

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Tekanan darah tinggi atau hipertensi adalah masalah kesehatan yang signifikan di seluruh dunia (Sudoyo, 2017). Penyebab utama penyakit kardiovaskular pada lansia adalah penyakit hipertensi, hal ini disebabkan adanya perubahan fisiologis yang terjadi seiring bertambahnya usia. Penyempitan pembuluh darah perifer, meningkatnya aktivitas simpatis dan menurunnya sensitivitas refleks baroreseptor dapat mempengaruhi pengaturan tekanan darah. Selain itu fungsi ginjal yang menurun mengakibatkan aliran darah ke ginjal dan laju filtrasi glomerulus berkurang (Black & Hawks, 2018).

Diperkirakan pada tahun 2022, antara 15 dan 20 persen lansia di seluruh dunia menderita hipertensi, dengan rata-rata 8 hingga 18 persen di Asia. Di Indonesia, diperkirakan sekitar 4.400 dari 10.000 penduduk lansia menderita hipertensi. Diantara sepuluh penyakit tidak menular yang paling umum, hipertensi menempati peringkat pertama dengan prevalensi 31,7 persen. Diikuti oleh osteoarthritis dengan 30,3 persen, penyakit jantung dengan 7,2 persen, kanker dengan 4,3 persen, asthma dengan 3,5 persen, diabetes melitus dengan 1,1 persen, dan stroke dengan 0,83 persen (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022). Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Bali, ada 42.837 kasus lansia hipertensi pada tahun 2020, 59.867 pada tahun 2021, dan 65.859 pada tahun 2022. Kabupaten Tabanan mencatat jumlah kasus tertinggi pada tahun 2022, sebanyak 14.376, atau 22,16% dari total kasus, disusul oleh Kabupaten Badung sebanyak 14.289, atau

21,69%, dan Kota Denpasar sebanyak 12.221, atau 18,55% dari total kasus. Dilihat dari jumlah kasus Kabupaten Badung menempati posisi kedua, namun jika dilihat dari tren peningkatan kasus pada tiga tahun terakhir Kabupaten Badung merupakan yang tertinggi di Provinsi Bali (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2022). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Badung terdapat 13.407 kasus lansia hipertensi pada tahun 2021, 14.281 kasus pada tahun 2022, dan 16.017 kasus pada tahun 2023. Pada tahun 2023 UPTD Puskesmas Kuta Selatan tercatat dengan jumlah kasus lansia hipertensi tertinggi di Kabupaten Badung, dengan 1.054 kasus (Dinas Kesehatan Kabupaten Badung, 2023).

Hipertensi tidak dapat disembuhkan, tetapi dapat dikendalikan melalui terapi yang mencakup pola makan rendah garam, mengurangi konsumsi alkohol, menghindari rokok, berolahraga secara teratur, dan mengonsumsi obat hipertensi secara teratur sesuai resep dokter (Lany, 2018). Dibandingkan dengan program terapi lainnya, pasien hipertensi lanjut usia mengalami kesulitan untuk mengikuti diet rendah garam, menurut (Naruddin, 2020) masalah ini muncul karena penerapan pola makan rendah garam memerlukan perubahan gaya hidup besar yang mereka sulit biasa lakukan. Menurut (Puspitorini, 2020) menemukan bahwa tingkat ketidakpatuhan pasien hipertensi terhadap diet rendah garam berkisar antara 30 dan 50 persen, sedangkan menurut penelitian (Novian, 2019) menemukan bahwa 75,8 persen lansia dengan hipertensi termasuk dalam kategori yang tidak patuh terhadap pola makan rendah garam, penelitian (Nuruddin, 2020) juga mendukung hal tersebut bahwa 55,3 persen pasien hipertensi tidak patuh terhadap pola makan rendah garam.

Pada pasien hipertensi, ketidakpatuhan terhadap pola makan rendah garam menyebabkan tekanan darah tidak terkontrol, tingkat kekambuhan yang lebih tinggi, dan risiko komplikasi yang lebih tinggi (Naruddin, 2020). Sebuah penelitian yang dilakukan oleh (Effendy & Rosyid, 2019) menemukan bahwa tidak mematuhi diet rendah garam meningkatkan risiko kekambuhan penyakit hipertensi. Penelitian (Bahari, 2020) menemukan hubungan antara kepatuhan diet hipertensi dan tekanan darah pada orang lanjut usia. Penelitian tersebut menemukan bahwa orang lanjut usia yang tidak mematuhi diet yang ditentukan cenderung memiliki tekanan darah yang lebih tinggi.

