

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang Masalah

Hipertensi merupakan salah satu Penyakit Tidak Menular (PTM) yang menjadi masalah kesehatan paling genting saat ini (Maulidah *et al.*, 2022). Hipertensi digambarkan sebagai kondisi dimana tekanan darah meningkat yaitu sistolik berada di atas atau sama dengan 140 mmHg dan diastolik berada di atas atau sama dengan 90 mmHg (WHO, 2021). Hipertensi sering dijuluki sebagai *The Silent Disease* atau *The Silent Killer*, dimana penyakit ini sering dialami tanpa adanya keluhan. Kebanyakan penderita hipertensi tidak menyadari bahwa dirinya mengalami hipertensi sehingga mereka tidak melakukan pengontrolan lalu mendapati sudah mengalami perburukan akibat penyakit tersebut (Surya *et al.*, 2022). Tidak terkontrolnya hipertensi berisiko mengakibatkan berbagai macam komplikasi yang dapat berdampak pada kualitas hidup seseorang (Lewis *et al.*, 2014).

Menurut WHO diperkirakan saat ini 1.28 miliar orang dewasa dalam rentang usia 30-79 tahun mengalami hipertensi secara global (WHO, 2021). Data menyebutkan prevalensi hipertensi di Asia sebesar 33.98%, lebih besar dari prevalensi secara global yaitu 31.1% (Nawi *et al.*, 2021). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia sendiri sebesar 34.1%. Jawa Barat merupakan salah satu provinsi dengan prevalensi hipertensi tertinggi yaitu sebesar 39.6%, dengan prevalensi Kota Depok sebagai salah satu kota di Provinsi Jawa Barat mencapai 34.1% (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Per tahun 2021, hipertensi menjadi penyakit dengan angka kejadian terbanyak di Puskesmas Limo dengan 834 kasus baru dan jumlah kunjungan sebanyak 3213 (Anggraeni *et al.*, 2023). Selanjutnya pada tahun 2020, jumlah penderita hipertensi di Kelurahan Grogol Kota Depok sendiri sebanyak 7.905 orang (Dinas Kesehatan Kota Depok, 2020).

Ditinjau dari kelompok usia, prevalensi hipertensi secara global meningkat dari 27% pada orang yang berusia kurang dari 60 tahun menjadi 74% pada orang

yang berusia lebih dari 80 tahun. Diperkirakan 60% orang akan berisiko terhadap hipertensi pada usia 60 tahun (Oliveros *et al.*, 2019). Selanjutnya kasus hipertensi terbanyak di Indonesia berada pada kelompok usia di atas 75 tahun (69.5%), lalu kelompok usia 65-74 tahun (63.2%), dan kelompok usia 55-65 tahun (55.2%) (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Data-data tersebut menggambarkan bahwa lansia merupakan populasi yang paling banyak mengalami hipertensi. Perubahan-perubahan dalam tubuh sebagai bagian dari *aging process* menjadi alasan mengapa lansia merupakan kelompok usia yang banyak mengalami hipertensi (Lewis *et al.*, 2014). Berdasarkan data posbindu di wilayah Kelurahan Grogol diketahui bahwa di Kelurahan Grogol sendiri terdapat 240 orang lansia yang mengalami hipertensi.

Penyakit yang dialami terutama penyakit kronis seperti hipertensi dapat menjadi sebuah stressor (Hardiyanti *et al.*, 2022). Kondisi hipertensi seringkali menimbulkan ketidaknyamanan psikologis akibat pengobatan jangka panjang, risiko terjadinya komplikasi hingga risiko kematian (Suciana *et al.*, 2020). Perlu dilakukan upaya untuk mengatasi hal-hal tersebut melalui adaptasi, dimana kemampuan adaptasi dan mekanisme pertahanan yang baik disebut dengan koping (Moritsugu *et al.*, 2016). Penelitian yang dilakukan oleh Ajmain dan Prastian (2021) menggambarkan bahwa 61.5% responden dengan hipertensi memiliki koping yang maladaptif. Koping yang tidak tepat tersebut dapat menyebabkan penderita hipertensi mengalami stres psikologis, dimana hal ini pada akhirnya akan memicu peningkatan tekanan darah (Jubaedah & Pratiwi, 2022). Penderita hipertensi harus memiliki koping yang baik sehingga dapat mendorong perilaku mencari dukungan, belajar dari pengalaman, dan menerapkan pola hidup sehat (Anisa *et al.*, 2021).

