

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 KONSEP DASAR HIPERTENSI

##### 2.1.1 Definisi Hipertensi

Hipertensi, atau yang sering disebut tekanan darah tinggi, merupakan kondisi medis yang umum terjadi di kalangan masyarakat, baik di Indonesia maupun secara global. Tekanan darah merujuk pada besarnya tekanan yang dihasilkan oleh jantung saat memompa darah ke seluruh tubuh melalui sistem peredaran darah, yang memungkinkan distribusi oksigen dan nutrisi ke berbagai organ dan jaringan (Khoirunissa et al., 2023). Menurut World Health Organization (2023), hipertensi merupakan suatu keadaan medis ketika tekanan darah seseorang melebihi ambang normal, yaitu mencapai atau melampaui 140/90 mmHg pada setiap detak jantung. Angka 140 mmHg atau lebih pada tekanan sistolik mencerminkan fase ketika jantung bekerja memompa darah ke seluruh tubuh, sedangkan angka 90 mmHg atau lebih pada tekanan diastolik menggambarkan fase saat jantung berelaksasi dan darah mengalir kembali ke dalam bilik jantung (Ayu Kadek Sukmaningsih et al., 2020).

Hipertensi merupakan suatu gangguan kesehatan yang ditandai dengan meningkatnya tekanan darah, sehingga dapat menghambat pasokan oksigen dan zat gizi yang seharusnya didistribusikan ke jaringan tubuh yang membutuhkan. Kondisi ini umumnya dialami oleh individu berusia di atas 40 tahun, namun belakangan ini semakin sering terdeteksi pada kelompok usia yang lebih muda, yakni mulai dari 18 tahun. Ironisnya, banyak penderita hipertensi tidak menyadari bahwa mereka mengidap penyakit ini. Hipertensi kerap dijuluki sebagai *the silent disease* karena ketiadaan gejala yang mencolok membuat banyak orang tidak mengetahui kondisinya hingga mencapai tahap yang lebih serius. Apabila tidak dikelola dengan baik, hipertensi dapat menimbulkan komplikasi berat seperti penyakit jantung koroner, gagal jantung, stroke, hingga meningkatnya risiko terjadinya penyakit ginjal kronis (Casmuti & Fibriana, 2023).

### 2.1.2 Klasifikasi Hipertensi

Berdasarkan penjelasan dari Sari (2021) yang dikutip dalam Penelitian Wulandari & Cusmarih (2024), Klasifikasi hipertensi dapat dilakukan dengan mengacu pada tingkat kenaikan tekanan darah yang dialami oleh seseorang. Pembagian berikut bertujuan untuk menentukan tingkat keparahan kondisi dan membantu dalam penanganan medis yang sesuai:

Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi

| Kategori           | Sistolik            | Diastolik          |
|--------------------|---------------------|--------------------|
| Normal             | Dibawah 130         | Dibawah 85         |
| Normal tinggi      | 130-139 mmHg        | 85-89 mmHg         |
| Hipertensi ringan  | 140-159 mmHg        | 90-99 mmHg         |
| Hipertensi sedang  | 160-179 mmHg        | 100-109 mmHg       |
| Hipertensi berat   | 180-109 mmHg        | 110-119 mmHg       |
| Hipertensi maligna | 210 mmHg atau lebih | 120mmHg atau lebih |

### 2.1.3 Jenis Hipertensi

Secara luas, hipertensi dapat dibedakan ke dalam beberapa tipe utama. Berdasarkan penjelasan dari Pradono et al (2020) yang dikutip dalam Penelitian Wulandari & Cusmarih (2024), terdapat beberapa kategori dari hipertensi yang masing-masing memiliki karakteristik dan penyebab tersendiri, yaitu:

#### a. Hipertensi Primer

Hipertensi primer, yang juga dikenal sebagai hipertensi esensial, merupakan bentuk tekanan darah tinggi yang penyebab pastinya belum dapat diidentifikasi secara jelas. Meski demikian, sejumlah penelitian menunjukkan bahwa berbagai faktor turut berkontribusi terhadap munculnya kondisi ini, seperti pengaruh lingkungan, penambahan usia, tekanan emosional, aspek psikologis, riwayat genetik, kelebihan berat badan, kebiasaan merokok, serta konsumsi alkohol dalam jumlah berlebihan (Christiani Telaumbanua & Rahayu, 2021).

b. Hipertensi Sekunder

Hipertensi sekunder, atau yang sering disebut juga sebagai hipertensi renal, merupakan tipe tekanan darah tinggi yang timbul akibat adanya penyebab yang dapat diidentifikasi secara medis. Faktor-faktor pemicu utama dari kondisi ini meliputi ketidakseimbangan hormonal, gangguan pada fungsi jantung, keberadaan penyakit diabetes, kerusakan pada ginjal, serta kelainan atau penyempitan pada pembuluh darah (Christiani Telaumbanua & Rahayu, 2021).

c. Hipertensi Gestasional

Hipertensi gestasional merupakan kondisi meningkatnya tekanan darah pada wanita hamil, yang untuk pertama kalinya tercatat mencapai angka 140/90 mmHg selama masa kehamilan tanpa adanya indikasi protein dalam urin (proteinuria). Penetapan diagnosis terhadap hipertensi gestasional ini umumnya diklasifikasikan ke dalam empat kelompok utama, yaitu hipertensi kronis, preeklamsia, eklamsia, serta preeklamsia yang terjadi bersamaan dengan hipertensi kronis atau hipertensi yang muncul selama kehamilan berlangsung (Pratiwi & Khairani, 2023).

