

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan kelompok penyakit jangka Panjang yang tidak dapat ditularkan antar individu dan berkembang secara perlahan dalam jangka waktu yang panjang. Salah satu penyakit tidak menular yang paling mematikan adalah hipertensi, hipertensi dikenal sebagai “*silent killer*” karena sering tidak menunjukkan gejala yang jelas, meskipun secara perlahan dapat menyebabkan kerusakan di berbagai organ vital. Kondisi ini merupakan masalah kesehatan global yang serius karena secara signifikan meningkatkan kemungkinan terjadinya penyakit jantung coroner, stroke, gagal ginjal, hingga kebutaan (Musthofa dkk, 2024).

Menurut *World Health Organization* (WHO), menyatakan bahwa prevalensi hipertensi bervariasi tergantung pada kelompok pendapatan dan wilayah negara. Di wilayah Afrika, prevalensi hipertensi tercatat paling tinggi, mencapai 27%, sedangkan di wilayah Amerika tercatat 18%. Data global WHO pada tahun 2023 menunjukkan bahwa sekitar 1,28 miliar orang di seluruh dunia berusia antara 30 sampai 70 tahun mengalami hipertensi, dua pertiga di antaranya berasal dari negara berpenghasilan rendah hingga berpeghasilan menengah, namun hanya sekitar 46% pasien hipertensi tidak menyadari kondisi mereka, dan hanya 42% orang yang mendapatkan perawatan yang tepat, selain itu hanya 21% pasien hipertensi yang berhasil mengendalikan tekanan darah mereka (Awalia dkk, 2024).

Data Rikesdas tahun 2021 menunjukkan prevalensi hipertensi di Indonesia pada berbagai kelompok usia, dengan angka kejadian yang semakin meningkat seiring bertambahnya usia. Dalam kelompok usia 18-24 tahun, prevalensi hipertensi tercatat sebesar 13,22%. Angka ini meningkat pada usia 25-34 tahun menjadi 20,13%. Pada kelompok usia 35-44 tahun, prevalensi mencapai 31,61%, sementara pada usia 45-54 tahun, jumlah penderita hipertensi meningkat menjadi 45,32%. Di kelompok usia 55-64 tahun, prevalensinya adalah 55,22%, dan pada usia 65-74 tahun, terdapat 63,33% penderita hipertensi. Terakhir, pada kelompok usia di atas 75 tahun, prevalensi hipertensi mencapai 69,53% (Santoso, Rahmat dkk., 2022).

Di Provinsi Nusa Tenggara Timur, prevalensi hipertensi pada tahun 2022 tercatat sebesar 7,2% atau sekitar 76.130 kasus. Dinas Kesehatan Kota Kupang (2023) kasus hipertensi yang berusia  $\geq 15$  tahun di Kota Kupang pada orang yang berusia  $\geq 15$  tahun sebanyak 29.897 kasus. Jumlah pasien hipertensi di Puskesmas Pasir Panjang Kota Kupang terus meningkat, dari 1.674 kasus pada tahun 2023 menjadi 4.148 kasus pada tahun 2024. Data tersebut menunjukkan bahwa prevalensi hipertensi terus meningkat, karena kurangnya manajemen perawatan diri pasien hipertensi dan jika tidak ditangani dapat menyebabkan komplikasi yang serius seperti gagal jantung, stroke, dan kerusakan ginjal (Tanggela dkk, 2022).

