

Hubungan Efikasi Diri dengan Kualitas Hidup dan Kepatuhan Perawatan Diri pada Lansia Penderita Hipertensi

Ovi Tri Muryani¹, Eka Rokhmiati Wahyu Purnamasari^{2*}, Nur Eni Lestari³

¹⁻³Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Indonesia Maju

***Korespondensi:**

Eka Rokhmiati Wahyu Purnamasari, Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Indonesia Maju, Jl. Harapan No.50 Lenteng Agung – Jakarta Selatan, DKI Jakarta 12610

E-mail:

eka.rokhmiati@gmail.com

DOI:

<https://doi.org/10.70304/jm.si.v3i02.61>

Copyright © 2024, Jurnal Masyarakat Sehat Indonesia
E-ISSN: 2828-1381

Abstrak: Efikasi diri diartikan sebagai keyakinan diri selama melakukan tindakan atau perilaku yang dibutuhkan untuk mencapai hasil tertentu. Beberapa faktor yang mempengaruhi kualitas hidup pasien hipertensi antara lain umur, tingkat pendidikan, jenis kelamin, status perkawinan, lama menderita penyakit hipertensi, pekerjaan dan efikasi diri. Kepatuhan perawatan diri sangat penting saat merawat hipertensi, ini termasuk minum obat secara teratur, makan makanan yang sehat, berolahraga secara teratur, menghindari faktor risiko seperti merokok dan mengelola stres, serta memeriksa tekanan darah secara teratur. tingkat kepatuhan perawatan diri pada penderita hipertensi seringkali rendah, yang dapat berdampak negatif pada pengendalian tekanan darah dan kesehatan secara keseluruhan. Jenis metode yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Didapatkan hasil HA adanya hubungan efikasi diri dengan kualitas hidup pada lansia penderita hipertensi di posbindu anyelir b kompleks marinir rangkapan jaya baru kota depok. Dengan nilai *correlation* positif 0,306 dan nilai $p = 0,027$ berarti nilai $p < \alpha (0,05)$, Didapatkan hasil HA adanya hubungan efikasi diri dengan kepatuhan perawatan diri pada lansia penderita hipertensi di posbindu anyelir b kompleks marinir rangkapan jaya baru kota depok. Dengan nilai *correlation* positif 0,330 dan nilai $p = 0,017$.

Kata Kunci: Efikasi diri, Hipertensi, Kepatuhan Perawatan Diri, Kualitas hidup.

Abstract: Self-efficacy is defined as self-confidence when carrying out actions or behaviors needed to achieve certain results. Several factors that influence the quality of life of hypertensive patients include age, education level, gender, marital status, length of time suffering from hypertension, work and self-efficacy. Treatment compliance. Self-care is very important when treating hypertension, this includes taking medication regularly, eating a healthy diet, exercising regularly, avoiding risk factors such as smoking and managing stress, as well as checking blood pressure regularly. Self-care compliance levels in people with hypertension are often low, which can have a negative impact on blood pressure control and overall health. The type of method used was quantitative research with a cross sectional design. HA results showed that there was a relationship between self-efficacy and quality of life in elderly people with hypertension at Posbindu Carnation B, Marine Complex, Karpang Jaya Baru, Depok City. With a positive correlation value of 0.306 and a P value of 0.027, it means p value $< \alpha (0.05)$, HA results showed that there was a relationship between self-efficacy and self-care compliance in elderly people with hypertension at Posbindu Carnation B, Marine Complex, Kupang Jaya Baru, Depok City. With a positive correlation value of 0.330 and a P value of 0.017.

Keywords: Self-efficacy, Hypertension, Self-care Compliance, Quality of life

Pendahuluan

Hipertensi pada umumnya disebut penyakit dengan tanpa gejala. Penyakit ini dapat memicu terjadinya penyakit lain seperti stroke dimana penyakit ini dapat mengakibatkan seseorang merasa kesulitan untuk melakukan kegiatan sehari-hari, sebagai akibatnya bisa dikatakan bahwa hipertensi mempunyai pengaruh terhadap kualitas hidup seorang ⁽¹⁾.