Kemampuan koping seseorang dipengaruhi oleh banyak hal. Lazarus dan Folkman (1984) mengungkapkan bahwa terdapat sumber-sumber yang dapat dimanfaatkan sebagai strategi untuk menyelesaikan masalah atau stressor yang dihadapi. Sumber koping tersebut diantaranya meliputi aset ekonomi, kondisi kesehatan dan energi, dukungan spiritual, keyakinan positif, kemampuan menyelesaikan masalah, kemampuan bersosialisasi, dukungan sosial, motivasi, serta kesejahteraan fisik. Keyakinan positif sebagai salah satu sumber untuk

meningkatkan coping berperan dalam menjadi dasar membangun harapan, dimana seseorang percaya bahwa ada kekuatan yang mampu mengendalikan dan mengubah kondisi yang terjadi. Keyakinan positif tersebut misalnya dalam bentuk yakin pada diri sendiri, tokoh-tokoh tertentu seperti dokter, program pengobatan, hingga pada Tuhan.

Keyakinan positif seseorang terhadap kemampuan dirinya sendiri dalam mengelola dan menerapkan berbagai tindakan untuk menyelesaikan masalah yang terjadi disebut dengan *self-efficacy* (Bandura, 1997). *Self-efficacy* dimaknai sebagai keyakinan yang dimiliki seseorang yang ditunjukkan dengan ketekunan dan usaha (Moritsugu *et al.*, 2016). Penelitian terdahulu oleh Ramadhani *et al* (2020) menyatakan bahwa seseorang dengan efikasi diri yang baik maka juga akan memiliki strategi coping yang baik dalam memecahkan masalah kesehatan. Idepangesti *et al* (2021) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa 89.5% lansia dengan hipertensi memiliki efikasi diri yang baik. Lebih lanjut dijabarkan bahwa efikasi diri yang dimiliki seseorang dipengaruhi oleh pengalaman baik secara pribadi maupun oleh orang lain, persuasi verbal, hingga kondisi fisiologis. Seyogiayanya lansia memiliki efikasi diri yang baik dikarenakan lansia memiliki lebih banyak pengalaman dibandingkan dengan kelompok usia lain.

Selain efikasi diri, sumber coping lainnya yaitu aspek spiritualitas juga dapat memengaruhi coping pada seseorang. Spiritualitas merujuk pada suatu hubungan antara manusia dengan tuhan yang dimanifestasikan dengan kegiatan spiritual (Hayati, 2018). Hardiyanti *et al* (2022) menyampaikan bahwa seiring dengan tingkat spiritualitas yang tinggi maka seseorang juga akan memiliki coping yang semakin baik. Anggirani *et al* (2022) dalam penelitiannya menemukan bahwa 98% penderita hipertensi memiliki spiritualitas yang tinggi. Spiritualitas akan meningkat ketika seseorang sedang dalam kondisi sakit atau stres (Kirnawati *et al.*, 2021). Disamping itu aspek spiritualitas juga akan cenderung meningkat pada kelompok usia lanjut yang ditandai dalam kematangan kehidupan beragama (Gemini *et al.*, 2021).

Hipertensi sebagaimana penyakit kronik yang lain memerlukan pengontrolan jangka panjang dan pemeriksaan yang rutin. Coping yang baik seharusnya dimiliki oleh lansia dengan hipertensi. Hal ini dikarenakan usia lanjut

dikaitkan dengan lebih banyaknya pengalaman yang dimiliki sehingga diharapkan lansia lebih mampu beradaptasi terhadap masalah hipertensi yang dialami (Zaini *et al.*, 2022). Namun informasi yang diperoleh melalui wawancara dengan kader di wilayah Kelurahan Grogol menunjukkan bahwa sebagian besar lansia di Kelurahan Grogol hanya datang ke pelayanan kesehatan ketika memiliki keluhan saja. Lansia-lansia tersebut jarang datang ke posbindu PTM setiap bulannya untuk melakukan pemeriksaan kesehatan berkala. Beberapa lansia juga mengatakan bahwa masalah hipertensi yang dialami bukanlah masalah kesehatan yang sangat mengganggu sehingga tidak perlu terlalu dipikirkan karena hanya akan menimbulkan rasa stres.