Faktor-faktor yang dapat menyebabkan hipertensi tidak terkontrol adalah umur, pendidikan, merokok, kebiasaan olahraga, kepatuhan minum obat, dan kontrol tekanan darah terakhir. Faktor yang berhubungan dengan hipertensi tidak terkontrol adalah umur ( $p=0,008$ ) dan kebiasaan kontrol tekanan darah ( $p=0,000$ ). Salah satu faktor penting yang memengaruhi terjadinya hipertensi adalah buruknya manajemen diri individu dalam menjaga kesehatannya. Bentuk *self-management* yang buruk dapat terlihat dari pola makan tinggi garam dan lemak, kurang konsumsi buah dan sayuran, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, serta kurangnya aktivitas fisik. Selain itu, stres yang tidak terkelola dan ketidakpatuhan dalam mengonsumsi obat antihipertensi juga turut memperburuk kondisi tekanan darah. Buruknya manajemen perawatan diri pada pasien hipertensi dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah rendahnya *self-efficacy* atau keyakinan diri pasien dalam melaksanakan perilaku kesehatan. Pasien dengan *self-efficacy* rendah cenderung tidak yakin mampu mengatur pola makan, menjaga kepatuhan minum obat, maupun melakukan aktivitas fisik secara teratur, sehingga berdampak pada tidak optimalnya pengendalian tekanan darah (Darussalam, Miftafu & Agus Warseno, 2017).

Selain itu, keterbatasan pengetahuan mengenai hipertensi, kurangnya dukungan sosial dan budaya, serta adanya stres atau masalah psikologis juga berkontribusi pada rendahnya kualitas *self-management*. Faktor-faktor ini saling terkait, di mana rendahnya *self-efficacy* memperberat hambatan pasien dalam menghadapi tantangan perawatan diri. Hal ini sejalan dengan penelitian Susanti Susi dkk (2022) yang menunjukkan bahwa *self-efficacy* memiliki peran penting dalam meningkatkan kepatuhan pasien terhadap perilaku manajemen diri, serta penelitian Rajati Fatima Azzahroini & Fahrur Nur Rosyid (2025) yang menemukan bahwa *self-management* pasien hipertensi dipengaruhi oleh faktor psikologis, dukungan sosial, dan pengetahuan, di mana intervensi untuk meningkatkan *self-*

*efficacy* terbukti efektif memperbaiki perilaku manajemen diri dan menurunkan tekanan darah.

Budaya memiliki peran besar dalam membentuk perilaku kesehatan individu dan kelompok. Di Nusa Tenggara Timur, terdapat beberapa kebiasaan dan gaya hidup tradisional yang secara tidak langsung dapat meningkatkan risiko hipertensi. Salah satu contohnya adalah kebiasaan mengonsumsi makanan tinggi garam, seperti ikan asin, daging asap (se'i), dan makanan olahan tradisional lainnya. Selain itu, konsumsi tuak (minuman alkohol tradisional) juga masih umum di beberapa komunitas, dan hal ini berkontribusi terhadap gangguan fungsi pembuluh darah dan peningkatan tekanan darah. Gaya hidup masyarakat yang relatif kurang aktif secara fisik, terutama di kalangan usia lanjut, juga menjadi faktor risiko tambahan. Di sisi lain, kesadaran terhadap pemeriksaan kesehatan secara rutin masih rendah, yang diperparah oleh keterbatasan akses terhadap fasilitas kesehatan di daerah terpencil. Nilai-nilai budaya yang menekankan pada kepasrahan terhadap nasib atau "biarkan saja" dalam menghadapi penyakit, juga dapat menurunkan motivasi masyarakat untuk melakukan perawatan diri secara optimal, kombinasi antara gaya hidup tradisional yang kurang sehat, rendahnya literasi kesehatan, serta minimnya intervensi berbasis budaya menyebabkan self-management dalam pencegahan dan pengendalian hipertensi menjadi tidak efektif (Tanggela dkk, 2022).

Tujuan dari manajemen perawatan diri bagi pasien hipertensi adalah untuk meningkatkan perilaku hidup sehat. Salah satu konsep dasar yang mempengaruhi keberhasilan manajemen perawatan diri adalah *self efficacy*. *Self efficacy* yang pertama kali diperkenalkan oleh Albert Bandura, merujuk pada keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengendalikan tindakan yang mempengaruhi kehidupannya. Penguatan *self efficacy* dapat membantu pasien hipertensi merasa lebih percaya diri dalam menjalani gaya hidup sehat, seperti memantau tekanan darah, mengatur pola makan, berolahraga secara teratur, dan mematuhi pengobatan. Pasien hipertensi harus memiliki *self efficacy* yang baik sehingga memiliki keyakinan dalam dirinya untuk termotivasi meningkatkan derajat kesehatan dengan melakukan pengendalian hipertensi. Penelitian oleh Awalia Reski dkk (2024) menunjukkan bahwa intervensi manajemen perawatan diri secara signifikan menurunkan tekanan darah dan meningkatkan *self efficacy* dan kepatuhan pengobatan pada pasien dewasa yang lebih tua dengan hipertensi, tanpa efek signifikan pada indeks massa tubuh. Namun, *self efficacy* yang diperkuat harus mempertimbangkan konteks budaya setempat, karena sebagian pasien masih mempunyai kepercayaan terhadap

