

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Penyakit hipertensi masih menjadi permasalahan utama di bidang kesehatan. Salah satu penyakit yang menjadi prioritas utama secara global di dunia kesehatan adalah hipertensi. Hampir 57,6% masyarakat Indonesia menderita hipertensi. Hipertensi merupakan penyakit tidak menular dan termasuk penyakit kronis yang menjadi salah satu penyebab utama kematian *premature* di dunia.

*World Health Organization* (WHO) menyatakan prevalensi hipertensi secara global sebesar 22% dari total penduduk di dunia. Wilayah Asia Tenggara berada di posisi ke-3 tertinggi dengan prevalensi hipertensi sebesar 25% (Kemenkes RI, 2019). Berdasarkan pendataan yang dilakukan setiap lima tahun sekali, prevalensi hipertensi di Indonesia pada penduduk > 18 tahun mengalami penurunan dan peningkatan. Pada tahun 2007 sebesar 31,7%, kemudian mengalami penurunan pada tahun 2013 sebesar 25,8%, dan mengalami peningkatan kembali sebesar 34,11% pada tahun 2018. Provinsi Bali tahun 2018 memiliki prevalensi hipertensi sebesar 29,87% (Riskesdas, 2018). Dinas Kesehatan Kabupaten Badung menyatakan pada tahun 2018 Kabupaten Badung menduduki urutan ke-6 dengan prevalensi hipertensi sebesar 29,33% (Riskesdas, 2018). Penderita hipertensi yang mendapat pelayanan kesehatan di Kabupaten Badung tahun 2018 sebanyak 62.534 orang (76,7%) dari estimasi jumlah penderita 81.570. Kasus hipertensi yang terdapat di UPT Puskesmas Kuta Utara tahun 2018 menduduki urutan ke-3 di Kabupaten Badung yaitu sebesar 77,6% (Dinkes Kabupaten Badung, 2018). Berdasarkan hasil wawancara dan studi pendahuluan yang dilakukan di UPT

Puskesmas Kuta Utara, angka kejadian hipertensi di wilayah kerja UPT Puskesmas Kuta Utara mengalami peningkatan pada tahun 2019 sebanyak 226 jiwa dan tahun 2020 sebanyak 641 jiwa.

Hipertensi dapat dipicu oleh faktor yang tidak dapat dikontrol dan faktor yang tidak dapat dikontrol. Faktor yang tidak dapat dikontrol diantaranya seperti keturunan, jenis kelamin, dan usia, Sedangkan faktor yang dapat dikontrol diantaranya seperti obesitas, diet hipertensi, stres, aktivitas fisik, dan merokok (Shep, 2009). Dari hasil penelitian Fitriana (2014) ditemukan ada hubungan pengaturan diet hipertensi seperti konsumsi natrium, dan konsumsi lemak dengan kejadian hipertensi. Pengaturan diet hipertensi sangat penting dilakukan oleh penderita karena dapat memperkecil risiko terjadinya komplikasi dibanding dengan yang tidak melakukan pengaturan diet. Pelaksanaan diet hipertensi yang baik dapat menormalkan tekanan darah, seperti pengurangan pada makanan yang tinggi garam dan makanan yang berlemak. Kenyataannya, saat ini masih banyak penderita hipertensi yang masih belum patuh untuk melakukan diet hipertensi (Gunawan, 2007).

Pengaturan diet untuk hipertensi disebut juga sebagai dietary approaches to Stop Hypertensi (DASH) yang berisi pengurangan natrium (Sutrisnowati, 2014). Diet DASH ini dikombinasi dengan pengurangan asupan natrium agar lebih optimal dalam menurunkan tekanan darah (Sutrisnowati, 2014). Menurut Carpenito (2000, dalam Suparyanto, 2010) faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan yaitu keyakinan, sikap, dan kepribadian atau Efikasi diri yang rendah. Efikasi diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk menghasilkan tindakan yang ingin dicapai dan mempunyai pengaruh pada

kehidupan mereka. Efikasi Diri akan menentukan bagaimana seseorang merasa, berfikir, memotivasi dirinya, dan berperilaku (Bandura, 1997).