d. Hipertensi Maligna

Hipertensi maligna merupakan suatu bentuk tekanan darah tinggi yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah yang progresif, meskipun pasien telah menerima terapi medis. Keadaan ini dapat memicu kerusakan serius pada organ-organ vital dan memerlukan penanganan medis secara cepat dan tepat. Apabila dibiarkan tanpa intervensi, hipertensi maligna berisiko tinggi menyebabkan kematian dalam jangka waktu sekitar lima tahun. Oleh karena itu, penatalaksanaan kondisi ini membutuhkan pendekatan pengobatan yang intensif, terstruktur, dan dilakukan secara berkelanjutan (Christiani Telaumbanua & Rahayu, 2021).

e. Hipertensi Sistolik Terisolasi

Hipertensi sistolik terisolasi merupakan jenis tekanan darah tinggi yang paling sering ditemukan pada populasi usia lanjut. Kondisi ini ditandai dengan meningkatnya tekanan sistolik akibat perubahan patofisiologis yang berkaitan dengan proses penuaan, serta dipengaruhi oleh sejumlah faktor risiko yang masih dapat dikendalikan, seperti kebiasaan merokok. Jenis hipertensi ini memiliki keterkaitan erat dengan meningkatnya kemungkinan terjadinya penyakit serius, terutama yang berkaitan dengan gangguan pada pembuluh darah otak. Dalam kasus ini, kekakuan pada dinding arteri

menyebabkan lonjakan signifikan pada tekanan sistolik, meskipun nilai tekanan diastolik tetap berada dalam rentang normal (Rahmawati et al., 2023).

#### 2.1.4 Gejala Hipertensi

Merujuk pada laporan *World Health Organization, WHO* (2021) yang dikutip dalam penelitian Oktavia et al (2023), terdapat beberapa gejala yang umumnya dialami oleh pasien dengan kondisi hipertensi. Gejala-gejala tersebut dapat mencerminkan dampak tekanan darah tinggi terhadap berbagai sistem tubuh, antara lain:

a. Nyeri kepala

Nyeri kepala yang dialami oleh penderita hipertensi umumnya disebabkan oleh gangguan atau kerusakan pada sistem vaskular, khususnya pembuluh darah. Rasa nyeri tersebut muncul sebagai respons protektif tubuh, di mana ketika terjadi kerusakan jaringan, sistem saraf memicu sensasi nyeri guna mendorong individu untuk merespons dengan menghindari atau memindahkan sumber rangsangan yang menyakitkan (Ferdisa & Ernawati, 2021).

b. Mimisan

Mimisan umumnya terjadi ketika tekanan darah mencapai tingkat yang sangat tinggi, sehingga memicu pecahnya kapiler atau pembuluh darah kecil di dalam rongga hidung. Kondisi ini disebabkan oleh ketidakmampuan dinding pembuluh darah yang rapuh untuk menahan lonjakan tekanan yang ekstrem (Fatma et al., 2021).

c. Gangguan penglihatan

Masalah penglihatan merupakan salah satu komplikasi serius yang dapat timbul akibat tekanan darah tinggi. Gejala ini bisa berkembang secara bertahap maupun muncul secara tiba-tiba. Salah satu bentuk gangguan yang sering dijumpai adalah retinopati hipertensi, yaitu kerusakan pada retina akibat tekanan darah yang meningkat. Saat tekanan darah melonjak, pembuluh darah di mata berisiko pecah, sehingga dapat menyebabkan penurunan fungsi penglihatan secara drastis dan mendadak (Fatma et al., 2021).

d. Nyeri dada

Nyeri dada merupakan salah satu gejala utama dari tekanan darah tinggi, yang sering kali menyebar ke bagian tubuh lain seperti lengan kiri, leher, rahang, dan punggung. Karakteristik nyeri yang berasal dari jantung yang pada umumnya

digambarkan sebagai rasa sesak, seperti ditekan atau diremas, serta dapat disertai sensasi seperti cegukan, mual, muntah, hingga keluarnya keringat dingin (Hapsari et al., 2022).

e. Mual dan muntah

Mual dan muntah merupakan salah satu manifestasi klinis dari tekanan darah tinggi yang terjadi akibat peningkatan tekanan intrakranial. Kondisi ini dapat dipicu oleh berbagai penyebab, termasuk adanya perdarahan di dalam rongga kepala. Hipertensi menjadi salah satu faktor risiko utama terjadinya perdarahan otak. Penderita dengan kondisi ini sering kali mengalami muntah hebat yang muncul secara tiba-tiba dan tanpa didahului rasa mual yang khas (Fatma et al., 2021).