pengobatan tradisional, termasuk praktik pengobatan oleh dukun atau orang yang dianggap memiliki kemampuan penyembuhan alternatif dibandingkan dengan perawatan medis modern (Awalia Reski dkk, 2024).

Menurut Linenger, budaya memegang peran sentral dalam membentuk perilaku kesehatan, khususnya dalam masyarakat yang memiliki norma sosial dan nilai-nilai kolektif yang kuat. Dalam konteks ini, perilaku perawatan diri tidak hanya ditentukan oleh pengetahuan atau informasi medis, tetapi juga oleh bagaimana individu memaknai kesehatan dan penyakit dalam kerangka nilai-nilai budayanya. Oleh karena itu, strategi penguatan self-efficacy harus dilakukan dengan pendekatan yang sensitif budaya, agar dapat diterima dan diinternalisasi secara lebih efektif oleh masyarakat. Pendekatan ini sejalan dengan temuan Fauziah dkk (2021), yang menegaskan pentingnya penguatan self-efficacy berbasis budaya dalam meningkatkan manajemen perawatan diri pada pasien hipertensi. Dengan mempertimbangkan keberagaman budaya, pasien akan lebih mudah menerima informasi kesehatan, merasa lebih percaya diri dalam mengambil keputusan, serta termotivasi untuk melakukan perubahan perilaku secara mandiri. Pramita Monica Tasya Silvy (2021) juga menyatakan bahwa penerapan intervensi berbasis budaya dapat mendorong pasien untuk lebih aktif dan bertanggung jawab dalam mengelola penyakitnya, sehingga berkontribusi positif terhadap pengendalian tekanan darah dan penurunan risiko komplikasi.

Berdasarkan latar belakang dan hasil survei awal yang dilakukan peneliti melalui wawancara dengan pengelola program penyakit tidak menular di Puskesmas Pasir Panjang Kota Kupang, diperoleh informasi bahwa prevalensi pasien hipertensi di Puskesmas ini semakin meningkat. Namun, sebagian besar pasien hipertensi yang terdaftar di Puskesmas Pasir Panjang Kota masih kurang dalam hal manajemen perawatan diri yang baik. Oleh karena itu, peneliti berencana untuk melakukan penelitian mengenai "Pengaruh Penguatan *Self Efficacy* Berbasis Budaya Terhadap Manajemen Perawatan Diri dan Tekanan Darah Pasien Hipertensi Esensial di Puskesmas Pasir Panjang Kota Kupang".

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah

- 1) Bagaimana manajemen perawatan diri responden sebelum dan sesudah inervensi penguatan *self efficacy* berbasis budaya?

- 2) Bagaimana tekanan darah responden sebelum dan sesudah intervensi penguatan *self efficacy* berbasis budaya?
- 3) Apakah ada pengaruh penguatan *self efficacy* berbasis budaya terhadap manajemen perawatan diri?
- 4) Apakah ada pengaruh penguatan *self efficacy* berbasis budaya terhadap tekanan darah?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### 1.3.1 Tujuan umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penguatan *self efficacy* berbasis budaya terhadap manajemen perawatan diri dan tekanan darah pasien hipertensi esensial di Puskesmas Pasir Panjang Kota Kupang.