Berdasarkan hasil survei mahasiswa Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta dalam praktik Keperawatan Komunitas di RW 06 Kelurahan Grogol tahun 2022, diketahui pada kegiatan pemeriksaan kesehatan sekaligus senam hipertensi bersama hanya 10 dari 24 orang yang datang memenuhi undangan. Selanjutnya melalui studi pendahuluan dengan wawancara yang dilakukan kepada lansia di wilayah Kelurahan Grogol didapatkan 4 dari 10 lansia mengatakan bahwa mereka hanya melakukan pemeriksaan tekanan darah dan mengonsumsi obat anti hipertensi hanya ketika merasa sakit saja. Modifikasi gaya hidup juga tidak dilakukan secara jangka panjang oleh lansia-lansia tersebut. Menurut Ramadhani *et al* (2020), penderita hipertensi harus memiliki koping yang baik agar mampu melakukan tindakan untuk mengatasi masalah tersebut.

Informasi selanjutnya yang ditemukan adalah 3 orang lansia mengatakan bahwa ia selalu minum obat anti hipertensi secara rutin namun masih sulit untuk mengurangi makanan yang dilarang seperti ikan asin atau makanan tinggi garam lainnya. Terdapat lansia lainnya mengatakan bahwa dirinya merasa pasrah dengan penyakit hipertensinya saat ini karena dirinya sudah tua, sehingga jarang memeriksakan tekanan darahnya ke pelayanan kesehatan dan tidak rutin meminum obat anti hipertensi. Hal ini menggambarkan bahwa beberapa lansia tersebut tidak memiliki motivasi dan keyakinan untuk mengendalikan hipertensi yang dialami sehingga perilaku pengendalian hipertensinya kurang. Ramadhani *et al* (2020) melalui penelitiannya menyatakan bahwa pasien hipertensi membutuhkan efikasi diri yang tinggi. Adanya keyakinan diri yang baik akan

mendorong perubahan perilaku seseorang untuk mengontrol dan mengendalikan penyakit hipertensi tersebut.

Semua lansia yang diwawancarai mengatakan bahwa mereka rutin melakukan kegiatan ibadah walaupun tidak sering pergi ke tempat ibadah. Mereka mengatakan merasa nyaman dan tenang dengan spiritualitas dan agamanya saat ini. Selanjutnya 8 orang lansia mengatakan mereka juga rutin menghadiri pengajian yang dilakukan di wilayah setempat setiap minggunya ataupun kegiatan-kegiatan keagamaan lain, sedangkan 2 orang lansia mengatakan bahwa mereka tidak pernah ikut dalam kegiatan keagamaan yang dilakukan di masyarakat karena kondisi fisik yang sudah tidak memungkinkan. Hardiyanti *et al* (2022) menyatakan bahwa spiritualitas memiliki hubungan dengan strategi coping. Seseorang dengan spiritualitas yang tinggi dapat lebih memaknai hidup, mengambil hikmah dari pengalaman hidup, dan menentukan langkah yang lebih baik untuk mengatasi masalah kesehatan.

Melihat fenomena yang telah diuraikan sebelumnya, coping pada lansia hipertensi menjadi hal yang perlu diperhatikan. Perawat dapat berperan sebagai pemberi asuhan keperawatan, konselor, sekaligus edukator agar lansia dengan hipertensi mampu memiliki coping yang baik dalam mengendalikan penyakit tersebut termasuk dengan memanfaatkan fasilitas pelayanan kesehatan. Asuhan keperawatan dapat dikembangkan untuk menunjang coping yang lebih baik agar lansia mampu memiliki perilaku kesehatan yang tepat. Disayangkan belum ada penelitian mengenai hubungan antara variabel efikasi diri dan variabel spiritualitas dengan coping pada populasi lansia dengan hipertensi, sehingga peneliti merasa perlu mengambil langkah dalam menanggulangi permasalahan yang diuraikan tersebut. Diharapkan dengan adanya penelitian ini, intervensi berbasis efikasi diri dan spiritualitas dalam rangka meningkatkan coping pada lansia dengan hipertensi dapat diterapkan.