### 2.1.5 Komplikasi Hipertensi

Hipertensi yang tidak ditangani secara optimal dapat menimbulkan beberapa komplikasi serius yang mengancam keselamatan jiwa. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Wulandari & Cusmarah (2024), terdapat beberapa dampak lanjutan dari tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol, antara lain:

a. Gangguan jantung

Hipertensi yang tidak terkontrol dalam jangka panjang dapat memicu terjadinya komplikasi serius pada sistem kardiovaskular, karena tekanan darah yang terus-menerus tinggi memberikan tekanan ekstra pada jantung serta merusak struktur pembuluh darah. Individu yang mengalami tekanan darah tinggi memiliki risiko dua kali lipat lebih besar untuk mengembangkan penyakit jantung dan delapan kali lebih rentan terkena stroke dibandingkan dengan mereka yang memiliki tekanan darah dalam kisaran normal (Dewi & Nuraeni, 2022).

b. Stroke

Tekanan darah tinggi yang tidak dikelola dengan baik menjadi salah satu faktor risiko paling dominan dalam terjadinya stroke. Kondisi ini dapat memicu dua jenis stroke, yaitu stroke iskemik yang disebabkan oleh tersumbatnya aliran darah menuju otak, serta stroke hemoragik yang terjadi akibat pecahnya pembuluh darah otak karena tekanan yang terlalu tinggi dan tidak stabil (Surayitno et al., 2020).

c. Gangguan ginjal

Hipertensi yang tidak terkontrol berpotensi menimbulkan komplikasi serius pada fungsi ginjal, karena tekanan darah yang terus-menerus tinggi memberikan

tekanan tambahan pada jaringan ginjal dan pembuluh darah di sekitarnya. Disfungsi ginjal terjadi ketika organ tersebut kehilangan kemampuannya untuk secara efektif menyaring limbah metabolik dari darah dan mengubahnya menjadi urin, sehingga menyebabkan penumpukan zat-zat berbahaya dalam tubuh (Amani et al., 2022).

### 2.1.6 Penatalaksanaan Hipertensi

Hipertensi dapat ditangani melalui beragam pendekatan yang disesuaikan dengan tingkat keparahan dan kondisi masing-masing individu. Berdasarkan penelitian Unger et al (2020) terdapat dua bentuk utama terapi penatalaksanaan hipertensi, yaitu:

#### a. Farmakologi

Penanganan hipertensi melalui pendekatan farmakologis merupakan strategi medis yang ditujukan untuk menurunkan dan menstabilkan tekanan darah dengan menggunakan obat-obatan khusus antihipertensi. Umumnya, terapi ini diberikan ketika tekanan darah telah mencapai tingkat yang membahayakan atau tidak dapat dikendalikan hanya dengan modifikasi gaya hidup. Penatalaksanaan secara farmakologis melibatkan pemberian obat-obatan seperti diuretik yang berfungsi mengurangi volume cairan dalam tubuh, agen simpatolitik yang menekan aktivitas sistem saraf simpatis, serta vasodilator yang bekerja dengan melebarkan pembuluh darah guna menurunkan tekanan darah secara efektif (Kusuma et al., 2021).

#### b. Non farmakologi

Pengendalian tekanan darah serta gejala yang dialami oleh penderita hipertensi tidak semata-mata bergantung pada pengobatan farmakologis, namun juga dapat diperoleh melalui penerapan terapi nonfarmakologis. Salah satu bentuk pendekatan non farmakologis ini adalah terapi komplementer, yang berfungsi sebagai pendamping dalam penatalaksanaan hipertensi selain penggunaan obat-obatan. Terapi komplementer memiliki peran penting dalam mengurangi faktor-faktor risiko yang memicu hipertensi, serta memperbaiki kualitas hidup penderita secara menyeluruh. Beberapa strategi yang dapat diterapkan meliputi penerapan pola makan bergizi dan rendah garam, aktivitas fisik yang rutin dan teratur, pengelolaan stres secara efektif, serta pemantauan tekanan darah secara berkala guna mencegah lonjakan tekanan yang tidak terkontrol (Nila Eza Fitria et al., 2023).

## 2.2 KONSEP DASAR DUKUNGAN KELUARGA

### 2.2.1 Definisi Dukungan Keluarga

Setiap orang yang memiliki hubungan formal melalui darah, adopsi, pernikahan, interaksi sosial, maupun keterikatan emosional, dikategorikan sebagai bagian dari keluarga. Konsep dukungan keluarga mengacu pada segala bentuk bantuan yang diberikan oleh satu anggota keluarga kepada anggota lainnya yang sedang mengalami masalah kesehatan, terutama ketika individu tersebut sangat membutuhkan perhatian dan empati, sehingga mereka merasa dihargai dan didampingi secara emosional (Antari et al., 2024). Dalam konteks kesehatan, keluarga berfungsi sebagai fondasi utama dalam mendukung upaya pencegahan dan pemulihan penyakit, serta memiliki peranan yang krusial dalam mendampingi proses perawatan. Kehadiran dan keterlibatan keluarga, atau yang dikenal dengan istilah *family support*, sangat penting bagi penderita penyakit tertentu untuk membantu mereka mengelola kondisinya, termasuk melalui perhatian yang berkelanjutan terhadap status kesehatan pasien (Simbolon et al., 2024).