#### 1.3.2 Tujuan khusus

Penelitian ini mempunyai tujuan khusus, yaitu:

- 1) Mengidentifikasi manajemen perawatan diri responden sebelum dan sesudah intervensi penguatan *self efficacy* berbasis budaya.
- 2) Mengidentifikasi tekanan darah responden sebelum dan sesudah intervensi penguatan *self efficacy* berbasis budaya.
- 3) Menganalisis pengaruh penguatan *self efficacy* berbasis budaya terhadap manajemen perawatan diri
- 4) Menganalisis pengaruh penguatan *self efficacy* berbasis budaya terhadap tekanan darah.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang pengelolaan penyakit kronis. Hasil penelitian ini dapat memperkuat teori bahwa penguatan *self efficacy* yang disesuaikan dengan nilai-nilai budaya lokal mampu meningkatkan kemampuan pasien dalam merawat dirinya sendiri, serta menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi esensial dengan pendekatan berbasis budaya.

#### 1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Pasien Hipertensi Esensial
  - a. Menurunkan tekanan darah pasien: penguatan *self efficacy* berbasis budaya membangun keyakinan pasien untuk lebih konsisten dalam merawat dirinya (diet, aktivitas fisik, dan pengobatan).

b. Meningkatkan manajemen perawatan diri: pasien lebih termotivasi dan percaya diri dalam mengelola penyakit, yang berujung pada kontrol tekanan darah yang lebih optimal dengan risiko komplikasi yang lebih rendah.

2. Bagi Perawat dan Tenaga Kesehatan

a. Panduan Intervensi Non-Farmakologis: Penelitian ini dapat berfungsi sebagai acuan bagi tenaga kesehatan dalam merancang program edukasi dan intervensi yang berbasis budaya, serta dalam memperkuat aspek psikologis pasien.

b. Meningkatkan Peran Perawat sebagai Edukator: Perawat dapat lebih efektif mendampingi pasien dalam mengelola tekanan darah, tidak hanya dalam aspek fisik, tetapi juga dalam aspek mental (*self-efficacy*).

3. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber belajar bagi mahasiswa mengenai pengaruh penguatan *self efficacy* berbasis budaya dan dampaknya terhadap manajemen perawatan diri serta tekanan darah pada pasien hipertensi esensial di Puskesmas Pasir Panjang Kota Kupang.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat eferensi dalam pengembangan penelitian lanjutan terkait intervensi budaya terhadap perilaku kesehatan, serta membuka peluang eksplorasi konsep *self efficacy* dalam berbagai budaya lain

1 1.5 Keaslian Penulisan

Tabel 1. 1 Keaslian Penulisan

No	Nama Dan Tahun Peneliti	Judul Penelitian	Metode	Hasil	Perbedaan
1	Kurnianti prihatin, dkk (2020)	Pengaruh <i>Self Efficacy</i> Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Menjalani Terapi Pada Penderita Hipertensi	Desain penelitian ini menggunakan. deskriptif analitik dengan pendekatan cross-sectional. Populasi penelitian adalah penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Penimbung, Desa Penimbung Lombok Barat. sejumlah 287 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik accidental sampling. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan uji statistik Chi-Square untuk mengetahui pengaruh self-efficacy dan dukungan keluarga terhadap kepatuhan terapi pada penderita hipertensi di	Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Penimbung, Desa Penimbung, Lombok Barat, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:  1. Sebagian besar penderita hipertensi memiliki <i>self-efficacy</i> yang baik terkait kemampuannya dalam menjalani terapi hipertensi. 2. Sebagian besar penderita hipertensi mendapatkan dukungan keluarga dalam menjalani terapi hipertensi. 3. Sebagian besar penderita hipertensi menunjukkan kepatuhan terhadap terapi hipertensi.	<b>1) Variabel penelitian</b> Penelitian ini meneliti tentang self efficacy dan dukungan keluarga terhadap kepatuhan terapi, sedangkan penelitian yang akan saya lakukan meneliti tentang <i>self efficacy</i> terhadap manajemen perawatan diri dan tekanan darah pasien hipertensi esensial dengan pendekatan berbasis budaya.  <b>2) Pendekatan <i>self efficacy</i></b> Penelitian ini menggunakan pendekatan <i>self-efficacy</i> secara umum tanpa mempertimbangkan konteks budaya, Sedangkan penelitian yang akan saya lakukan Menggunakan <i>self-efficacy</i> berbasis budaya, yang berarti mempertimbangkan keyakinan, nilai, kebiasaan, dan norma budaya pasien dalam membentuk