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang menjadi salah satu penyebab utama kematian dini di seluruh dunia. Organisasi Kesehatan Dunia atau WHO memperkirakan 22% penduduk dunia saat ini menderita hipertensi. Data WHO tahun 2015 menunjukkan bahwa sekitar 1,13 miliar orang di dunia menderita hipertensi, yang berarti satu dari tiga orang di dunia menderita hipertensi ⁽²⁾. Jumlah penderita hipertensi terus bertambah setiap tahunnya, pada tahun 2025 sekitar 1,5 miliar orang akan mengalami hipertensi dan setiap tahun 10,44 juta orang akan meninggal akibat hipertensi dan komplikasinya ⁽²⁾. Berdasarkan teori keperawatan *self care* yang dikemukakan oleh Dorothea Orem, manusia pada dasarnya mempunyai kemampuan dalam merawat dirinya sendiri yang disebut *self care agency* termasuk lansia dengan hipertensi ⁽³⁾. *Self care agency* dapat berubah setiap waktu yang dipengaruhi oleh usia, gender, tahap perkembangan, tingkat kesehatan, pola hidup, sistem pelayanan kesehatan, lingkungan eksternal dan dukungan keluarga ⁽⁴⁾.

Lansia lebih rentan terhadap tekanan darah tinggi karena memiliki pembuluh darah arteri yang kurang fleksibel. Gangguan stres juga menjadi salah satu pemicu tekanan darah tinggi pada lansia. Lansia adalah salah satu tahapan kehidupan dimana proses penuaan terus berlanjut diindikasikan dengan hilangnya kemampuan jaringan tubuh manusia untuk beregenerasi atau mempertahankan fungsi normalnya ⁽⁵⁾. Beberapa faktor yang mempengaruhi kualitas hidup pasien hipertensi antara lain umur, tingkat pendidikan, jenis kelamin, status perkawinan, lama menderita penyakit hipertensi, pekerjaan dan efikasi diri. Pasien dengan hipertensi yang tidak terkontrol menderita penurunan kualitas hidup, terutama dari efek emosional seperti kecemasan dan stres, serta gejala terkait penyakit. Pasien hipertensi dengan gejala memiliki dampak yang lebih besar pada kualitas hidup dan skor rendah pada tingkat fisik dan psikologis ⁽⁶⁾.

Kepatuhan perawatan diri sangat penting saat merawat hipertensi, ini termasuk minum obat secara teratur, makan makanan yang sehat, berolahraga secara teratur, menghindari faktor risiko seperti merokok dan mengelola stres, serta memeriksa tekanan darah secara teratur. tingkat kepatuhan perawatan diri pada penderita hipertensi seringkali rendah, yang dapat berdampak negatif pada pengendalian tekanan darah dan kesehatan secara keseluruhan.

Berdasarkan studi pendahuluan pada tanggal 12 juli 2023 di posbindu anyelir B komplek marinir rangkapan jaya baru depok diketahui bahwa pada tahun 2023 jumlah lansia sebanyak 89 penderita hipertensi. Mengacu pada hasil wawancara kepada 10 orang penderita hipertensi di posbindu anyelir B komplek marinir rangkapan jaya baru depok diketahui bahwa mereka meyakini jika hipertensi yang di derita tidak bisa sembuh total tetapi bisa di cegah namun 5 dari 10 orang penderita hipertensi tidak dapat mengontrol emosinya jika hipertensinya kambuh. Sebanyak 5 dari 10 orang penderita hipertensi merasa jika mereka merasa kurang patuh dalam perawatan diri karena masih tidak menerapkan diet hipertensi dengan mengkonsumsi makanan yang kurang sehat, lansia laki laki masih merokok, jika tidak merasakan sakit maka mereka tidak mengontrol tekanan darah mereka.

