melitus tipe 2 yang menggunakan insulin di Poliklinik RSUD Waled Kabupaten Cirebon tahun 2019. Sampel terdiri dari 34 responden dengan menggunakan teknik purposive sampling. Variabel efikasi diri diukur dengan kuesioner *self-efficacy* dengan nilai validitas 0.941 dan nilai reliabilitas 0.843. Variabel strategi koping diukur dengan kuesioner *Cope Scale*, diadaptasi dari penelitian Lazarus and Folkman yang telah dimodifikasi menjadi 20 butir pertanyaan dengan 10 pertanyaan mengenai *problem focused coping*. Analisa data penelitian ini menggunakan uji spearman rank. Perbedaan dengan penelitian ini terletak pada subjek penelitian, waktu, dan tempat penelitian.

2. Ramadhani, Aini, dan Rohana (2020), Hubungan *Self Efficacy* Dengan *Problem Focused Coping* Pada Pasien Hipertensi. Penelitian kuantitatif digunakan pada penelitian ini, dengan metode metode deskriptif korelasi. Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* dan menggunakan kuesioner sebagai instrumen penelitian. Teknik sampel yang digunakan adalah Teknik *Purposive Sampling*. Populasi penelitian ini adalah 164 responden dengan jumlah sampel sebanyak 116 responden. Hasil uji statistik menggunakan uji Spearman Rho. Perbedaan pada penelitian ini terletak pada instrumen penelitian, responden, waktu, dan tempat penelitian.