Hasil penelitian Endah (2013) juga menunjukkan sebagian besar responden memiliki efikasi diri tidak baik cenderung melakukan pengendalian tekanan darah yang tidak baik dan memiliki tekanan darah yang tidak baik. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa seseorang yang efikasi dirinya tidak baik cenderung melakukan pengendalian tekanan darahnya tidak baik dengan hasil tekanan darah tidak baik pula. Oleh karena itu tenaga kesehatan harus memberikan pendidikan kesehatan yang jelas untuk meningkatkan kesadaran diri pasien serta meningkatkan motivasi intrinsik pasien agar pasien memiliki keyakinan akan kemampuannya dalam melakukan pengendalian tekanan darah dan perawatan diri sehingga pasien benar-benar melakukan pengendalian tekanan darah dalam perawatan dirinya tersebut atas kesadaran sendiri atau tanpa paksaan orang lain

Terdapat banyak bukti bahwa keberhasilan dan kesejahteraan manusia dapat dicapai dengan rasa optimis, ketika dalam realita sosial banyak sekali tantangan hidup seperti hambatan, kesengsaraan, kumunduran, frustrasi, dan ketidakadilan yang harus dihadapi. Seseorang harus mempunyai keyakinan keberhasilan yang kuat untuk mempertahankan usahanya. Efikasi diri yang tinggi akan menimbulkan daya tahan terhadap hambatan dan kemunduran dari setiap kesulitan yang ada (Bandura 1994). Menurut Nona Nurfadhila (2020) Suatu bentuk usaha untuk membantu seseorang dalam pengembangan kehidupan yang efektif ialah dengan Layanan Bimbingan dan Konseling. Bimbingan dan konseling mengacu pada aspek kehidupan manusia. Dimana manusia membutuhkan orang lain sebagai penolong ketika dalam sebuah masalah. Bimbingan dan Konseling membantu

memberikan layanan untuk individu untuk menyelesaikan masalah. Salah satu masalah yang sering terjadi pada pasien ialah rendahnya efikasi diri yaitu keyakinan pasien untuk menentukan bagaimana dia merasa, berfikir, memotivasi dan berperilaku.

Di dalam penelitian Pertiwi (2015) ditemukan bahwa Efikasi Diri sangat berpengaruh pada kepatuhan seseorang dalam berperilaku. Sedangkan dalam penelitian Puspita (2019) menunjukkan bahwa efikasi diri penderita hipertensi berhubungan positif dengan perilaku diet hipertensi yang dilakukan sehari-hari. Sehingga, efikasi diri yang baik akan menunjukkan perilaku diet yang baik pula. Selain itu, efikasi diri yang baik menunjukkan perilaku diet hipertensi dua kali lipat lebih tinggi. Dengan demikian meningkatkan kebiasaan perilaku diet yang baik pada penderita hipertensi dapat dilakukan dengan meningkatkan efikasi diri penderita hipertensi tersebut. Dari hasil wawancara yang dilakukan di Puskesmas Kuta Utara di dinyatakan bahwa 7 dari 10 pasien hipertensi yang menjalani kontrol tidak patuh dalam menjalankan diet rendah garam yang di anjurkan. Berdasarkan data-data dan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti “Hubungan Efikasi Diri dengan Kepatuhan Diet Rendah Garam dan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kuta Utara.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka dirumuskan masalah pada penelitian ini adalah bagaimanakah hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diet rendah garam dan tekanan darah pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kuta Utara?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diet rendah garam dan tekanan darah pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kuta Utara.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk Menilai efikasi diri pada pasien hipertensi di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kuta Utara.
- b. Untuk Menilai tingkat kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi di di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kuta Utara.
- c. Untuk Menilai tekanan darah pada pasien hipertensi di di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kuta Utara.
- d. Untuk Menganalisis hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diet rendah garam pada pasien hipertensi di di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kuta Utara.
- e. Untuk Menganalisis hubungan efikasi diri dengan tekanan darah pada pasien hipertensi di di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kuta Utara.

## **D. Manfaat**

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat memberikan masukan bagi perkembangan Ilmu Pengetahuan , khususnya dibidang Gizi mengenai pentingnya efikasi diri terhadap kepatuhan diet rendah garam.

### **2. Manfaat Praktis**

1. Penelitian ini diharapkan membantu penderita Hipertensi untuk patuh melaksanakan diet rendah garam.

2. Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pandangan dan informasi mengenai efikasi diri terhadap diet rendah garam dan tekanan darah pada pasien Hipertensi