Sebagai unit terkecil dalam struktur sosial masyarakat, keluarga juga berperan sebagai penerima dan penyedia asuhan keperawatan, yang kontribusinya terbukti mampu memperkuat motivasi dan mempengaruhi tingkat kepatuhan individu dalam mengikuti terapi medis. Pasien yang merasa diperhatikan, didorong, dan tidak dibiarkan menghadapi penyakitnya sendirian cenderung memiliki motivasi lebih tinggi, rasa percaya diri lebih kuat, serta tingkat stres lebih rendah. Kondisi psikologis yang positif ini terbukti berpengaruh signifikan terhadap kepatuhan pengobatan. Bentuk dukungan yang diberikan mencakup bantuan fisik maupun emosional terhadap anggota keluarga yang sedang mengalami kesulitan, dengan tujuan untuk mencapai keseimbangan kesejahteraan, pemenuhan kebutuhan dasar, serta penguatan aspek psikologis dan sosial (Amelia & Kurniawati, 2020).

Dengan demikian, dukungan keluarga bukan sekadar faktor tambahan, tetapi merupakan elemen fundamental dalam manajemen hipertensi. Tanpa keterlibatan keluarga, intervensi medis sering tidak berjalan optimal karena pasien menghadapi hambatan kepatuhan seorang diri. Oleh karena itu, keterlibatan keluarga harus dipandang sebagai bagian integral dari strategi pengendalian hipertensi, bukan hanya

sebagai pendukung, tetapi juga sebagai mitra aktif yang membantu memastikan keberhasilan pengobatan jangka panjang.

### 2.2.2 Jenis-Jenis Dukungan Keluarga

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang membutuhkan pengobatan jangka panjang dan kepatuhan pasien dalam menjalani terapi. Namun, berbagai penelitian menunjukkan bahwa kepatuhan penderita hipertensi sering kali masih rendah. Rendahnya kepatuhan dapat dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya adalah dukungan keluarga. Keluarga berperan sebagai lingkungan terdekat yang mampu membentuk kebiasaan sehat, mengurangi stres, serta memotivasi penderita untuk disiplin mengonsumsi obat. Dukungan keluarga tidak bersifat tunggal, tetapi hadir dalam berbagai bentuk yang saling melengkapi dari berbagai macam jenis bentuk dukungan (Fitriana & Andayani, 2020).

Menurut Rompis et al (2022) dalam penelitian Antari et al (2024), jenis-jenis dari dukungan keluarga yaitu:

a. Dukungan Emosional

Dukungan emosional dalam keluarga mencakup upaya untuk menciptakan perasaan aman, nyaman, penuh kasih, dan perhatian terhadap anggota keluarga yang tengah menghadapi situasi sulit. Tujuan utama dari bentuk dukungan ini adalah untuk meredakan tekanan psikologis dan kecemasan, menumbuhkan perasaan diterima dan dipahami, serta mempererat hubungan emosional antar individu dalam keluarga (Dwistia et al., 2024).

b. Dukungan Instrumental

Dukungan instrumental merepresentasikan wujud nyata kasih sayang keluarga sebagai bagian dari sistem pendukung utama dalam kehidupan anggota keluarga yang sedang memerlukan bantuan seperti mengantar ke pelayanan kesehatan, membiayai pengobatan, dan memfasilitasi kebutuhan. Tujuan utama dari dukungan instrumental adalah memberikan kemudahan bagi pasien dalam menjalani aktivitas yang sulit dilakukan secara mandiri, serta memastikan proses pengobatan berjalan secara optimal dan tanpa hambatan (Azizah et al., 2020)

c. Dukungan Informasional

Dukungan informasional merupakan salah satu bentuk bantuan yang diberikan oleh keluarga, di mana mereka berperan aktif dalam menyampaikan pengetahuan atau

informasi yang relevan terkait kondisi kesehatan yang sedang dialami. Keluarga berkontribusi dalam memberikan pemahaman mengenai penyakit, langkah pengobatan, serta tata cara perawatan yang tepat. Selain itu, dukungan informasional dapat mencakup bantuan dalam bentuk materi, penyediaan perlengkapan, hingga waktu yang sengaja disediakan untuk mendampingi proses perawatan, khususnya pada penderita hipertensi. Tujuan utama dari bentuk dukungan ini adalah untuk memperluas wawasan pasien tentang kondisi kesehatannya, mendorong pengambilan keputusan medis yang lebih tepat, dan meningkatkan partisipasi aktif pasien dalam proses pemulihan (Aliffatunisa et al., 2021).

d. Dukungan Penghargaan

Dukungan penghargaan merupakan bentuk perhatian keluarga yang diwujudkan melalui pemberian bimbingan, apresiasi positif, serta dorongan emosional terhadap usaha atau tindakan yang dilakukan oleh pasien. Dukungan ini mencerminkan pengakuan terhadap perjuangan pasien dalam menghadapi penyakitnya, yang ditujukan untuk memperkuat semangat dan ketekunan dalam menjalani proses perawatan. Tujuan utama dari dukungan penghargaan adalah untuk membangun rasa percaya diri pasien, meningkatkan motivasi internal, serta menstimulasi komitmen pasien agar tetap konsisten menjalani terapi atau pengobatan sesuai anjuran medis (Aliffatunisa et al., 2021).

Tanpa dukungan keluarga, pasien hipertensi cenderung merasa sendirian, kurang motivasi, dan mudah berhenti dari terapi. Sebaliknya, dengan dukungan keluarga yang optimal, penderita lebih mudah mencapai kepatuhan pengobatan, yang pada akhirnya berkontribusi pada pengendalian tekanan darah dan pencegahan komplikasi serius.

