GAMBARAN *SELF EFFICACY* PENDERITA HIPERTENSI DISALAH SATU PUSKESMAS DIKOTA BANDUNG

Hilman Mulyana[1], Erna Irawan2
Stikes Mitra Kencana[1], h_main@ymail.com
Universitas BSI Bandung[2], erna.ewn@bsi.ac.id

Prevalensi dan Insidensi penyakit hipertensi semakin meningkat. Prevalensi hipertensi di Jawa Barat sebesar 13 juta jiwa (29,4%) dan Penyakit hipertensi di Kota Bandung sebesar 1,2 juta jiwa (26%). Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik diatas 140 mmhg dan diastolic diatas 90 mmhg yang dikenal dengan *silent killer* yaitu dapat menyebabkan kematian akibat ancaman komplikasinya. Keyakinan akan perawatan dan perubahan gaya hidup yang disebut sel efficacy sangat diperlukan oleh pasien hipertensi. Setiap pasien yang memiliki penyakit akan mempunyai fungsi fisik yang lebih baik apabila dalam dirinya memiliki keyakinan Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *self efficacy* pada penderita hipertensi disalah satu puskesmas Dikota Bandung. Desain penelitian ini adalah deskriptif yaitu hanya menggambarkan satu variabel. Sampel penelitian berjumlah 50 orang yang diambil berdaasarkan assidental sampling yaitu selama 2 minggu. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan, sebagian besar responden memiliki *self efficacy* yang tinggi (60%). Saran bagi pihak puskesmas adalah intervensi peningkatan *self efficacy* karena masih ada sekitas 40% yang memiliki *self efficacy* rendah.
Kata Kunci: Hipertensi, Lansia dan *Self Efficacy*.

ABSTRACT

The prevalence and incidence of hypertension is increasing. The prevalence of hypertension in West Java is 13 million people (29.4%) and hypertension in Bandung City is 1.2 million people (26%) Hypertension is an increase in systolic blood pressure above 140 mmhg and diastolic above 90 mmHg known as the silent killer that can cause death due to the threat of complications. Confidence in care and lifestyle changes called cell efficacy is needed by hypertensive patients. Every patient who has a disease will have better physical function if he has confidence. The purpose of this study is to find out a description of self efficacy in patients with hypertension in one health center in the city of Bandung. The design of this study is descriptive, which only describes one variable. The research sample amounted to 50 people who were taken based on incidental sampling for 2 weeks. Data collection using a questionnaire. The results showed that most respondents had high self efficacy (60%). Suggestions for the puskesmas are interventions to increase self efficacy because there are still 40% who have low self efficacy.
Keywords: Elderly, Self Efficacy and Hypertension

PENDAHULUAN

Populasi lansia semakin meningkat. Jumlah orang berusia lebih dari 64 tahun akan melebihi anak dibawah 5 tahun. Hal ini terjadi karena adanya penurunan tingkat kesuburan dan peningkatan yang signifikan pada harapan hidup. Jumlah lansia akan menjadi 1.5 miliar pada tahun 2050, yang sebagian besar terjadi pada negara berkembang (Suzman & Beard, 2015). Wilayah Indonesia sendiri jumlah lansia lebih dari 19 juta jiwa. Sedangkan di Bandung mencapai lebih dari 185 ribu orang (Notoadtmodjo, 2007).

Peningkatan populasi lansia disertai dengan penurunan kesehatan mental dan fungsional. Lansia beresiko mengalami penurunan kesehatan dan kehilangan kemandirian (Jackson et al., 2011). Penyakit pada lansia terbanyak adalah penyakit tidak menular salah satunya hipertensi (RisKesDas, 2013).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit yang sangat penting untuk diobati dengan cepat karena merupakan salah satu penyebab kematian tertinggi didunia. Pada tahun 2008 terdapat sekitar 40% dewasa menderita hipertensi dan 7.5 juta meninggal akibat hipertensi (WHO, 2013). Penyakit hipertensi di Kota Bandung sebesar 1.275.000 jiwa (26%) (Pusdatin, 2014; Riskesdas, 2013). Penderita hipertensi disarankan mengubah pola hidupnya agar tetap bias beraktifitas dengan baik.

Dalam melakukan perubahan gaya hidup, pasien hipertensi membutuhkan *Self efficacy* yang kuat (Rizka, 2012). *Self efficacy* adalah keyakinan terhadap kemampuan dalam menghasilkan tindakan sesuai tujuan dan memiliki pengaruh pada kehidupan mereka (Bandura, 2004).
Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *self efficacy* pada penderita hipertensi disalah satu puskesmas Dikota Bandung.

