

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kejadian Hipertensi di Asia Tenggara berada di posisi ke-3 tertinggi dengan prevalensi sebesar 25% terhadap total penduduk. 1 di antara 5 orang perempuan di seluruh dunia memiliki hipertensi. Jumlah ini lebih besar diantara kelompok laki-laki, yaitu 1 di antara 4 (Kemenkes, 2019). Pada tahun 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia pada usia 55 hingga 64 tahun sekitar 55.2 %, usia 65 hingga 74 tahun sekitar 63.2% dan pada usia diatas 75 tahun sekitar 69.4%. Jika saat ini penduduk Indonesia sebesar 252.124.458 jiwa maka terdapat 65.048.110 jiwa yang menderita hipertensi. Terdapat 13 provinsi yang persentasenya melebihi angka nasional, Jawa Timur berada di peringkat 6 (Riskedas, 2018).

Penderita hipertensi tidak merasakan tanda dan gejala yang menonjol, oleh karena itu hipertensi sering disebut sebagai silent killer. Hal itu yang membuat penderita tidak melakukan pemeriksaan dan pengobatan lebih dini. Fenomena tersebut disebabkan karena perubahan gaya hidup masyarakat secara global, seperti kebiasaan masyarakat dalam rendahnya kesadaran salah satunya adalah masih kurangnya kepatuhan dalam mengkonsumsi garam (Fitri, 2014 di dalam Haneysti, 2018).

Salah satu diet yang sering dikontrol adalah diet rendah garam. Berdasarkan data konsumsi garam masyarakat Indonesia rata-rata sebanyak 15 gram/hari atau $2^{1/2}$ sendok teh sedangkan menurut (Kemenkes, 2018) maksimal 5 gram/hari atau setara dengan 1 sendok teh sehari, selain itu budaya penggunaan

MSG (bumbu masak) sudah sampai taraf yang mengawatirkan, hal ini menyebabkan hipertensi di Indonesia meningkat setiap tahunnya (Jannah, dkk 2016). Pemberian diet rendah garam bertujuan membantu menghilangkan retensi garam atau air dalam jaringan tubuh dan menurunkan tekanan darah pada hipertensi dan dapat mencegah komplikasi dari hipertensi. Masih banyak masyarakat yang belum patuh. Penelitian Wahyudi, dkk (2020) menyimpulkan bahwa pasien di Wilayah kerja Puskesmas Bandar Lampung tidak patuh pada diet rendah garam dengan pretest 57,2 % (80 klien). Peneliti melakukan wawancara terhadap 5 responden pada pasien rawat jalan yang penderita hipertensi di Puskesmas Kali Kedinding di dapatkan 2 responden memiliki *self efficacy* yang baik dengan mengatakan mereka mempunyai keyakinan dalam keadaan sakit dan didapatkan pula bahwa mereka berdua patuh terhadap diet. Adapun 3 responden memiliki keyakinan diri rendah dengan mengatakan bahwa mereka tidak yakin patuh terhadap diet. Dampak yang timbul bila tidak patuh menjalankan diet hipertensi terhadap tubuh dapat menyebabkan gejala stroke, jika keadaan ini tidak diketahui sejak dini maka tidak menutup kemungkinan hal ini dapat mengakibatkan terjadi kerusakan permanen pada otak. Selain stroke bisa juga menyebabkan gagal jantung, dimana ada penurunan gerak jantung dalam memompa darah sehingga jantung dalam memompa darah tidak dapat memenuhi keperluan tubuh yang terus menerus membutuhkan oksigen dan zat nutrisi (Martuti, 2009 di dalam Sirurui, 2018)

Hal ini sesuai teorinya (Bandura, 1977 di dalam Tanti, 2019) bahwa *Self Efficacy* yang tinggi dapat mempengaruhi proses berpikir yang dapat meningkatkan/ mempengaruhi performance untuk menciptakan control terhadap

hal-hal yang mempengaruhi hidupnya yaitu untuk meningkatkan kepatuhan dalam menjalankan diet Hipertensi. *Self efficacy* bisa mempengaruhi sikap dan perilaku manusia dalam menjalankan aktivitasnya khususnya dalam menjalankan diet hipertensi. Dengan demikian *Self Efficacy* dapat menjadi penyongkong individu untuk melakukan diet rendah garam.

Self Efficacy mencerminkan penguasaan klien dalam mengendalikan gejala penyakit. Klien hipertensi wajib mempunyai *self efficacy* yang tinggi agar termotivasi berusaha secara maksimal dalam pencapaian kualitas kesehatan yang lebih baik melalui keyakinan untuk patuh melaksanakan perawatan hipertensi sehingga mencegah terjadinya komplikasi.

Pengetahuan merupakan pondasi awal bagi individu dalam membentuk kepatuhan dalam dirinya, dengan pengetahuan individu mendapat informasi dan akan mulai memahami tentang suatu hal tersebut. Klien hipertensi yang telah memiliki pengetahuan cukup mengenai perawatan hipertensi dan secara langsung akan membentuk sikap mendukung terhadap perawatan. Individu terlibat dalam berbagai aktivitas yang mengarah kepada pilihan untuk menerapkan dan menolak inovasi. Klien hipertensi yang telah memutuskan bahwa dirinya akan melaksanakan perawatan hipertensi selanjutnya akan mulai melaksanakan perawatan tersebut sebagai bentuk perilaku yang tercipta berdasarkan proses kognitif. Konfirmasi terjadi bila individu mencari dukungan atas keputusan inovasi yang sudah dibuat, akan tetapi individu sendiri mungkin mencanangkan keputusan sebelumnya jika di arahkan terhadap pesan-pesan yang menimbulkan konflik tentang inovasi tersebut.

Kemampuan penderita hipertensi agar tidak menyebabkan penyakitnya

menjadi komplikasi adalah dengan perilaku menjaga pola makan, yang salah satunya dengan melakukan diet rendah garam. Berdasarkan masalah diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan efikasi diri dengan kepatuhan hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Kali Kedinding Surabaya.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan *self efficacy* dengan kepatuhan diet rendah garam pada pasien Hipertensi di Puskesmas Tanah Kali Kedinding Surabaya

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Mengetahui hubungan *self efficacy* dengan kepatuhan diet rendah garam pada pasien Hipertensi di Puskesmas Tanah Kali Kedinding Surabaya

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi *self efficacy* pada pasien Hipertensi
2. Mengidentifikasi tingkat kepatuhan diet rendah garam pada penderita Hipertensi
3. Menganalisis hubungan *self efficacy* dengan tingkat kepatuhan diet rendah garam pada penderita Hipertensi

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu rujukan untuk dilakukan penelitian selanjutnya terkait hubungan *self efficacy* dengan kepatuhan diet rendah garam pada pasien Hipertensi di Puskesmas Tanah Kali Kedinding

Surabaya

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini mampu memberikan wawasan yang lebih luas mengenai gambaran *Self efficacy* diri pada penderita Hipertensi

b. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan pengertian lebih mendalam dan dapat membuat masyarakat sadar akan pentingnya *self efficacy* pada penderita Hipertensi

c. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil Penelitian ini diharapkan mampu menambah refrensi dalam mewujudkan *self efficacy* kepada pasien dan dapat bermanfaat untuk menjalankan sebagai tenaga kesehatan agar terhindar dari penyakit khususnya penyakit Hipertensi.