### 2.2.3 Pengaruh Dukungan Keluarga

Hipertensi merupakan penyakit kronis yang memerlukan pengobatan jangka panjang dan kepatuhan tinggi agar dapat terkendali. Namun, tingkat kepatuhan pasien terhadap terapi hipertensi masih menjadi masalah besar, terutama karena banyak penderita yang menghentikan konsumsi obat ketika merasa sehat, mengurangi dosis tanpa arahan medis, atau enggan menjalani perubahan gaya hidup sehat. Dalam kondisi ini, dukungan keluarga menjadi faktor penting karena keluarga hadir dalam kehidupan sehari-hari pasien dan berperan langsung dalam mendampingi, memotivasi, serta mengingatkan untuk tetap patuh pada pengobatan (Wulandari & Handayani, 2022).

Keluarga memiliki peran yang sangat vital serta pengaruh besar dalam proses pencegahan dan perawatan suatu penyakit. Kehadiran dukungan keluarga terbukti mampu meningkatkan semangat serta konsistensi pasien dalam menjalani terapi atau pengobatan yang telah ditentukan. Ketika seorang pasien merasakan adanya perhatian dan penghargaan dari anggota keluarga, mereka cenderung lebih disiplin mengikuti anjuran medis, karena merasa dihargai, tidak sendiri, serta memiliki keyakinan diri yang lebih kuat dalam menghadapi kondisi kesehatannya (Muhlisin, 2023).

Dukungan positif dari lingkungan keluarga memberikan dampak yang sangat signifikan, di antaranya menciptakan rasa aman, meningkatkan semangat hidup, serta memfasilitasi pasien dalam mengatur dan mengontrol penyakit secara lebih optimal. *Family support* atau dukungan keluarga menjadi elemen krusial bagi pasien dalam upaya mengelola penyakitnya, karena pasien yang memperoleh dukungan keluarga secara aktif umumnya menunjukkan perkembangan yang jauh lebih baik dibandingkan mereka yang tidak mendapatkan dukungan serupa. Bentuk dukungan ini bisa diwujudkan melalui berbagai cara, seperti memberikan perhatian terhadap kondisi kesehatan pasien, mengingatkan konsumsi obat secara rutin, serta memberikan pendampingan dalam kegiatan pengobatan dan perawatan sehari-hari (Simbolon et al., 2024).

Dengan demikian, dukungan keluarga bukan hanya berfungsi sebagai pendamping, tetapi juga sebagai faktor fundamental yang menentukan keberhasilan terapi hipertensi. Tanpa keterlibatan keluarga, upaya medis sering kali tidak optimal, sementara dengan adanya dukungan keluarga, kepatuhan pengobatan dapat meningkat secara signifikan sehingga risiko komplikasi dapat ditekan.

## **2.3 KONSEP DASAR *SELF-EFFICACY***

### **2.3.1 Definisi *Self-efficacy***

*Self-efficacy*, atau yang dikenal sebagai keyakinan terhadap kemampuan diri, mengacu pada persepsi individu mengenai kapasitasnya dalam menyelesaikan suatu tugas serta kemampuannya dalam memengaruhi berbagai kondisi yang dihadapi. Konsep ini memainkan peran yang sangat penting dalam menjaga kesehatan, karena menjadi fondasi utama dalam pengendalian berbagai faktor yang memengaruhi kebiasaan dan perilaku hidup sehat. *Self-efficacy* menggambarkan tingkat kepercayaan

seseorang terhadap kesanggupannya untuk mengatasi rintangan, menyelesaikan permasalahan, melaksanakan tanggung jawab tertentu, dan mencapai target yang telah ditetapkan, meskipun harus berhadapan dengan tantangan yang kompleks. Selain itu, *self-efficacy* juga mencerminkan keyakinan diri dalam menerapkan perilaku yang mendukung kesehatan, dengan harapan bahwa tindakan tersebut akan memberikan manfaat jangka panjang bagi kesejahteraan dirinya. (Ayu Kadek Sukmaningsih et al., 2020).

### 2.3.2 Faktor-Faktor *Self-efficacy*

Tinggi dan rendahnya *self-efficacy* atau keyakinan pada kemampuan diri seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Berdasarkan penelitian Gani & Kadir (2023), faktor-faktor yang mempengaruhi tinggi dan rendahnya *self-efficacy* seseorang antara lain:

a. Jenis kelamin

Jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi tingkat keyakinan individu terhadap kapasitas dirinya sendiri. Hal ini berkaitan erat dengan konstruksi sosial dan stereotip gender yang telah melekat dalam masyarakat, di mana laki-laki sering digambarkan sebagai sosok yang mandiri, rasional, aktif secara fisik, serta cenderung menyelesaikan masalah tanpa banyak bergantung pada orang lain. Karakteristik ini menjadikan pria sering kali menunjukkan tingkat *self-efficacy* yang lebih tinggi, khususnya dalam konteks pengambilan keputusan dan pemecahan masalah. Sebaliknya, perempuan umumnya dipersepsikan lebih peka secara emosional dan lebih cermat dalam merespons situasi, terutama dalam situasi yang memerlukan empati dan dukungan emosional, termasuk dalam konteks terapi (Debska-Janus et al., 2025).

