

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi sebagai salah satu penyakit tidak menular yang berkontribusi dalam tingginya angka kematian di dunia. Penyakit ini kerap dikenal sebagai “*the silent killer*” dikarenakan sebelum melakukan pemeriksaan tekanan darah, seseorang dengan hipertensi kemungkinan tidak menyadari bahwa dirinya mengalami penyakit tersebut (Magfira Maulia et al., 2021).

Data *World Health Organization* (WHO, 2023), prevalensi hipertensi akan melampaui angka 33% di seluruh dunia pada tahun 2023, yang mana dua pertiga dari jumlah tersebut berada di negara-negara miskin dan juga negara berkembang. Berdasarkan perkiraan dari WHO, jumlah penderita hipertensi diprediksi akan terus meningkat seiring berjalannya waktu, hingga mencapai 1,5 miliar orang di seluruh dunia pada tahun 2025. Di Afrika, tingkat kejadian hipertensi tercatat paling tinggi mencapai 27%, sedangkan di Amerika tingkat kejadian hipertensi terendah mencapai 18%. Asia Tenggara berada di posisi ketiga dengan jumlah penderita sebesar 25% (WHO, 2023). Di Indonesia, prevalensi kasus hipertensi pada tahun 2018 mencapai 63.309.620 dan jumlah kematian akibat hipertensi sebesar 427.218, yang terjadi pada kelompok orang dengan usia 31-44 tahun (31,6%), orang dengan usia 45-54 tahun (45,3%), dan orang dengan usia 55-64 tahun (55,2%) (Kemenkes, 2018). Studi kohort penyakit tidak menular (PTM) 2011-2021 dan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, hipertensi adalah faktor risiko kematian terpenting keempat di Indonesia, yang menyumbang 10,2% dari total kematian (Kemenkes, 2024).

Dinas kesehatan Sumatera Utara (2023) melaporkan frekuensi kejadian hipertensi di Provinsi Sumatera Utara sebesar 5,52% dari jumlah total penduduk. Angka kejadian penderita hipertensi di Kota Medan tahun 2020 dengan jumlah 61.353 jiwa dan mengalami penurunan pada tahun 2021 dengan jumlah 54.545 jiwa. Terjadi peningkatan di tahun 2022, yaitu 65.904 jiwa dengan total perkiraan penderita hipertensi berusia ≥ 15 tahun dengan jumlah 457.848 jiwa (Dinkes Kota Medan, 2022). Di Kota Medan, prevalensi hipertensi dilaporkan berjumlah 4,97%. Angka ini menunjukkan bahwa sejumlah besar penderita hipertensi masih belum terdiagnosis dan tidak patuh dalam mengelola tekanan darahnya.

Ketidakoptimalan dalam mengelola tekanan darah sering kali menyebabkan terjadinya kekambuhan. Kekambuhan mengacu pada kondisi di mana pasien hipertensi kembali

mengalami penyakit yang sudah sembuh dan memerlukan pengobatan kembali dikarenakan berbagai faktor penyebab (Surahmat et al., 2024). Kekambuhan hipertensi dapat terjadi jika tekanan darah pasien naik di atas 140/90 mmHg (Nanda et al., 2024). Faktor penyebab kekambuhan hipertensi tidak hanya mencakup faktor yang tidak dapat diubah misalnya, usia, jenis kelamin dan genetik serta faktor yang bisa diubah seperti kepatuhan minum obat, kebiasaan merokok, diet rendah serta, konsumsi lemak, konsumsi natrium, kurangnya aktivitas fisik, obesitas, konsumsi garam, stres dan sebagainya (Dika & Eko, 2023). Dari beberapa faktor yang dapat diubah, keberhasilan penanganan hipertensi jangka panjang juga bergantung pada faktor psikologis, seperti keyakinan diri dan kesadaran diri penderita dalam mengelola penyakitnya.

Lingkungan dan kondisi kognitif seseorang dapat menentukan perubahan perilaku individu dalam situasi tertentu. Efikasi diri dikembangkan melalui tahap kognitif, motivasi, afektif, dan seleksi yang dipengaruhi pengalaman individu, pengamatan orang lain, persusasi sosial, serta keadaan fisik dan emosional. Efikasi diri diartikan sebagai keyakinan diri pasien mengenai kemampuannya ketika melakukan tindakan yang sesuai guna mencapai tujuan yang diharapkan (Nurhidayati & Prajayanti, 2024). Seseorang yang memiliki efikasi diri yang tinggi lebih mampu dalam mengelola hipertensinya, termasuk dalam kepatuhan minum obat, menjaga pola makan rendah garam, berolahraga, berhenti merokok, dan memantau berat badan secara cermat (Nurhidayati & Prajayanti, 2024).