I.2 Rumusan Masalah

Salah satu masalah kesehatan dengan prevalensi tinggi yang perlu mendapatkan perhatian adalah hipertensi. Dibutuhkan upaya khusus bagi lansia dengan hipertensi agar mampu menerapkan mekanisme adaptasi yang baik

terhadap kondisi tersebut. Mekanisme adaptasi atau yang disebut dengan koping diperlukan agar seseorang mampu menerapkan perilaku kesehatan yang tepat untuk mengatasi masalah yang dialami. Keyakinan positif berupa efikasi diri dan spiritualitas sebagai sumber dalam koping dapat digunakan untuk meningkatkan adaptasi diri dalam menghadapi suatu masalah kesehatan. Diharapkan ketika lansia memiliki efikasi diri dan spiritualitas yang baik maka lansia tersebut juga dapat menerapkan koping yang baik sehingga masalah hipertensi dapat terkontrol.

Lansia dengan masa hidup yang lebih panjang dan pengalaman yang lebih banyak diharapkan memiliki efikasi diri, spiritualitas, dan koping yang baik. Temuan yang terlihat melalui studi pendahuluan pada lansia dengan hipertensi di Kelurahan Grogol diketahui bahwa beberapa lansia tidak memiliki keyakinan positif sehingga perilaku pengendalian hipertensinya kurang. Selanjutnya juga terdapat beberapa lansia dengan kondisi fisik yang tidak adekuat sehingga tidak dapat mengikuti kegiatan keagamaan di masyarakat. Hal berikutnya yang diamati adalah masih terdapat lansia yang belum dapat menerapkan koping yang baik, dimana mereka tidak berupaya mengubah perilaku kesehatan terkait hipertensi. Peneliti mengamati bahwa efikasi diri dan spiritualitas menjadi hal yang penting dalam koping pada lansia dengan hipertensi, sehingga rumusan masalah yang muncul dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara efikasi diri dan spiritualitas dengan koping pada lansia hipertensi di Wilayah Kelurahan Grogol?”.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan efikasi diri dan spiritualitas dengan koping lansia hipertensi di Wilayah Kelurahan Grogol.

I.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini diantaranya adalah:

- a. Mengetahui karakteristik responden yang meliputi usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan, dan lama menderita hipertensi.

- b. Mengetahui gambaran efikasi diri pada lansia dengan hipertensi di Wilayah Kelurahan Grogol.
- c. Mengetahui gambaran spiritualitas pada lansia dengan hipertensi di Wilayah Kelurahan Grogol.
- d. Mengetahui gambaran koping pada lansia dengan hipertensi di Wilayah Kelurahan Grogol.
- e. Mengetahui hubungan efikasi diri dengan koping lansia hipertensi di Wilayah Kelurahan Grogol.
- f. Mengetahui hubungan spiritualitas dengan koping lansia hipertensi di Wilayah Kelurahan Grogol.

I.4 Manfaat Penelitian

a. Bagi Lansia

Lansia mendapatkan informasi mengenai koping dan pentingnya meningkatkan efikasi diri serta spiritualitas. Lansia juga dapat menerapkan koping adaptif dengan strategi koping yang sesuai dengan informasi tersebut.

b. Bagi Keluarga

Keluarga dapat memfasilitasi peningkatan efikasi diri, spiritualitas, dan strategi koping adaptif pada lansia hipertensi melalui informasi yang diperoleh dalam penelitian ini.

c. Bagi Pelayanan Kesehatan

1) Bagi Perawat

Data terkait hasil penelitian dapat dijadikan rujukan bagi perawat dalam mengembangkan intervensi untuk meningkatkan koping pada lansia dengan hipertensi berlandas pada efikasi diri dan spiritualitas.

2) Bagi Puskesmas

Informasi yang diperoleh melalui penelitian ini dapat menjadi dasar dan referensi bagi puskesmas untuk mengembangkan program terkait koping pada lansia dengan hipertensi.

d. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan teori dalam pembelajaran keperawatan terutama pada agregat lansia.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan landasan atau referensi pada penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan koping pada lansia hipertensi.