Perbedaan ini juga terlihat dalam pendekatan terhadap kesehatan, pria lebih fokus pada aspek fungsional dan kualitas hidup, sedangkan perempuan menunjukkan kepedulian yang lebih mendalam terhadap aspek emosional dan sosial dari kondisi kesehatannya. Selain itu, kecenderungan pria untuk mengalami hipertensi pada usia lebih muda, dan perempuan setelah masa menopause, turut mencerminkan perbedaan risiko dan respons terhadap penyakit berdasarkan gender. Konsekuensinya, tingkat *self-efficacy* dan strategi pengelolaan kesehatan juga berbeda di antara laki-laki dan perempuan, di mana laki-laki cenderung unggul dalam kepercayaan diri terhadap

kemampuan fisik, sementara perempuan menonjol dalam hal kemampuan regulasi emosi dan keterampilan interpersonal (Ulumiyah & Sulistyaningsih, 2024).

b. Tingkat Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang memiliki dampak signifikan terhadap pemahaman dan pengelolaan penyakit hipertensi. Individu yang menempuh pendidikan lebih tinggi umumnya memiliki akses yang lebih luas terhadap informasi medis, serta kemampuan literasi kesehatan yang lebih baik. Hal ini memungkinkan mereka untuk memahami berbagai aspek terkait hipertensi, mulai dari faktor-faktor risikonya hingga strategi penanganan yang efektif. Pengetahuan yang mencukupi ini secara langsung berkontribusi terhadap meningkatnya *self-efficacy*, karena individu merasa lebih yakin terhadap kemampuan mereka dalam mengendalikan kondisi kesehatan, mematuhi terapi medis, dan menjalankan pola hidup sehat. Sebaliknya, mereka yang memiliki latar belakang pendidikan rendah sering kali menghadapi keterbatasan dalam memahami informasi kesehatan, termasuk mengenai hipertensi dan penatalaksanaannya. Ketidaktahuan ini dapat memunculkan rasa tidak mampu dan kebingungan dalam mengambil keputusan terkait perawatan diri, sehingga berdampak pada rendahnya keyakinan terhadap kemampuan diri atau *self-efficacy*. Kurangnya kepercayaan diri ini pada akhirnya dapat menghambat kepatuhan terhadap pengobatan serta memperburuk hasil kesehatan yang dicapai (Fatmawati, 2021).

c. Gaya Hidup

Orang dengan tingkat *self-efficacy* yang tinggi umumnya memiliki ketekunan dan daya juang yang lebih besar dalam menjalani pola hidup sehat, meskipun dihadapkan pada tantangan atau hambatan yang beragam. Mereka memiliki keyakinan kuat bahwa upaya yang dilakukan akan membuahkan hasil positif, sehingga tidak mudah menyerah ketika menghadapi tekanan atau rintangan. Sebaliknya, individu dengan *self-efficacy* yang rendah cenderung mengalami keputusan lebih cepat dan kurang termotivasi untuk mempertahankan perilaku sehat dalam situasi sulit. Manajemen hipertensi yang optimal membutuhkan komitmen jangka panjang terhadap penerapan gaya hidup sehat, termasuk melakukan aktivitas fisik secara rutin, serta menjauhi berbagai faktor risiko seperti konsumsi alkohol, kafein berlebihan, dan kebiasaan merokok, yang semuanya dapat memperburuk kondisi tekanan darah. Selain itu, penerapan pola makan bergizi, seperti membatasi asupan garam, meningkatkan konsumsi serat, serta mengurangi

lemak jenuh, sangat penting dalam mencegah sekaligus mengendalikan tekanan darah tinggi. Individu yang memiliki keyakinan kuat terhadap kemampuannya untuk merawat kesehatan diri biasanya lebih konsisten dalam menjalani pola hidup sehat ini, karena mereka percaya bahwa perubahan perilaku akan membawa dampak positif bagi kesejahteraan mereka (Fatmawati, 2021).

### **2.3.3 Pengaruh *Self-efficacy***

Individu dengan tingkat *self-efficacy* yang tinggi umumnya memiliki kepercayaan yang kuat terhadap kemampuan dirinya, sehingga lebih proaktif dalam mencari pengetahuan seputar penyakit yang dialaminya, termasuk hipertensi. Sikap ini memungkinkan mereka untuk lebih siap dalam menghadapi dan mengelola kondisi tersebut secara mandiri dan efektif. Mereka juga cenderung memiliki komitmen yang tinggi dalam mengikuti instruksi medis, seperti menjalani pengobatan sesuai anjuran dokter, mengatur pola makan, dan menerapkan gaya hidup sehat lainnya. Sebaliknya, individu dengan *self-efficacy* yang rendah, atau yang meragukan kemampuannya dalam mengendalikan penyakit, sering kali menunjukkan kepatuhan yang rendah terhadap rencana pengobatan (Tan et al., 2021).