METODOLOGI PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah deskriptif yaitu hanya menggambarkan satu variabel yaitu *self efficacy* pada penderita hipertensi. Sampel penelitian

berjumlah 50 orang yang diambil berdasarkan accidental sampling yaitu selama 2 minggu. Pengumpulan data menggunakan kuesioner tentang *self efficacy*.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik Responden

No	Kategori	Frekuensi	%
1	Usia		
	45-59	28	56
	60-69	22	44
	Total	50	100
2	Jenis		
	Kelamin	11	22
	Laki-laki	39	78
	Perempuan	50	100
	Total		
3	Pendidikan		
	SD	13	26
	SMP	14	28
	SMA	22	44
	Diploma	1	2
	Total	50	100
4	Komplikasi		
	Ya	0	0
	Tidak	50	100

Berdasarkan data diatas dapat dilihat bahwa sebagian termasuk kategori usia antara 45-59 tahun sebanyak 28 (56%) sedangkan lansia yang berusia 60-69 tahun sebanyak 22 (44%). Jenis kelamin responden hamper seluruhnys adalah perempuan sebanyak 39 (78%) sedangkan yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 11 (22%). Sebagian responden berpendidikan SMA sebanyak 22 (44%), sebagian kecil responden berpendidikan SMP sebanyak 14 (28%) dan sebagian kecil responden berpendidikan SD sebanyak (26%) dan

seluruh responden tidak memiliki komplikasi hipertensi sebanyak 50 (100%).

Tabel1. Distribusi Frekuensi *Self efficacy*

No	Jenis *Self efficacy*	Frekuensi	%
1	Tinggi	30	60
2	Rendah	20	40
	Total	50	100

Dari tabel dapat dilihat bahwa sebagian besar responden memiliki *self efficacy* yang tinggi yaitu 30 orang (60%) dan sebagian memiliki *self efficacy* rendah yaitu 20 (40%).

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang di lakukan kepada 50 responden sebagian besar responden memiliki *Self efficacy* lansia hipertensi dalam kategori tinggi, yaitu sejumlah 30 (60%). Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Keshia (2014) menyatakan bahwa sebagian besar penderita hipertensi mempunyai *Self efficacy* tinggi yaitu 56,5%.

Berdasarakan distribusi frekuensi kuesioner *Self efficacy* pada lansia penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Garuda Kota Bandung yaitu responden yang memiliki keyakinan akan kemampuannya dalam memonitoring tekanan darah 13 (23%), responden yang yakin akan kemampuannya dalam memelihara berat badan 14 (48%), responden yang yakin akan kemampuannya dalam memilih makanan sesuai untuk pasien hipertensi (rendah garam, rendah lemak, buah dan sayur) 23 (46%), responden yakin akan kemampuannya dalam melakukan olahraga minimal 30 menit 20 (40%), responden yang yakin akan kemampuannya dalam menghindari konsumsi minuman beralkohol 43 (86%), responden yang yakin akan kemampuannya dalam mengatasi stres 28 (56%), responden yang yakin akan kemampuannya untuk tidak merokok 36

(72%), responden yang yakin akan kemampuannya akan kepatuhan dalam pengobatan 41(82%).

Menurut Pakseresht, *et al.* (2010) menyatakan bahwa *Self efficacy* adalah keyakinan dalam diri dan kemampuan diri dalam melakukan sesuatu perilaku dengan berhasil. Keyakinan itu dinamakan *Self efficacy.* Menurut Passer (2009), mengungkapkan bahwa seseorang yang mempunyai *Self efficacy* tinggi akan lebih cenderung mempunyai keyakinan dan kemampuan dalam mencapai keinginan sesuai dengan tujuan. Penderita hipertensi yang mempunyai keyakinan dalam diri terhadap kemampuannya dalam melakukan perawatan diri akan dapat melakukan tugas-tugasnya secara berhasil (Harsono, 2017). Sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan Findlow, Seymour, Huber (2012) menyatakan bahwa jika individu memilki *Self efficacy* tinggi maka akan mengalami peningkatan yang signifikan terhadap pengobatan, diet rendah garam, melakukan aktivitas fisik, tidak merokok, dan monitoring berat badan.