Metode

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu desain penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian ini adalah Lansia (lanjut usia) di posbindu anyelir b komplek marinir rangkapan jaya baru depok sebanyak 89 lansia dan pengambilan sampel menggunakan Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah non probability sampling dengan teknik *purposive sampling* yaitu sebanyak 52 lansia sampel yang di gunakan dalam penelitian ini. Kuesioner yang digunakan berisi karakteristik responden,

efikasi diri kualitas hidup dan kepatuhan perawatan diri karena untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan kualitas hidup dan kepatuhan perawatan diri pada lansia penderita hipertensi di posbindu anyelir b kompleks marinir rangkapan jaya baru kota depok dengan menggunakan uji Spearman Rank.

Hasil

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	n	%
Usia	50-59	9	17,3
	61-70	43	82,7
Jenis kelamin	Perempuan	39	75
	Laki-laki	13	25
Pekerjaan	Wiraswasta	10	19,2
	Pensiunan PNS/TNI/POLRI	21	40,4
	Pegawai Swasta	8	15,4
	Ibu Rumah Tangga	13	25
Pendidikan	SMP	4	7,7
	SMA/SMK	30	57,7
	Perguruan Tinggi	18	34,6

Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa lansia penderita hipertensi di Posbindu Anyelir B kompleks marinir rangkapan jaya baru kota depok tahun 2023 lebih dari setengah responden berusia 61-70 (82,7%). Lansia penderita hipertensi di Posbindu Anyelir B kompleks marinir rangkapan jaya baru kota depok tahun 2023 lebih dari setengah responden berjenis kelamin perempuan (75%). Sebagian besar lansia merupakan pensiunan PNS/TNI/POLRI (40,4%) dan berpendidikan SMA/SMK (57,7%).

Tabel 2. Analisis Univariat

Variabel	Kategori	n	%
Lama menderita hipertensi (tahun)	1-7	11	21,2
	8-15	21	40,4
	16-25	20	38,5
Efikasi diri	Buruk	7	13,5
	Sedang	45	86,5
Kualitas hidup	Cukup	8	15,4
	Baik	44	84,6
Kepatuhan Perawatan Diri	Tidak Patuh	10	19,2
	Kurang Patuh	32	61,5

Tabel di atas menunjukkan bahwa lansia penderita hipertensi di Posbindu Anyelir B kompleks marinir rangkapan jaya baru kota depok tahun 2023 sebagian besar menderita hipertensi sudah 8-15 tahun (40,4%). Sebagian besar lansia memiliki efikasi diri yang sedang sebesar 45 orang (86,5%), memiliki kualitas hidup yang baik sebesar 44 orang (84,6%), memiliki kepatuhan perawatan diri yang kurang patuh sebesar 33 orang (61,5%).

Tabel 3. Hubungan Efikasi Diri dengan Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi

Efikasi Diri	Kualitas Hidup				Correlation	Nilai p
	Cukup		Baik			
	n	%	n	%		
Buruk	4	57	3	43	0,306	0,027
Sedang	3	7,5	37	92,5		
Baik	1	20	4	80		

Dari tabel 3 didapatkan hubungan efikasi diri dengan kualitas hidup pada lansia penderita hipertensi di posbindu anyelir b kompleks marinir rangkapan jaya baru kota depok diperoleh bahwa responden yang memiliki efikasi buruk lebih banyak memiliki kualitas hidup yang cukup sebesar 4 dari 7 orang (57%), sedangkan yang memiliki efikasi sedang lebih banyak memiliki kualitas hidup yang sedang yaitu 37 dari 40 orang (92,5%), dan yang memiliki efikasi diri baik lebih banyak memiliki kualitas hidup yang baik juga sebanyak 4 dari 5 orang (80%). Dari hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,027$ berarti nilai $p < \alpha (0,05)$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan efikasi diri dengan kualitas hidup pada lansia penderita hipertensi di posbindu anyelir b kompleks marinir rangkapan jaya baru kota depok.