Ketidakpatuhan ini bisa berupa ketidakteraturan dalam mengonsumsi obat, pengabaian terhadap dosis yang ditetapkan, atau ketidakkonsistenan dalam menjalankan gaya hidup sehat, yang pada akhirnya menghambat keberhasilan pengelolaan tekanan darah. *Self-efficacy* yang rendah juga dapat mendorong seseorang untuk terlibat dalam kebiasaan yang berisiko tinggi, seperti jarang berolahraga, tidak menghindari makanan tinggi garam atau lemak, serta abai terhadap kontrol medis berkala. Oleh karena itu, *self-efficacy* memainkan peran kunci dalam pengendalian hipertensi, karena meningkatkan kemungkinan seseorang untuk tidak hanya memulai tetapi juga mempertahankan kebiasaan sehat. Keyakinan diri yang kuat mendorong individu untuk mengambil tindakan positif demi menjaga kesehatannya secara berkelanjutan (Gani & Kadir, 2023).

## **2.4 KONSEP DASAR KEPATUHAN PENGOBATAN**

### **2.4.1 Definisi Kepatuhan Pengobatan**

Kepatuhan memainkan peran yang sangat vital dalam pelaksanaan perilaku hidup sehat. Dalam konteks pengobatan, kepatuhan mengacu pada kesediaan pasien untuk mengikuti petunjuk penggunaan obat yang diberikan oleh tenaga medis, baik dari segi waktu, dosis, maupun cara pemberian yang telah ditentukan. Menjaga

kepatuhan terhadap pengobatan adalah kunci untuk mencapai hasil terapi yang optimal dan untuk mencegah munculnya komplikasi serius yang dapat berkembang akibat ketidakpatuhan dalam mengikuti pengobatan yang telah disarankan. Agar pengobatan memberikan manfaat maksimal, pasien perlu mematuhi pedoman yang telah ditetapkan, termasuk mengikuti setiap instruksi dan saran dari tenaga medis terkait dengan pengelolaan obat, terapi, maupun prosedur medis lainnya. Dengan demikian, kepatuhan dalam menjalani pengobatan berkontribusi besar terhadap keberhasilan proses penyembuhan dan pencegahan penyakit lebih lanjut (Ayu Kadek Sukmaningsih et al., 2020).

#### 2.4.2 Faktor-Faktor Kepatuhan Pengobatan

Perilaku kepatuhan seseorang dalam mengonsumsi obat dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Berdasarkan penelitian Ayu Kadek Sukmaningsih et al (2020), Terdapat tiga faktor utama yang memengaruhi perilaku kepatuhan pasien dalam mengonsumsi obat, antara lain:

a. Faktor predisposisi (*predisposing factor*)

Faktor predisposisi merupakan elemen-elemen yang berkaitan dengan karakteristik internal individu yang dapat memengaruhi dorongan serta kesiapan seseorang dalam menjalani atau mengikuti proses pengobatan. Faktor ini mencakup berbagai aspek personal yang memiliki peranan penting dalam menentukan tingkat penerimaan terhadap perawatan, termasuk tingkat pengetahuan, pola sikap, rasa percaya diri, motivasi intrinsik, serta keyakinan individu terhadap efektivitas pengobatan yang dijalani. Semua komponen tersebut turut membentuk landasan awal yang menentukan seberapa besar komitmen seseorang dalam menjalani terapi secara konsisten (Marta Dwi Sasmita et al., 2021).

b. Faktor pemungkin (*enabling factor*)

Faktor pemungkin merujuk pada aspek-aspek pendukung eksternal yang berperan dalam memfasilitasi atau mempermudah individu untuk menjalani pengobatan secara optimal. Faktor ini mencakup berbagai elemen penting yang memungkinkan akses dan keberlangsungan perawatan, seperti tersedianya layanan kesehatan yang mudah dijangkau, fasilitas medis yang memadai dan berkualitas, serta kondisi ekonomi yang mendukung kelangsungan pengobatan. Kehadiran faktor-faktor ini sangat menentukan kemampuan seseorang dalam memperoleh dan

mempertahankan pengobatan yang dibutuhkan (Marta Dwi Sasmita et al., 2021).

c. Faktor penguat (*reinforcing factor*)

Faktor penguat merujuk pada unsur-unsur eksternal yang memberikan penguatan terhadap perilaku positif pasien, khususnya dalam hal kepatuhan terhadap pengobatan. Faktor ini meliputi berbagai bentuk dukungan sosial dan emosional yang dapat memperkuat niat serta tindakan pasien untuk tetap konsisten menjalani terapi. Contoh konkret dari faktor ini antara lain adalah adanya dukungan moral dan motivasional dari keluarga, sikap empatik dan ramah dari tenaga kesehatan yang merawat, serta pemberian penghargaan atau dorongan yang mampu meningkatkan semangat pasien dalam mengikuti anjuran medis (Marta Dwi Sasmita et al., 2021).

### 2.4.3 Pengaruh Kepatuhan Pengobatan

Tingkat kepatuhan terhadap terapi medis merupakan elemen kunci dalam upaya pengendalian tekanan darah, khususnya pada individu yang mengalami hipertensi. Kepatuhan diartikan sebagai sejauh mana seseorang mengikuti anjuran, instruksi, serta rekomendasi dari tenaga kesehatan selama proses pengobatan berlangsung. Dalam konteks ini, keteraturan dalam mengonsumsi obat antihipertensi memainkan peran vital dalam menjaga tekanan darah agar tetap stabil dan berada dalam batas normal. Secara keseluruhan, kepatuhan yang tinggi dalam konsumsi obat secara konsisten tidak hanya berkontribusi terhadap pengendalian tekanan darah, tetapi juga berperan dalam mencegah timbulnya komplikasi serius, memperbaiki kualitas hidup, serta mengurangi risiko mortalitas pada penderita hipertensi (Massa et al., 2021).