Efikasi diri yang dimiliki seseorang berkaitan dengan kemampuannya dalam mengendalikan berbagai perilaku menantang, seperti tindakan pencegahan dan manajemen perilaku untuk penyakit. Pengembangan efikasi diri pada pasien hipertensi akan meningkatkan kepercayaan mereka terhadap kemampuan mereka untuk mengikuti program manajemen hipertensi dan mengontrol tekanan darah mereka. Orang dengan efikasi diri yang tinggi lebih gigih dalam mengatasi kesulitannya, sebaliknya orang dengan efikasi diri yang rendah, lebih mudah menyerah atau mengurangi upaya mereka saat menghadapi tantangan (Susanti et al., 2024; Wijaya, 2024). Menurut sebuah studi di Yordania, efikasi diri dan perawatan diri di antara pasien hipertensi berkorelasi secara signifikan ($p = 0,001$). Temuan ini menunjukkan bahwa praktik manajemen hipertensi yang lebih baik, seperti kepatuhan pengobatan, modifikasi diet, aktivitas fisik, dan manajemen stres, berhubungan dengan tingkat efikasi diri yang lebih tinggi (Ayasrah et.al., 2025)

Selain itu, *self awareness* disebut atau juga kesadaran diri adalah kesadaran penuh tentang bagaimana cara seseorang berpikir, merasakan, percaya, dan bertindak sepanjang waktu. Keberhasilan kepatuhan memerlukan kesadaran diri pasien hipertensi (White, 2011) dalam (Lestari, Listrikawati, 2022). Tidak adanya kesadaran diri pasien, hasil terapi kemungkinan menjadi tidak ideal, bahkan dapat menyebabkan kegagalan terapi serta komplikasi yang membahayakan pasien dan akan berakibat fatal (Pratiwi, 2011). Dalam penelitian yang dilakukan (El-Sayedramadan & El-Said Hussein, 2020), ditemukan bahwa ada korelasi positif antara kesadaran diri pasien dengan tekanan darah sistolik dan diastolik pasien. Pasien hipertensi yang mempunyai kesadaran diri, lebih baik dalam menurunkan tekanan darah pasien ke tingkat normal atau menjaga tekanan darah pasien stabil.

Survei awal yang telah dilakukan di Puskesmas Medan Sunggal ditemukan bahwa jumlah penderita hipertensi, yaitu pada tahun 2023 tercatat 858 kasus. Data kunjungan pasien tahun 2025 tercatat adanya peningkatan jumlah kasus dari bulan Januari hingga Juni, pada Januari terdapat 173 kasus yang naik menjadi 224 kasus di bulan Mei dan terjadi sedikit penurunan menjadi 202 kasus pada bulan Juni. Tren ini mengindikasikan bahwa hipertensi masih menjadi salah satu penyakit degeneratif dengan angka kejadian yang relatif tinggi di wilayah puskesmas tersebut. Hasil wawancara dengan lima pasien hipertensi berusia 50 hingga 60 tahun mengungkapkan bahwa seluruh responden memiliki kemampuan pengelolaan stres yang rendah, yang menjadi faktor utama naiknya tekanan darah. Empat dari lima pasien tidak melakukan olahraga secara rutin di rumah, terdapat juga pasien yang lalai dalam mengonsumsi obat serta merasa kurang yakin dalam membatasi asupan garam dan lemak.

Hipertensi tetap menjadi penyakit ke-2 dan ke-3 terbanyak untuk semua kategori dan menjadi penyakit degeneratif dengan jumlah kasus tertinggi di tahun 2022-2023 meskipun terjadi penurunan sebelumnya dan menjadi penyakit degeneratif dengan jumlah kunjungan yang cukup banyak di Puskesmas Medan Sunggal tahun 2026. Penelitian tentang *self efficacy* dan *self-awareness* sudah banyak dilakukan, namun belum ada penelitian yang mengintegrasikan kedua variabel tersebut secara bersamaan untuk mencegah kekambuhan hipertensi. Dari fenomena tersebut, peneliti terdorong untuk melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan *Self efficacy* dan *Self-awareness* Dengan Kekambuhan Penyakit Pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal Tahun 2026”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapat dirumuskan masalah “apakah terdapat Hubungan *Self efficacy* dan *Self-awareness* Dengan Kekambuhan Penyakit Pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal tahun 2026?”.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan *self efficacy* dan *self-awareness* dengan kekambuhan penyakit pada pasien hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal Tahun 2025.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menentukan karakteristik pasien hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal.
2. Mengidentifikasi *self efficacy* pada pasien hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal Tahun 2025.
3. Mengidentifikasi *self-awareness* pada pasien hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal Tahun 2026.
4. Mengidentifikasi frekuensi kekambuhan pada pasien hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal Tahun 2026.
5. Menganalisis hubungan *self efficacy* dengan kekambuhan pada pasien hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal Tahun 2026.
6. Menganalisis hubungan *self-awareness* dengan kekambuhan pada pasien hipertensi di Puskesmas Medan Sunggal Tahun 2026.

1.4 Manfaat

1.4.1 Bagi Puskesmas

Menjadi sumber informasi bagi petugas puskesmas untuk melakukan upaya pencegahan dan promosi kesehatan dengan memberikan wawasan tentang manajemen pengelolaan hipertensi dalam meningkatkan efikasi diri dan kesadaran diri pasien hipertensi.

1.4.2 Bagi Responden

Memberi tambahan informasi dan sumber pengetahuan bagi responden tentang hubungan efikasi diri dan kesadaran diri sehingga dapat menurunkan kekambuhan penyakit hipertensi.

1.4.3 Bagi Akademik

Dapat sumber informasi dan referensi untuk bahan ajar dan tambahan pustaka bagi Universitas Prima Indonesia.