Tabel 4. Hubungan Efikasi Diri dengan Kepatuhan Perawatan Diri Lansia Penderita Hipertensi

Efikasi Diri	Kepatuhan Perawatan Diri						Correlation	Nilai p
	Tidak patuh		Kurang patuh		Patuh			
	n	%	n	%	n	%		
Buruk	5	71,43	2	28,57	0	0	0,330	0,017
Sedang	4	10	27	67,5	9	22,5		
Baik	1	20	3	60	1	20		

Dari tabel 4 didapatkan hubungan efikasi diri dengan kepatuhan perawatan diri pada lansia penderita hipertensi di posbindu anyelir b kompleks marinir rangkapan jaya baru kota depok diperoleh bahwa responden yang memiliki efikasi buruk lebih banyak memiliki kepatuhan perawatan diri yang tidak patuh juga sebesar 5 dari 7 orang (71,43%), sedangkan yang memiliki efikasi sedang lebih banyak memiliki kepatuhan perawatan diri yang kurang patuh yaitu 27 dari 40 orang (67,5%), dan yang memiliki efikasi diri baik lebih banyak memiliki kepatuhan perawatan diri yang patuh juga sebanyak 3 dari 5 orang (60%). Dari hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,017$ berarti nilai $p < \alpha (0,05)$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan efikasi diri dengan kepatuhan perawatan diri pada lansia penderita hipertensi di posbindu anyelir b kompleks marinir rangkapan jaya baru kota depok.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hubungan efikasi diri dengan kualitas hidup pada lansia penderita hipertensi di posbindu anyelir b kompleks marinir rangkapan jaya baru kota depok diperoleh bahwa responden yang memiliki efikasi buruk lebih banyak memiliki kualitas hidup yang cukup sebesar 4 dari 7 orang (57%), sedangkan yang memiliki efikasi sedang lebih banyak memiliki kualitas hidup yang baik yaitu 37 dari 40 orang (92,5%), dan yang memiliki efikasi diri baik lebih banyak memiliki kualitas hidup yang baik juga sebanyak 4 dari 5 orang (80%). Dari hasil uji statistik didapatkan nilai correlation positif 0,306 dan Nilai $p = 0,027$ berarti $p \text{ value} < \alpha (0,05)$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan efikasi diri dengan kualitas hidup pada lansia penderita hipertensi di posbindu anyelir b kompleks marinir rangkapan jaya baru kota depok.

Sejalan dengan penelitian Susanti, *et al.*, dengan judul hubungan antara efikasi diri dengan kualitas hidup pasien hipertensi di puskesmas pakis kecamatan pakis kabupaten malang diketahui bahwa hasil penelitian menyatakan Terdapat hubungan antara efikasi diri dengan kualitas hidup pasien hipertensi di wilayah kerja puskesmas Pakis Kecamatan Pakis Kabupaten Malang ⁽¹⁾.

Secara teori Beberapa faktor yang mempengaruhi kualitas hidup pasien hipertensi antara lain umur, tingkat pendidikan, jenis kelamin, status perkawinan, lama menderita penyakit hipertensi, pekerjaan dan efikasi diri. Pasien dengan hipertensi yang tidak terkontrol menderita penurunan kualitas hidup, terutama dari efek emosional seperti kecemasan dan stres, serta

gejala terkait penyakit. Pasien hipertensi dengan gejala memiliki dampak yang lebih besar pada kualitas hidup dan skor rendah pada tingkat fisik dan psikologis ⁽⁶⁾.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa didapatkan hubungan efikasi diri dengan kepatuhan perawatan diri pada lansia penderita hipertensi di posbindu anyelir b kompleks marinir rangkapan jaya baru kota depok diperoleh bahwa responden yang memiliki efikasi buruk lebih banyak memiliki kepatuhan perawatan diri yang tidak patuh juga sebesar 5 dari 7 orang (71,43%), sedangkan yang memiliki efikasi sedang lebih banyak memiliki kepatuhan perawatan diri yang kurang patuh yaitu 27 dari 40 orang (67,5%), dan yang memiliki efikasi diri baik lebih banyak memiliki kepatuhan perawatan diri yang patuh juga sebanyak 3 dari 5 orang (60%). Dari hasil uji statistik didapatkan nilai correlation positif 0,330 dan Nilai $p = 0,017$ berarti nilai $p < \alpha (0,05)$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan efikasi diri dengan kualitas hidup pada lansia penderita hipertensi di posbindu anyelir b kompleks marinir rangkapan jaya baru kota depok.