## 2.5 HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN KEPATUHAN PENGOBATAN PENDERITA HIPERTENSI

Dukungan keluarga mencakup berbagai bentuk bantuan yang diberikan anggota keluarga kepada pasien dan dipandang sebagai bagian penting dari dukungan sosial fungsional yang berpengaruh terhadap pengelolaan penyakit kronis, termasuk hipertensi (Shahin et al., 2021). Peran keluarga tidak hanya membantu meringankan tekanan psikososial yang dialami pasien, tetapi juga meningkatkan dorongan serta kemampuan praktis pasien dalam mematuhi regimen terapi jangka panjang. Selain itu, keterlibatan keluarga dapat membantu mengatasi hambatan-hambatan sehari-hari, seperti lupa mengonsumsi obat atau kesulitan memperoleh obat (Guo et al., 2023a). Sementara itu, kepatuhan pengobatan diartikan sebagai sejauh mana tindakan pasien

dalam mengonsumsi obat sesuai dengan waktu, dosis, dan frekuensi yang dianjurkan oleh tenaga kesehatan. Pada kasus hipertensi, kedisiplinan dalam menggunakan obat antihipertensi menjadi faktor penting untuk mencapai kontrol tekanan darah dan mencegah komplikasi kardiovaskular (Shahin et al., 2021).

Hubungan antara dukungan keluarga dan individu memiliki peran besar dalam menentukan tingkat kepatuhan pasien hipertensi terhadap terapi yang dijalani. Keduanya bekerja saling melengkapi dalam membentuk perilaku serta mendorong motivasi pasien agar konsisten menjalani pengobatan. Keluarga menjadi sumber dukungan utama yang mampu memberikan penguatan emosional, semangat moral, serta bantuan nyata dalam rutinitas pengobatan sehari-hari. Dukungan tersebut dapat berupa pengingat minum obat, membantu mengatur jadwal kunjungan kontrol, hingga menciptakan lingkungan psikologis yang mendukung sehingga pasien merasa lebih nyaman dan percaya diri menjalani terapi. Pasien yang memperoleh dukungan tinggi dari keluarga umumnya merasa lebih dihargai dan memiliki rasa tanggung jawab yang lebih besar untuk mengikuti anjuran medis. Dengan demikian, dukungan keluarga yang positif tidak hanya memperkuat motivasi, tetapi juga meningkatkan keyakinan diri pasien dalam mengelola hipertensi. Kehadiran dukungan keluarga yang memadai berkontribusi penting terhadap meningkatnya kepatuhan terhadap pengobatan (Regita Eka Cahyani & Dr. Parellangi, 2024).

## **2.6 HUBUNGAN *SELF-EFFICACY* DENGAN KEPATUHAN PENGOBATAN PENDERITA HIPERTENSI**

*Self-efficacy* merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya untuk melakukan tindakan yang diperlukan dalam mencapai suatu kondisi kesehatan tertentu, termasuk dalam mengelola penyakit kronis seperti hipertensi (Shen et al., 2020). Aspek ini menjadi penting karena kepercayaan diri yang kuat telah terbukti meningkatkan kapasitas pasien dalam menghadapi berbagai hambatan serta mempertahankan perilaku kesehatan dalam jangka panjang (Özpulat & Emiroğlu, 2020). Pada penderita hipertensi, tingkat *self-efficacy* turut menentukan kemampuan pasien dalam mematuhi regimen pengobatan yang telah dianjurkan oleh tenaga kesehatan (Wilandika et al., 2023).

Kepatuhan terhadap terapi sendiri merupakan elemen utama dalam menjaga kestabilan tekanan darah serta mencegah komplikasi seperti stroke, penyakit ginjal, dan gangguan jantung. Namun, berbagai penelitian menunjukkan bahwa kepatuhan pasien

hipertensi sering kali rendah, salah satunya disebabkan oleh kurangnya rasa percaya diri pasien dalam mengelola pengobatan secara mandiri (Avelina Sipayung et al., 2024). Sejumlah studi menegaskan bahwa *self-efficacy* menjadi faktor psikologis yang berperan signifikan terhadap perilaku kepatuhan, di mana pasien dengan *self-efficacy* tinggi lebih mampu menghadapi kendala dan mengonsumsi obat secara teratur (Shen et al., 2020).

Selain itu, *self-efficacy* juga memengaruhi aspek manajemen diri lainnya, seperti pengaturan pola makan, aktivitas fisik, dan pemantauan tekanan darah—komponen yang semuanya turut menentukan keberhasilan pengendalian hipertensi. Intervensi berbasis edukasi, seperti konseling motivasional maupun program pelatihan *self-management*, telah terbukti dapat meningkatkan *self-efficacy* dan berdampak langsung pada peningkatan kepatuhan terhadap pengobatan (Özpulat & Emiroğlu, 2020). Oleh karena itu, upaya peningkatan *self-efficacy* menjadi salah satu strategi penting untuk mendorong kepatuhan terapi serta membantu pasien hipertensi menjalani pengelolaan penyakit secara lebih optimal (Shen et al., 2020).