			<p>Wilayah Kerja Puskesmas Penimbung. Desa Penimbung Lombok Barat.</p>	<p>4. Terdapat pengaruh yang bermakna antara <i>self-efficacy</i> dengan kepatuhan pada penderita hipertensi (<math>p = 0,001</math>).</p> <p>5. Terdapat pengaruh yang bermakna antara dukungan keluarga dengan kepatuhan pada penderita hipertensi (<math>p = 0,002</math>).</p>	<p>kepercayaan diri menjalani perawatan.</p> <p><b>3) Waktu Intervensi</b></p> <p>Tidak ada intervensi waktu yang spesifik dilakukan, karena <i>cross-sectional</i> hanya melihat hubungan antar variabel dalam satu waktu (satu kali pengukuran). Sedangkan penelitian yang akan saya lakukan yaitu penelitian <i>pra eksperimen</i> karenan melakukan intervensi <i>self efficacy</i> berbabsis budaya dengan lama waktu penelitian selama 2 minggu, lalu mengukur efeknya terhadap manajemen perawatan diri dan tekanan darah.</p>
--	--	--	--	--	---

No	Nama Peneliti Dan Tahun	Judul Penelitian	Metode	Hasil	Perbedaan
2.	Baik Ruil Fatmawati, dkk (2021)	<i>Self Efficacy</i> Dan Perilaku Sehat Dalam Modifikasi Gaya Hidup Penderita Hipertensi	Penelitian ini merupakan deskriptif korelasi dengan pendekatan <i>cross sectional</i> , berjumlah 30 orang yang ditetapkan dengan <i>total sampling</i> . Penelitian ini dilaksanakan di Desa Mambalan Wilayah Kerja Puskesmas Penimbung pada Bulan Oktober-November 2020. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner <i>Self Efficacy</i> . Uji korelasi antara masing-masing variabel bebas dan variabel terikat dilakukan dengan uji korelasi Spearman	Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden memiliki <i>self efficacy</i> tinggi sebanyak 73,3%, melakukan gaya hidup sehat sebanyak 83,3%. Hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang sangat kuat antara <i>self efficacy</i> dengan gaya hidup pada pasien hipertensi ( $r=0,893$ , $p<0.05$ ). Perawat dapat meningkatkan <i>self efficacy</i> pasien hipertensi dengan memberikan dukungan dan motivasi agar meningkatkan gaya hidup sehat untuk mencegah komplikasi lebih lanjut.	<p><b>1) Tujuan Penelitian</b>  Penelitian ini hanya mengukur hubungan korelasi antara <i>self-efficacy</i> dan gaya hidup sehat, sementara penelitian yang akan saya lakukan yakni mengukur <i>pengaruh langsung self-efficacy berbasis budaya</i> terhadap dua aspek: <i>perilaku</i> (manajemen perawatan diri) dan <i>hasil klinis (tekanan darah)</i>.</p> <p><b>2) Intervensi Dan Tujuan</b>  Penelitian ini tidak menggunakan intervensi sedangkan penelitian yang akansaya lakukan menggunakan intervensi berbasis budaya. Tujuan penelitian ini Hubungan <i>self-efficacy</i> dengan gaya hidup sedangkan penelitian yang akan saya lakukan yaitu apakah ada mpengaruh penguatan <i>self efficacy</i> berbasis budaya terhadap manajemen perawatan diri dan</p>

					<p>tekanan darah pasien hipertensi esensial.</p> <p><b>3) Peran Budaya</b></p> <p>Penelitian ini tidak mempertimbangkan budaya sebagai faktor yang memengaruhi <i>self-efficacy</i>. Sedangkan penelitian yang akan saya lakukan budaya menjadi inti dari pendekatan <i>self-efficacy</i>, memodifikasi cara pasien memaknai penyakit dan perawatan.</p>
--	--	--	--	--	--

2