Sejalan dengan penelitian Khoirunissa, *et al.*, yang berjudul hubungan *self efficacy* dengan kepatuhan perawatan diri pada penderita hipertensi di wilayah puskesmas kelurahan ragunan terdapat adanya hubungan antara *self efficacy* dengan Kepatuhan Perawatan Diri Pada Penderita Hipertensi di Wilayah Puskesmas Kelurahan Ragunan Provinsi DKI Jakarta ⁽⁷⁾. Secara teori pengendalian hipertensi dapat dilakukan dengan mengkombinasikan obat dan tujuan dari pengendalian hipertensi yaitu menormalkan tekanan darah dan menurunkan faktor resiko dalam usaha pengendalian keparahan hipertensi. Kepatuhan adalah perilaku individu (misalnya: minum obat, mematuhi diet, atau melakukan perubahan gaya hidup) sesuai anjuran terapi dan kesehatan. Tingkat kepatuhan dapat dimulai dari tindakan menghindari dari setiap aspek anjuran hingga mematuhi rencana. Kepatuhan minum obat adalah suatu bentuk perilaku yang ditunjukkan oleh lansia dalam minum obat sesuai dengan jadwal dan dosis obat yang dianjurkan, dikatakan patuh apabila minum obat sesuai dengan aturan dan waktu yang tepat, dikatakan tidak patuh apabila lansia.

Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat diambil adalah adanya hubungan Efikasi diri dengan kualitas hidup dan kepatuhan perawatan diri dengan responden yang memiliki efikasi sedang lebih banyak memiliki kualitas hidup yang baik yaitu 37 dari 40 orang dan responden yang memiliki efikasi sedang lebih banyak memiliki kepatuhan perawatan diri yang kurang patuh yaitu 27 dari 40 orang

Saran

Hasil dari penelitian diharapkan dapat menjadi informasi untuk pasien khususnya lansia yang mengalami hipertensi agar dapat meningkatkan pengendalian hipertensi sesuai anjuran tenaga kesehatan agar tekanan darah dapat terkontrol dan hipertensi yang telah dialami tidak tambah parah, responden juga harus menaga kondisi fisiknya serta rain berolah raga secara rutin untuk mempertahankan kualitas hidupnya

Daftar Pustaka

1. Susanti L, Murtaqib M, & Kushariyadi K. Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Kualitas Hidup Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Silo Jember. *Pustaka Kesehatan*. 2020; 8(1): 17. <https://doi.org/10.19184/Pk.V8i1.10891>
2. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Klasifikasi Hipertensi - Direktorat P2ptm. In 12 Mei; 2020.
3. Muhlisin A, *et al.* Teori Self-Care Dari Orem Dan Pendekatan Dalam Praktek Keperawatan. *Berita Ilmu Keperawatan*; 2017.
4. Wachyu N. Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dan Self Care Management Lansia Dengan Hipertensi Di Posyandu Lansia Kelurahan Manyar Sabrangan Surabaya. *Panduan Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management*; 2018.
5. Adam L. Determinan Hipertensi Pada Lanjut Usia. *Jambura Health And Sport Journal*; 2019.

<https://doi.org/10.37311/jhsj.v1i2.2558>

6. Prastika YD & Siyam N. Faktor Risiko Kualitas Hidup Lansia Penderita Hipertensi. *Indonesian Journal Of Public Health And Nutrition*; 2021.
7. Khoirunissa M, Naziyah N, & Nurani IA. Hubungan Self Efficacy Dengan Kepatuhan Perawatan Diri Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Kelurahan Ragunan. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*. 2023; 7(1): 26–38. <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v7i1.5520>