Penyebab lansia tidak mematuhi diet rendah garam dipengaruhi berbagai faktor diantaranya pemahaman tentang pemahaman pedoman diet, kualitas interaksi, bantuan orang terdekat atau keluarga, efikasi diri (*Self efficacy*), dari empat faktor tersebut efikasi diri adalah yang paling penting dalam meningkatkan kepatuhan pasien (Puspita, 2020). Efikasi diri adalah istilah yang mengacu pada keyakinan seseorang terhadap kemampuan mereka dan kepercayaan mereka pada kemampuan mereka untuk melakukan tindakan yang akan menghasilkan hasil yang diinginkan (Yusuf dan Nurihsan, 2019).

Efikasi diri secara signifikan mempengaruhi kepatuhan pasien terhadap diet rendah garam dengan mengubah intensitas niat, menjembatani sikap dengan tindakan, norma subjektif, dan kontrol yang dirasakan atas perilaku. Ini sesuai dengan teori efikasi diri yang dinamis, yang mengatakan bahwa niat meningkatkan motivasi dan mendorong orang untuk mengubah perilaku mereka (Purwanti, 2018). Di Wilayah Kerja Puskesmas Jelbuk di Kabupaten Jember, penelitian yang dilakukan (Jannah, 2020) menemukan bahwa ada hubungan antara efikasi diri

dengan kepatuhan diet rendah garam pada lansia yang menderita hipertensi. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh (Okatiranti, 2020) menemukan ada hubungan antara efikasi diri dengan perawatan diri pada pasien lansia hipertensi di Puskesmas wilayah Kota Bandung.

Observasi dan pengamatan langsung yang peneliti lakukan pada bulan Desember 2023 di UPTD Puskesmas Kuta Selatan, rata-rata perbulan jumlah lansia yang menderita hipertensi yang kontrol ke puskesmas sebanyak 120 orang. Dari 120 lansia yang menderita hipertensi tersebut yang tidak konsisten melakukan diet rendah garam sebanyak sebanyak 102 orang. Melalui wawancara peneliti terhadap 10 orang lansia yang menderita hipertensi tersebut, peneliti menemukan bahwa 8 lansia tidak puas dengan rasa makanan yang hambar dan sering menambahkan garam ke dalam makanan mereka tanpa mengukurnya. Menurut peanggung jawab program PTM dan lansia dikatakan bahwa belum ada program kegiatan yang secara khusus untuk mengangani diet rendah garam pada lansia hipertensi, namun yang sudah dilakukan hanya sebatas KIE pada saat lansia beobat ke UPTD Puskesmas Kuta Selatan baik pada saat layanan dalam gedung maupun luar gedung.

Berdasarkan latar belakang yang dipaparkan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diet rendah garam pada lansia hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah untuk penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diet rendah garam pada lansia hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan?.”

### **C. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan umum**

Mengetahui hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diet rendah garam pada lansia hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan

#### **2. Tujuan khusus**

- a Mengidentifikasi karakteristik (jenis kelamin, umur, pendidikan, pekerjaan,) lansia hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan.
- b Mengidentifikasi efikasi diri pada lansia hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan.
- c Mengidentifikasi kepatuhan diet rendah garam pada lansia hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan.
- d Menganalisis hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diet rendah garam pada lansia hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan.

### **D. Manfaat Penelitian**

Adapun harapan dan manfaat dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### **1. Manfaat teoritis**

##### **a. Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai kajian keilmuan dan kepustakaan dalam melakukan analisis hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diet rendah garam pada lansia hipertensi serta dapat memberikan kontribusi baru terhadap teori-teori yang ada. Hasil penelitian ini juga diharapkan menjadi referensi dalam penatalaksanaan asuhan keperawatan komunitas dan gerontik utamanya yang berkaitan dengan kasus hipertensi dan diet rendah garam.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan untuk melakukan penelitian berikutnya tentang hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diet rendah garam pada lansia hipertensi.

**2. Manfaat praktis**

a. Bagi masyarakat

Dapat dijadikan pedoman untuk lansia dan keluarga dalam memberikan penyuluhan kepada keluarga tentang penyakit hipertensi, komplikasi, serta pentingnya menjalankan pengobatan secara teratur

b. Bagi tempat penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi terkait efikasi diri dengan kepatuhan diet rendah garam pada lansia hipertensi sehingga dapat dijadikan evaluasi untuk kegiatan penyuluhan kesehatan yang sebelumnya diberikan agar lebih di fokuskan untuk meningkatkan efikasi diri pasien dan tatalaksana diet rendah garam.