Tingginya *Self efficacy* pada seseorang tidak lepas faktor yang mempengaruhinya. Menurut Beberapa faktor yang mempengaruhi *Self efficacy* adalah usia, jenis kelamin, pendidikan dan pengalaman. Dilihat dari pendidikan sebagian besar memiliki pendidikan SMA yaitu 22 orang (44%). Asumsi peneliti, pendidikan berhubungan dengan *self efficacy* sehingga pendidikan yang tinggi berhubungan dengan *self efficacy* yang tinggi. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang mengatakan terdapat hubungan antara tingkat pendidikan dengan *self efficacy* (Pramudianti, Raden, & Suryaningsih, n.d. 2014).

Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebesar 39 (38%). Asumsi peneliti bahwa perempuan lebih cenderung patuh terhadap anjuran dari petugas kesehatan. Selain itu menurut Santrock, 2008) ukuran corpus collosum pada wanita lebih besar dari laki-laki sehingga mereka lebih paham akan emosinya sendiri sehingga keyakinan dan kemampuan dalam pengelolaan penyakit yang yang dideritanya lebih baik.

Faktor lain yang mempengaruhi *Self efficacy* adalah usia, dari hasil penelitian usia responden adalah 45-59 tahun. Asumsi peneliti sebagian besar masih termasuk pralansia sehingga kemunduran yang terjadi pada lansia belum terjadi secara signifikan pada rentang usia terserbut sehingga *self efficacy* masih cenderung tinggi. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang mengatakan bahwa *self efficacy* menurun bersamaan dengan penurunan fisik pada lansia (Bandura, 2004).

DAFTAR PUSTAKA

Bandura, A. (2004). Health Promotion by Social Cognitive Means. Health Education & Behaviour.

Findlow, W.J., Seymour, R. B., Huber, L., R. B. (2012). The Association Between Self Efficacy and Hypertension Self Care Activities Among African American Adults. Journal of Community Health, 37(1) , 15-24.

Harsono, J. (2017). Hubungan Efikasi Diri dengan Management Perawatan Diri pada Penderita Hipertensi di Desa Pringapus Kecamatan Pringapus Kabupaten Semarang. Skripsi Fakultas Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo Ungaran.

Jackson, J., Jordan-Marsh, M., Mandel, D., Lam, C., Cherry, B. J., Granger, D. A., … Carlson, M. (2011). Effectiveness of a lifestyle intervention in promoting the well-being of independently living older people: results of the Well Elderly 2 Randomised Controlled Trial. Journal of Epidemiology and Community Health, 66(9), 782–790. https://doi.org/10.1136/jech.2009.099754

Kemenkes RI. (2016). Profil Kesehatan Indonesia.Jakarta: Kemeterian Kesehatan Republik Indonesia

Keshia, A. (2014). Hubungan Self Efficacy dengan motivasi menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi di poliklinik penyakit dalam RSUD dr. Zainoel Abidin Banda Aceh. di Diakses pada tanggal 12-04-17 http://etd.unsyiah.ac.id/baca/i.

Notoatmodjo (2007). Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Notoatmodjo.(2014). Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.

Pakseresht, M. et al. (2010). Awarness Of Chronic Disease Diagnosis Amongst Family Members Is Associated With Healthy Dietary Knowledge But Not Behaviour Amongst Inuit In Arctic Canada. Journal o f Hummannutrition And Dietetics.

Passer, M.W., & Smith, R.E.(2009). Psychologi. The Science Of Mind And Behaviour.Contenporary Edutational Psychologi.28, hal 129-160.

Pramudianti et al., n.d.Pusat Data dan Informasi (Pusdatin). (2014). Hipertensi. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

RisKesDas (2013). Lansia

Rizka, R. (2012). Hubungan Self Efficacy dengan Treatment Adherence pada Penderita Hipertensi di RSI Siti Hajar. https://digilib.unisby.ac.id/9967 .

Santrock, J. W. (2008). Psikologi Pendidikan Edisi Kedua. Penerbit Salemba Humanika. Jakarta. 434 hlm.

Suzman, R., & Beard, J. (2015). Preface Overview Humanity's Aging Living Longer New Disease Patterns Longer Lives and Disability New Data on Aging and Health Assessing the Cost of Aging and Health Care Health and Work Changing Role of the Family Suggested Resources. Laurin Rinder; Indianeye. https://doi.org/10.1109/SPCA.2006.297524

WHO. (2013). World Health Organization. a Global Brief on Hypertension: Silent Killer, Global Public Health Crisis .